

BABY INSTITUTTETS SØVNSKEMA FOR Aske ALDER 3 mdr.



| Længste<br>lur DAG<br>ex 45 min | Længste<br>Søvnstræk<br>NAT<br>ex 2 timer | Antal op-<br>vågninger<br>NAT<br>ex 9 | SOVN<br>TALT<br>ex 13 t |
|---------------------------------|-------------------------------------------|---------------------------------------|-------------------------|
| 2,5                             | 3                                         | 6                                     | 15<br>-17               |
| 1,5                             | 5                                         | 3                                     | 12,5                    |
| 3                               | 3                                         | 7                                     | 15                      |
| 3                               | 3,5                                       | 6                                     | 15                      |
| 1,5                             | 4                                         | 2                                     | 15                      |
| 3                               | 3,5                                       | 6                                     | 15,5                    |
| 2,5                             | 3,5                                       | 5                                     | 14                      |

Søvn: — Puttes i seng: ↓ Tages op: ↑ Opvågning/pyldret: | Gråd: ○ Amning / flaske: × Fast føde: ⊗ Afføring: A