

# CARTE DES PLEURS



Cher parent,  
Pour obtenir une vue d'ensemble sur les pleurs de bébé, veuillez compléter cette carte des pleurs pendant quelques jours.

Chaque heure est divisée en **6 cases de 10 minutes chacune**. Indiquez dans les cases quand et combien de temps bébé **pleure (P)**, **reçoit à manger (M)**, **vomit (V)**, **va à la selle (S)** ou **dort (D)**. Utilisez une lettre (P, M, V, S, D) et/ou un code couleur.

Prénom \_\_\_\_\_  
Nom de famille \_\_\_\_\_  
Date de naissance \_\_\_\_\_  
Biberon \_\_\_\_\_  
Allaitement \_\_\_\_\_

Date	00h00	01h00	02h00	03h00	04h00	05h00	06h00	07h00	08h00
	08h00	09h00	10h00	11h00	12h00	13h00	14h00	15h00	16h00
	16h00	17h00	18h00	19h00	20h00	21h00	22h00	23h00	00h00

Remarques

Date	00h00	01h00	02h00	03h00	04h00	05h00	06h00	07h00	08h00
	08h00	09h00	10h00	11h00	12h00	13h00	14h00	15h00	16h00
	16h00	17h00	18h00	19h00	20h00	21h00	22h00	23h00	00h00

Remarques

Date	00h00	01h00	02h00	03h00	04h00	05h00	06h00	07h00	08h00
	08h00	09h00	10h00	11h00	12h00	13h00	14h00	15h00	16h00
	16h00	17h00	18h00	19h00	20h00	21h00	22h00	23h00	00h00

Remarques

Date	00h00	01h00	02h00	03h00	04h00	05h00	06h00	07h00	08h00
	08h00	09h00	10h00	11h00	12h00	13h00	14h00	15h00	16h00
	16h00	17h00	18h00	19h00	20h00	21h00	22h00	23h00	00h00

Remarques

---



---

Date	00h00	01h00	02h00	03h00	04h00	05h00	06h00	07h00	08h00
	08h00	09h00	10h00	11h00	12h00	13h00	14h00	15h00	16h00
	16h00	17h00	18h00	19h00	20h00	21h00	22h00	23h00	00h00

Remarques

---



---

Date	00h00	01h00	02h00	03h00	04h00	05h00	06h00	07h00	08h00
	08h00	09h00	10h00	11h00	12h00	13h00	14h00	15h00	16h00
	16h00	17h00	18h00	19h00	20h00	21h00	22h00	23h00	00h00

Remarques

---



---

Date	00h00	01h00	02h00	03h00	04h00	05h00	06h00	07h00	08h00
	08h00	09h00	10h00	11h00	12h00	13h00	14h00	15h00	16h00
	16h00	17h00	18h00	19h00	20h00	21h00	22h00	23h00	00h00

Remarques

---



---