

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.

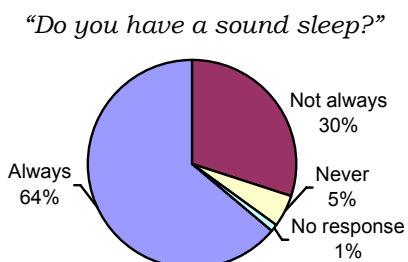
5 % Of Pakistanis Complain Of 'Insomnia', 30 % Suffer From Restless Sleep: GILANI POLL /GALLUP PAKISTAN

Islamabad, January 31, 2011

According to a Gilani Research Foundation survey carried out by Gallup Pakistan, almost two third of all Pakistanis (64%) claim to sleep well. However the remaining 30% say they don't always have a sound sleep and 5% say they never sleep well.

In a survey, a nationally representative sample of men and women from across the country were asked the following question: "Do you have a sound sleep?" Sixty four percent (64%) of all Pakistanis claimed to sleep well. On the contrary 30% said they don't always have a sound sleep and 5% claimed that they never sleep well. 1% gave no response.

A detailed analysis of the survey showed that relatively more rural dwellers (67%) claimed to sleep well as compared to their urban counter parts (58%).



Source: Gallup and Gilani Surveys

the Pakistani affiliate of Gallup International Association (www.gallup-international.com; www.gallup.com.pk)

The study was released by Gilani foundation and carried out by Gallup Pakistan, the Pakistani affiliate of Gallup International. The recent survey was carried out among a sample of 2738 men and women in rural and urban areas of all four provinces of the country, during January 2011. Error margin is estimated to be approximately $\pm 2-3$ per cent at 95% confidence level.

Gallup Pakistan proposes that its poll results be attributed as Gilani Poll conducted by Gallup Pakistan, the Pakistani affiliate of Gallup International. This is to distinguish our polls from polls on Pakistan sometimes released by other organizations not part of Gallup International Association (www.gallup-international.com) and referred to by the same title. Also please see necessary Disclaimer on our website (www.gallup.com.pk). Gallup Pakistan takes responsibility for only its own polls on Pakistan.

For more survey data on social and other issues see website www.gallup.com.pk

For any queries please contact:

Ms. Hira Hasan

Assistant Manager (Research)

Phone: +92-51-2655630

E-mail: hira.hasan@gallup.com.pk

گیلانی ریسرچ فاؤنڈیشن ایک تعلیمی اور رفاہی پروجیکٹ ہے جو پاکستان اور دنیا بھر کے طلباء، دانشوروں، منصوبہ ساز اور دیگر دلچسپی رکھنے والے افراد تک سوشل سائنسز ریسرچ پہنچاتا ہے۔

گیلانی ریسرچ فاؤنڈیشن ڈاکٹر اعجاز شفیع گیلانی کی سربراہی میں کام کرتا ہے، جو کہ پاکستان میں رائے عامہ کے سروے منعقد کرنے کے بانی ہیں، انہوں نے 1980 میں گیلپ پاکستان کی بنیاد رکھی۔ ڈاکٹر گیلانی *Massachusetts Institute of Technology (MIT)* سے پی ایچ ڈی ہیں اور کئی ملکی اور غیر ملکی معروف یونیورسٹیوں میں پڑھاتے رہے ہیں آجکل گیلپ پاکستان کے چیئرمین ہیں۔

5% پاکستانی بے خوابی کا شکار ہیں، 30% نیند میں بے چینی کا شکار ہیں:

گیلانی ریسرچ فاؤنڈیشن، گیلپ پاکستان

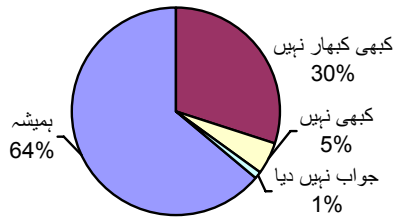
اسلام آباد، 31 جنوری، 2011

گیلانی ریسرچ فاؤنڈیشن کے ایک حالیہ سروے کے مطابق، تقریباً دو تہائی (64%) پاکستانی خوشگوار نیند کے مزے لیتے ہیں، 30% کو بعض اوقات ٹھیک سے نیند نہیں آتی، اور 5% کبھی بھی ٹھیک سے نہیں سوتے۔

سروے میں ملک بھر سے شہریاتی طور پر منتخب خواتین و حضرات سے یہ سوال پوچھا گیا کہ 'کیا آپ کو نیند ٹھیک آتی ہے؟'، 64% افراد کے مطابق انہیں ٹھیک سے نیند آتی ہے، 30% کو بعض اوقات ٹھیک سے نیند نہیں آتی، اور 5% کبھی بھی ٹھیک سے نہیں سوتے۔ 1% افراد نے کوئی جواب نہیں دیا۔

سروے کے تفصیلی تجزیے سے معلوم ہوا ہے کہ دیہی علاقوں میں رہنے والوں کی زیادہ تعداد (67%) بہت اچھی طرح سوتے ہیں، جبکہ شہری علاقوں میں اس کی شرح 58% ہے۔

کیا آپ کو نیند ٹھیک آتی ہے؟



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

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 2738 مرد اور خواتین سے جنوری 2011 میں منعقد ہوا۔ غلطی کے امکان کا تخمینہ شہریاتی طور پر تقریباً $\pm 2-3\%$ لگایا گیا ہے۔

گیلپ پاکستان کی گزارش ہے کہ اس کے سروے کو گیلانی فاؤنڈیشن کے تحت گیلپ انٹرنیشنل سے منسلک گیلپ پاکستان کے سروے کے طور پر تحریر یا نشر کیا جائے۔ یہ واضح رہے کہ بعض اوقات پاکستان میں بعض ایسے اداروں کی جانب سے اسی نام کے ساتھ سروے کی اشاعت کی جاتی ہے حالانکہ وہ گیلپ انٹرنیشنل ایسوسی ایشن سے کوئی تعلق نہیں رکھتے۔ براے مہربانی اس بارے میں مزید تفصیلات کے لیے ہماری ویب سائٹ (www.gallup.com.pk) اور (www.gallup-international.com) پر رجوع کریں۔ گیلپ پاکستان صرف اور صرف اپنے سروے کا ذمہ دار ہے۔

سماجی اور دیگر موضوعات سے متعلق مزید معلومات کے لیے ہماری ویب سائٹ سے رجوع کریں۔ www.gallup.com.pk
کسی چیز کی وضاحت یا سوال کرنے کے لیے ان سے رابطہ کریں:

Ms. Hira Hasan
Assistant Manager (Research)

Phone: +92-51-2655630
E-mail: hira.hasan@gallup.com.pk