



Sleep Cycle lanserar "Sleep Goal" i iOS för att hjälpa användare att schemalägga bättre sömn

GÖTEBORG, Sverige – 25 januari, 2022 – Sleep Cycle, den ledande plattformen för sömnanalys meddelar idag lanseringen av 'Sleep Goal' – en ny funktion i iOS som hjälper användare att schemalägga sin väckningstid och läggstid för att ytterligare förbättra sin sömn genom att planera sömnmål veckovis.

"Att lansera 'Sleep Goal' är i linje med vår målsättning att lägga verktygen för bättre sömn direkt i händerna på våra användare", säger Sandra Hansson, Chief Product Officer på Sleep Cycle. "Samt uppmuntra regelbundenhet och en hälsosam sömnrutin med positiv förstärkning när sömnmålen uppnås. Data som samlats kommer att leda till ännu mer värdefulla insikter om sömnmönster och sömnkvalitet för användaren. Vi är stolta över att 'Sleep Goal' har en sådan positiv inverkan med att hjälpa människor över hela världen skapa goda sömnvanor."

Oregelbunden sömn har kopplats till en 10-årig risk för hjärt-kärlsjukdom, fetma, högt blodtryck och diabetes. Det har också kopplats till ökad upplevd stress och depression. 'Sleep Goal' blir därför ett viktigt verktyg för att hjälpa till att stävja oregelbunden sömn eftersom dess syfte är att hjälpa användare att planera en konsekvent sömnrutin varje vecka. I förlängning innebär detta förhoppningsvis en långsiktig beteendeförändring. 'Sleep Goal' gick igenom omfattande tester innan lanseringen som påvisade högt engagemang bland användare samt ökad användningen av appen. Användarens resa stöds av en veckoöversikt, så att de kan följa sina framsteg. Det fungerar också som en påminnelse om att aktivera Sleep Cycles populära 'Smart Alarm' varje natt och att påminna våra användare att det är dags att lägga sig.

Sleep Cycle är marknadsledande när det gäller att analysera användarnas sömn och presentera sömndata på ett användarvänligt sätt. I linje med Sleep Cycles uppdrag att fortsätta utveckla produkter som hjälper människor världen över att förbättra sin sömn, kommer 'Sleep Goal' att vara tillgängligt för alla användare inom iOS.

För mer information om Sleep Cycle, vänligen gå till <http://www.sleepcycle.com>.

Media kontakter:

Per Andersson
CFO and Head of Investor Relations
per.andersson@sleepcycle.com
+46 70 939 5327

Malin Abrahamsson
Head of PR
press@sleepcycle.com
46 73 972 6424

Om Sleep Cycle

Med miljoner dagliga aktiva användare och över två miljarder nätter analyserade i fler än 150 länder är Sleep Cycle den ledande appen för sömnanalys och en av de mest använda tjänsterna för förbättring av sömnhälsa världen över. Sleep Cycles uppdrag är att förbättra den globala hälsan genom att få människor världen över att sova bättre. Sedan lansering 2009 har Sleep Cycle hjälpt miljoner människor förstå sina sömnvanor och förbättra sin sömn.

Mobilapplikationen hjälper användare somna lättare, läser av och analyserar sömnen under natten, väcker användaren i lätt sömnfas och ger insikt i hur sömnkvalitet på bästa sätt förbättras. Sleep Cycle (www.sleepcycle.com) är en av världens mest omfattande källor för sömnstatistik och bidrar till sömnforskning och rapportering över hela världen. Sleep Cycle är noterat på Nasdaq Stockholm under tickern SLEEP. Sleep Cycle har 44 anställda och sitt huvudkontor i Göteborg, Sverige.