



**VISSTE DU ATT**  
Queen size  
är 160 cm i bredd  
King size  
är 180 cm i bredd

För att skapa en vilsam oas i sovrummet bör du se det som en helhet där valet av säng, kudde, täcke, sängtextilier och andra inredningsdetaljer hör ihop. På Mio kan du sätta ihop ditt drömsovrum med hjälp av någon av deras sängexperter.

# Här får du hjälp att hitta drömsömn

**Sömn är viktig för vår hälsa, vår kreativitet och vårt välmående. Att man sover bekvämt och i rätt typ av säng är därför viktigt.**

– En säng ska vara följsam för kroppen, och sen får den ju gärna vara snygg och mysig också! säger Rigmor Hansen, säljledare på Mio Stockholm City.

En god natts sömn gör att vi vaknar utvilade och redo att möta dagen på bästa sätt. På Mio vet man hur viktigt det är att sova bra, och att val av säng inte är något som ska stressas fram.

– När en kund kommer och vill prova sängar så brukar jag säga att man ska ta mycket tid på sig. Jag börjar med att göra en behovsanalys, det vill säga tar reda på vilken känsla det är kunden vill åt, berättar Rigmor Hansen som är säljledare på Mio Stockholm City.

– Sen hjälper jag till att välja ut en tre fyra alterna-

tiv som man får prova.

Sovställningen är en del av analysen: beroende på om man sover på mage, rygg eller sida så finns det olika behov.

– En säng ska vara följsam och inte trycka mot kroppen. Det ska vara avslappnat och bekvämt så att man får den där riktiga drömsömn. Den är bra för kreativiteten och vårt psykiska välmående, säger Rigmor.

– Vi har ett brett urval från mjuk till extra fast, och mitt jobb är att ta reda på vad som är bäst för kunden, fortsätter hon.

Idag finns två varianter av sängar: kontinentalsäng och ramsäng.

– Kontinental kallas de som har tre lager: sängbotten, mellankassett och bäddmadrass, och ramsäng består av två delar: sängbotten och bäddmadrass. De flesta kunder tycker bäst om kontinentalsäng, de är lite högre och upplevs som lyxigare. En ramsäng är mer komprimerad, men kan vara precis lika bekväm, säger Rigmor.

Utöver det kan man även välja en ställbar säng med elektrisk funktion, som är skön om man vill sitta i sängen och läsa till exempel. I Mio:s sortiment finns alla sängstorlekar, från 80 cm i minsta bredd upp till 210 cm.

**DET ÄR ÄVEN** viktigt att välja rätt kudde och täcke. Kudden kan vara låg, mellan eller hög. Täcken finns att få i både svalt och varmt, beroende på hur varmt du vill ha det.

– Många har både sommar- och vintertäcke för att få den perfekta sovtemperaturen beroende på årstid.

För att verkligen skapa en lugn oas i sovrummet som hjälper till att komma in i drömsömn finns det några andra saker att tänka på, menar Rigmor.

– Det bör vara svalt och tyst i sovrummet, och mörkt, så en mörkläggande gardin är

bra. Tänk också hur skönt det är med en mjukmatta att sätta fötterna på när du kliver i och ur sängen.

En vacker sänggavel ger också en ombonad känsla, lite som på ett finare hotell.

– Till alla våra sängar har vi passande sängkläder, både i linne och bomull. Hos oss ska du kunna handla allt till sovrummet, och vi har flera olika stilar att välja mellan.

Att inreda sovrummet för att skapa en avslappnande atmosfär blir alltså viktigt.

– Jag märker på våra kunder att allt fler prioriterar en god sömn. De vill sova gott, äta bra och röra på sig. Det hör till en god livsstil!



## Butikschefens 5 sovrumstips

På Mio ställer vi höga tillverkningskrav på våra sängar. Dessutom är många av våra textilier certifierade enligt Öko-tex standard 100 för att du ska kunna sova gott om natten. Välkommen in till oss för att hitta din drömsäng!

**Felix Agel,**  
butikschef, MIO Upplands Väsby



Harmony Vent by Hilding, bäddmadrass, från 2 395 :-



Rockport, bäddset, (finns även i rosa, vit och mörkblå), 299 :-



Novali, sidobord, från 999 :-

Diplomat, hotellkudde, 50x90 cm, 299 :-, tag två för 499 :-  
70x100 cm, 349 :-, tag två för 599 :-



Lizette, bänk, 1995 :-

### Nöjd-kund-garanti

Mio:s nöjd-kund-garanti gör det möjligt för dig att byta mellankassett om den känns för hård eller för mjuk. Ofta behöver man lite tid för att vänja sig vid en ny säng och därför bör du prova sängen i minst 60 dagar.

Efter 60 dagar och upp till 120 dagars användande av sängen har du möjlighet att byta till en annan komfort, förutsatt att modellen finns i en mjukare eller fastare komfort än den du valt från början.

Nöjd-kund-garantin gäller på stora delar av Mio:s ordinarie sortiment av sängar och omfattar även vissa kampanjsängar. För fullständiga villkor se Mio.se