



LES SIESTES DE BÉBÉ DE 0 À 2 ANS

1 SEMAINE

Sommeil ponctué
de nombreux
réveils



1 MOIS

Bébé dort par
périodes de 3 ou 4 h

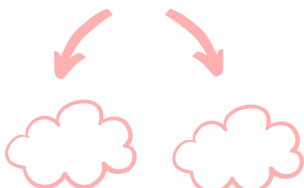


Mise en place de
siestes régulières

9 à 17 MOIS



2 à 4 h/jour

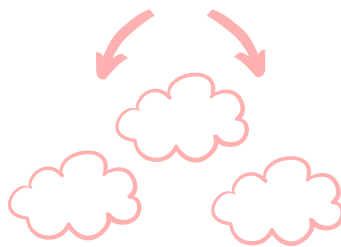


4 à 8 MOIS



3 à 4 h/jour

3 siestes

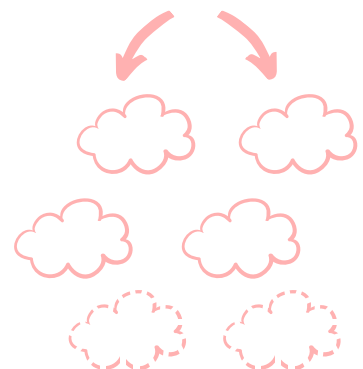


3 MOIS



durée :
5 à 6 h/jour

Répartition :
4 à 6 siestes



18 à 23 MOIS



2 à 3 h/jour

