

Suivi des dodos



Chhhhhh... Bébé est endormi. Gardez le compte du nombre d'heures qu'a dormi bébé dans la journée en noircissant les cases prévues à cet effet.

date heure	0 h	2 h	4 h	6 h	8 h	10 h	12 h	14 h	16 h	18 h	20 h	22 h	0 h
exemple		23 h - 30 - 6 h					11 h - 13 h		15 h - 16 h			19 h - 23 h	
L													
M													
M													
J													
V													
S													
D													
L													
M													
M													
J													
V													
S													
D													

date heure	0 h	2 h	4 h	6 h	8 h	10 h	12 h	14 h	16 h	18 h	20 h	22 h	0 h
L													
M													
M													
J													
V													
S													
D													
L													
M													
M													
J													
V													
S													
D													

Sleep tracker



Shhhhhh... baby's sleeping. Keep track of your little one's sleep by shading in the number of hours spent snoozing each day.

date/time	12 am	2 am	4 am	6 am	8 am	10 am	12 pm	2 pm	4 pm	6 pm	8 pm	10 pm	12 am
example		11:30 pm - 6 am					11 am - 1 pm		3 pm - 4 pm			7 pm - 11 pm	
M													
T													
W													
T													
F													
S													
S													
M													
T													
W													
T													
F													
S													
S													

date/time	12 am	2 am	4 am	6 am	8 am	10 am	12 pm	2 pm	4 pm	6 pm	8 pm	10 pm	12 am
M													
T													
W													
T													
F													
S													
S													
M													
T													
W													
T													
F													
S													
S													