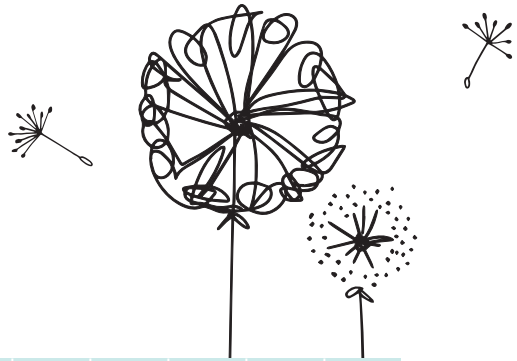
LILLYDOO

Schlafprotokoll
für Dein Baby

Ein Schlafprotokoll ist ein hilfreicher Begleiter, wenn Du merkst, dass Dein Baby scheinbar grundlos schlecht oder unruhig schläft. Denn Gründe für die Schlafprobleme gibt es viele. Das Protokoll ist eine gute Möglichkeit, um diese Probleme sichtbar zu machen und Lösungen zu finden.



Datum	6:00	7:00	8:00	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00	22:00	23:00	0:00	1:00	2:00	3:00	4:00	5:00	Notiz
01.09.	—	—	—	~ ●		—	—	— ●			—	—	~	●			—	—	—	~	●		—	—	Besuch von Opa

Schlafphase: —— Wachphase: leer Schreien: ~ Mahlzeit: ●