

53% Pakistanis prefer to sleep in dim light at night.

Some people prefer to sleep at night in complete darkness while others sleep with a little light in their room. Do you usually sleep in pitch darkness or in a dim light?





Opinion Poll
SOCIAL BEHAVIOUR
Sleeping Habits

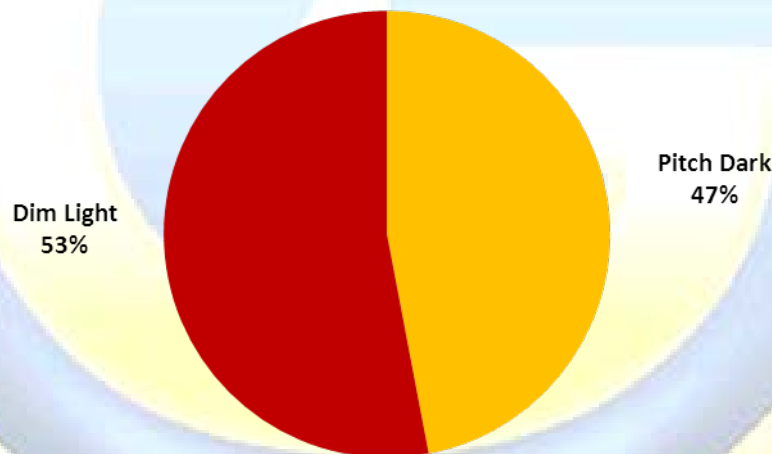
**53 % Pakistanis prefer to sleep in dim light at night.
(GRF POLL)**

Islamabad, September 16, 2015

According to a Gilani Research Foundation Survey carried out by Gallup Pakistan, 53% Pakistanis prefer to sleep in dim lighting at night; 47% on the other hand prefer to sleep in pitch dark.

A nationally representative sample of adult men and women from across the four provinces was asked, “Some people prefer to sleep at night in complete darkness while others sleep with a little light in their room. Do you usually sleep in pitch darkness or in a dim light?” In response to this question, 53% said that they prefer to sleep in dim light while 47% said that they usually sleep in pitch dark.

Question: “Some people prefer to sleep at night in complete darkness while others sleep with a little light in their room. Do you usually sleep in pitch darkness or in a dim light?”



Source: Gilani Research Foundation Poll (GRF Poll)
Field work conducted by Gallup Pakistan, the Pakistani affiliate of Gallup International Association
(www.gallup-international.com; www.gallup.com.pk; www.gilanifoundation.com)

The study was released by Gilani Research Foundation and carried out by Gallup Pakistan, the Pakistani affiliate of Gallup International. The recent survey was carried out among a sample of 1910 men and women in rural and urban areas of all four provinces of the country, during August 24 – August 31, 2015. Error margin is estimated to be approximately ± 2 -3 per cent at 95% confidence level.



گیلانی ریسرچ فاؤنڈیشن کا رائے عامہ سروے موضوع: "معاشرتی رویے" "نیند کی عادات"

53% پاکستانی رات کو ہلکی روشنی میں سونے کو ترجیح دیتے ہیں:

