


Babydagbog



En 30-dages guidet dagbog



Hybrid

Skabt med LoomJournals

Sådan bruger du denne dagbog

Velkommen til din dagbog! Her er nogle tips til at få mest muligt ud af den:

- 1 Sæt et par minutter af hver dag til at skrive
- 2 Vær ærlig og skriv frit uden at dømme
- 3 Prøv at skrive på samme tidspunkt hver dag for at opbygge en vane
- 4 Gennemgå dine noter ugentligt for at opdage mønstre

-
- Udfyld den daglige tracker hver aften — amninger/flasker, søvntimer, lure og bleer
 - Bedøm dit barns humør og notér temperatur eller vægt, når det er relevant
 - Skriv om milepæle, førstegangsoplevelser og særlige øjeblikke i den linjerede sektion
 - Gennemgå ugentligt for at spotte mønstre i søvn, amning eller uro
 - Medbring dagbogen til lægeaftaler som reference



Scan for en detaljeret guide til, hvordan du bruger denne dagbog

Dato: _____

Fodring: _____

Timer sovet: _____

Antal lure: _____

Antal bleskift: _____

Humør (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Temperatur: _____

Vægt (kg): _____

Noter (hvordan var babyens dag? amme-/spisetider, søvn, ny adfærd, noter til børnelægen)

Milepæl (nogen milepæl eller første gang-begivenhed i dag?)

Babys første gang (første smil, første ord, første skridt — registrér hver opdagelse)

Babyerindring (et sjovt ansigtsudtryk, en ny lyd, et ømt øjeblik — skriv det ned, mens du husker det)

Dato: _____

Fodring: _____

Timer sovet: _____

Antal lure: _____

Antal bleskift: _____

Humør (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Temperatur: _____

Vægt (kg): _____

Noter (hvordan var babyens dag? amme-/spisetider, søvn, ny adfærd, noter til børnelægen)

Milepæl (nogen milepæl eller første gang-begivenhed i dag?)

Babys første gang (første smil, første ord, første skridt — registrér hver opdagelse)

Babyerindring (et sjovt ansigtsudtryk, en ny lyd, et ømt øjeblik — skriv det ned, mens du husker det)

Dato: _____

Fodring: _____

Timer sovet: _____

Antal lure: _____

Antal bleskift: _____

Humør (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Temperatur: _____

Vægt (kg): _____

Noter (hvordan var babyens dag? amme-/spisetider, søvn, ny adfærd, noter til børnelægen)

Milepæl (nogen milepæl eller første gang-begivenhed i dag?)

Babys første gang (første smil, første ord, første skridt — registrér hver opdagelse)

Babyerindring (et sjovt ansigtsudtryk, en ny lyd, et ømt øjeblik — skriv det ned, mens du husker det)

Dato: _____

Fodring: _____

Timer sovet: _____

Antal lure: _____

Antal bleskift: _____

Humør (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Temperatur: _____

Vægt (kg): _____

Noter (hvordan var babyens dag? amme-/spisetider, søvn, ny adfærd, noter til børnelægen)

Milepæl (nogen milepæl eller første gang-begivenhed i dag?)

Babys første gang (første smil, første ord, første skridt — registrér hver opdagelse)

Babyerindring (et sjovt ansigtsudtryk, en ny lyd, et ømt øjeblik — skriv det ned, mens du husker det)

Dato: _____

Fodring: _____

Timer sovet: _____

Antal lure: _____

Antal bleskift: _____

Humør (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Temperatur: _____

Vægt (kg): _____

Noter (hvordan var babyens dag? amme-/spisetider, søvn, ny adfærd, noter til børnelægen)

Milepæl (nogen milepæl eller første gang-begivenhed i dag?)

Babys første gang (første smil, første ord, første skridt — registrér hver opdagelse)

Babyerindring (et sjovt ansigtsudtryk, en ny lyd, et ømt øjeblik — skriv det ned, mens du husker det)

Dato: _____

Fodring: _____

Timer sovet: _____

Antal lure: _____

Antal bleskift: _____

Humør (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Temperatur: _____

Vægt (kg): _____



Noter (hvordan var babyens dag? amme-/spisetider, søvn, ny adfærd, noter til børnelægen)

Milepæl (nogen milepæl eller første gang-begivenhed i dag?)

Babys første gang (første smil, første ord, første skridt — registrér hver opdagelse)

Babyerindring (et sjovt ansigtsudtryk, en ny lyd, et ømt øjeblik — skriv det ned, mens du husker det)

Dato: _____

Fodring: _____

Timer sovet: _____

Antal lure: _____

Antal bleskift: _____

Humør (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Temperatur: _____

Vægt (kg): _____

Noter (hvordan var babyens dag? amme-/spisetider, søvn, ny adfærd, noter til børnelægen)

Milepæl (nogen milepæl eller første gang-begivenhed i dag?)

Babys første gang (første smil, første ord, første skridt — registrér hver opdagelse)

Babyerindring (et sjovt ansigtsudtryk, en ny lyd, et ømt øjeblik — skriv det ned, mens du husker det)

Dato: _____

Fodring: _____

Timer sovet: _____

Antal lure: _____

Antal bleskift: _____

Humør (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Temperatur: _____

Vægt (kg): _____

Noter (hvordan var babyens dag? amme-/spisetider, søvn, ny adfærd, noter til børnelægen)

Milepæl (nogen milepæl eller første gang-begivenhed i dag?)

