



SØVNDAGBOG

Søvnregistrering

Navn og CPR-nr.:

Indsæt tidspunkter for de forskellige handlinger:

	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
Hvornår vågnede dit barn i dag?							
Hvornår stod dit barn ud af sengen?							
Hvad foretog dit barn sig fra det vågnede til det stod op?							
Tidspunkt og længde af middagslur eller lignende							
Hvad foretog dit barn sig i timen op til sengetid?							
Hvornår kom dit barn i seng?							
Hvornår faldt dit barn i søvn?							
Hvad skete der, fra dit barn kom i seng, til det faldt i søvn?							
Tidspunkt og varighed af vågne perioder i løbet af natten? Skriv venligst, hvad der foregik							
Andet af betydning - benyt evt. bagsiden til yderligere beskrivelser							