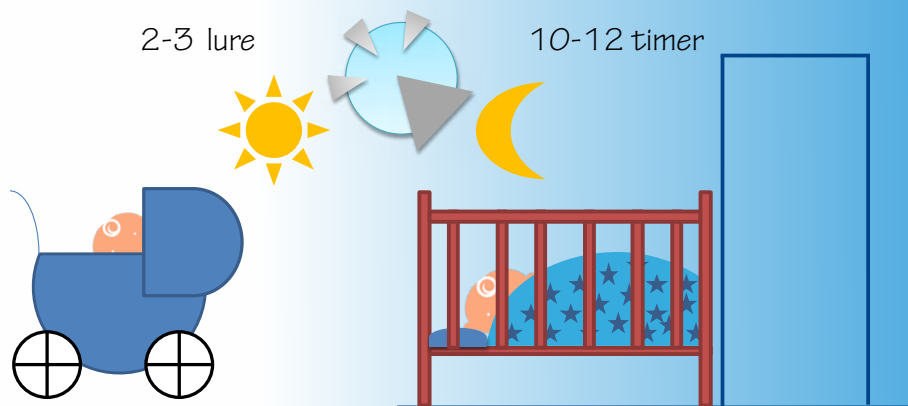


Dit barn har brug for at sove ca. 14-15 timer i døgnet.

Jo bedre dit barn sover om dagen, jo bedre sover det om natten.



Det er godt, hvis dit barn har et trygt og roligt sted at sove.



Når dit barn er gammelt nok til at spise skemad flere gange dagligt, har det ikke brug for at spise om natten.

Dit barn er gammelt nok til at lære at sove selv.



Det er godt at have de samme putteritualer, når dit barn puttes i seng. Her er nogle eksempler:

Sutteklud



Bamse



Godnatsang



Give en sut



Læse en bog



Dyne