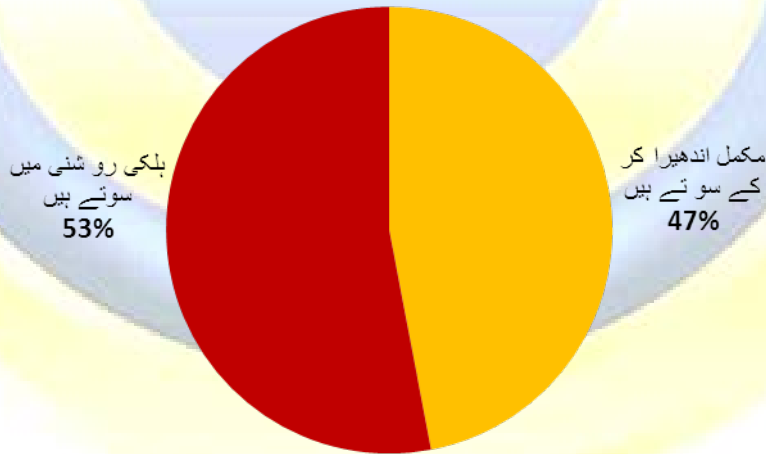
گیلانی ریسرچ فاؤنڈیشن، گیلپ پاکستان

اسلام آباد، 16 ستمبر، 2015

گیلانی ریسرچ فاؤنڈیشن کے ایک حالیہ سروے کے مطابق، 53% پاکستانی رات کو ہلکی روشنی میں سونے کو ترجیح دیتے ہیں، جبکہ دوسری طرف 47% پاکستانی رات کے وقت مکمل اندھیرا کر کے سونے کو ترجیح دیتے ہیں۔

سروے میں ملک بھر سے شماریاتی طور پر منتخب خواتین و حضرات سے یہ سوال پوچھا گیا کہ، "بعض لوگ رات کو سوتے وقت کمرے میں مکمل اندھیرا کر کے سوتے ہیں، جبکہ بعض لوگ کمرے میں ہلکی روشنی کر کے سوتے ہیں۔ آپ عموماً رات کو مکمل اندھیرا کر کے سوتے ہیں یا ہلکی روشنی میں سوتے ہیں؟" اس سوال کے جواب میں 53% جوابدہندگان کے مطابق وہ رات کو سوتے وقت کمرے میں ہلکی روشنی کر کے سوتے ہیں، جبکہ 47% افراد کا کہنا ہے کہ وہ رات کو سوتے وقت کمرے میں مکمل اندھیرا کر کے سوتے ہیں۔

'بعض لوگ رات کو سوتے وقت کمرے میں مکمل اندھیرا کر کے سوتے ہیں، جبکہ بعض لوگ کمرے میں ہلکی روشنی کر کے سوتے ہیں۔ آپ عموماً رات کو مکمل اندھیرا کر کے سوتے ہیں یا ہلکی روشنی میں سوتے ہیں؟'



Source: GRF Poll

Field work conducted by Gallup Pakistan, the Pakistani affiliate of Gallup International Association

(www.gallup-international.com; www.gallup.com.pk; www.gilanifoundation.com)

گیلانی ریسرچ فاؤنڈیشن کا حالیہ سروے گیلپ انٹرنیشنل سے منسلک گیلپ پاکستان کی مدد سے کیا گیا۔ یہ سروے پاکستان کے چاروں صوبوں کی دیہی اور شہری آبادی کے 1910 مرد و خواتین سے 24 اگست 2015 تا 31 اگست 2015 میں منعقد ہوا۔ غلطی کے امکان کا تخمینہ شماریاتی طور پر تقریباً $\pm 2-3\%$ لگایا گیا ہے۔



Opinion Poll from Gallup Pakistan
The Pakistani Affiliate of Gallup International



Wednesday, September 16, 2015

(3 Pages including this and Urdu version)

Gilani Research Foundation is a not for profit public service project to provide social science research to students, academia, policy makers and concerned citizens in Pakistan and across the globe.

Gilani Research Foundation is headed by Dr. Ijaz Shafi Gilani who pioneered the field of opinion polling in Pakistan and established Gallup Pakistan in 1980. Currently Dr. Gilani, who holds a PhD from the Massachusetts Institute of Technology (MIT) and has taught at leading universities in Pakistan and abroad, is Chairman of Gallup Pakistan.

If you have any further questions regarding this poll, please feel free to contact us.

Best Regards,

Ms. Fatima Idrees

Phone: +92-51-2655630

E-mail: fatima.idrees@gilanifoundation.com

Disclaimer: Gallup Pakistan is not related to Gallup Inc. headquartered in Washington D.C. USA. We require that our surveys be credited fully as Gallup Pakistan (not Gallup or Gallup Poll). We disclaim any responsibility for surveys pertaining to Pakistani public opinion except those carried out by Gallup Pakistan, the Pakistani affiliate of Gallup International Association. For details on Gallup International Association see website: www.gallup-international.com



Daily Gilani Poll
2015



of Gallup Pakistan
(1980-2015)