Babys første gang (første smil, første ord, første skridt — registrér hver opdagelse)

Babyerindring (et sjovt ansigtsudtryk, en ny lyd, et ømt øjeblik — skriv det ned, mens du husker det)

Dato: _____

Fodring: _____

Timer sovet: _____

Antal lure: _____

Antal bleskift: _____

Humør (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Temperatur: _____

Vægt (kg): _____



Noter (hvordan var babyens dag? amme-/spisetider, søvn, ny adfærd, noter til børnelægen)

Milepæl (nogen milepæl eller første gang-begivenhed i dag?)

Babys første gang (første smil, første ord, første skridt — registrér hver opdagelse)

Babyerindring (et sjovt ansigtsudtryk, en ny lyd, et ømt øjeblik — skriv det ned, mens du husker det)

Dato: _____

Fodring: _____

Timer sovet: _____

Antal lure: _____

Antal bleskift: _____

Humør (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Temperatur: _____

Vægt (kg): _____

Noter (hvordan var babyens dag? amme-/spisetider, søvn, ny adfærd, noter til børnelægen)

Milepæl (nogen milepæl eller første gang-begivenhed i dag?)

Babys første gang (første smil, første ord, første skridt — registrér hver opdagelse)

Babyerindring (et sjovt ansigtsudtryk, en ny lyd, et ømt øjeblik — skriv det ned, mens du husker det)

Dato: _____

Fodring: _____

Timer sovet: _____

Antal lure: _____

Antal bleskift: _____

Humør (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Temperatur: _____

Vægt (kg): _____

Noter (hvordan var babyens dag? amme-/spisetider, søvn, ny adfærd, noter til børnelægen)

Milepæl (nogen milepæl eller første gang-begivenhed i dag?)

Babys første gang (første smil, første ord, første skridt — registrér hver opdagelse)

Babyerindring (et sjovt ansigtsudtryk, en ny lyd, et ømt øjeblik — skriv det ned, mens du husker det)

Dato: _____

Fodring: _____

Timer sovet: _____

Antal lure: _____

Antal bleskift: _____

Humør (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Temperatur: _____

Vægt (kg): _____

Noter (hvordan var babyens dag? amme-/spisetider, søvn, ny adfærd, noter til børnelægen)

Milepæl (nogen milepæl eller første gang-begivenhed i dag?)

Babys første gang (første smil, første ord, første skridt — registrér hver opdagelse)

Babyerindring (et sjovt ansigtsudtryk, en ny lyd, et ømt øjeblik — skriv det ned, mens du husker det)

Dato: _____

Fodring: _____

Timer sovet: _____

Antal lure: _____

Antal bleskift: _____

Humør (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Temperatur: _____

Vægt (kg): _____

Noter (hvordan var babyens dag? amme-/spisetider, søvn, ny adfærd, noter til børnelægen)

Milepæl (nogen milepæl eller første gang-begivenhed i dag?)

Babys første gang (første smil, første ord, første skridt — registrér hver opdagelse)

Babyerindring (et sjovt ansigtsudtryk, en ny lyd, et ømt øjeblik — skriv det ned, mens du husker det)

Dato: _____

Fodring: _____

Timer sovet: _____

Antal lure: _____

Antal bleskift: _____

Humør (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Temperatur: _____

Vægt (kg): _____



Noter (hvordan var babyens dag? amme-/spisetider, søvn, ny adfærd, noter til børnelægen)

Milepæl (nogen milepæl eller første gang-begivenhed i dag?)

Babys første gang (første smil, første ord, første skridt — registrér hver opdagelse)

Babyerindring (et sjovt ansigtsudtryk, en ny lyd, et ømt øjeblik — skriv det ned, mens du husker det)

Dato: _____

Fodring: _____

Timer sovet: _____

Antal lure: _____

Antal bleskift: _____

Humør (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Temperatur: _____

Vægt (kg): _____

Noter (hvordan var babyens dag? amme-/spisetider, søvn, ny adfærd, noter til børnelægen)

Milepæl (nogen milepæl eller første gang-begivenhed i dag?)

Babys første gang (første smil, første ord, første skridt — registrér hver opdagelse)

Babyerindring (et sjovt ansigtsudtryk, en ny lyd, et ømt øjeblik — skriv det ned, mens du husker det)

Dato: _____

Fodring: _____

Timer sovet: _____

Antal lure: _____

Antal bleskift: _____

Humør (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Temperatur: _____

Vægt (kg): _____

Noter (hvordan var babyens dag? amme-/spisetider, søvn, ny adfærd, noter til børnelægen)

Milepæl (nogen milepæl eller første gang-begivenhed i dag?)

Babys første gang (første smil, første ord, første skridt — registrér hver opdagelse)

Babyerindring (et sjovt ansigtsudtryk, en ny lyd, et ømt øjeblik — skriv det ned, mens du husker det)

Dato: _____

Fodring: _____

Timer sovet: _____

Antal lure: _____

Antal bleskift: _____

Humør (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Temperatur: _____

Vægt (kg): _____



Noter (hvordan var babyens dag? amme-/spisetider, søvn, ny adfærd, noter til børnelægen)

Milepæl (nogen milepæl eller første gang-begivenhed i dag?)

Babys første gang (første smil, første ord, første skridt — registrér hver opdagelse)

Babyerindring (et sjovt ansigtsudtryk, en ny lyd, et ømt øjeblik — skriv det ned, mens du husker det)

Dato: _____

Fodring: _____

Timer sovet: _____

Antal lure: _____

Antal bleskift: _____

Humør (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Temperatur: _____

Vægt (kg): _____

Noter (hvordan var babyens dag? amme-/spisetider, søvn, ny adfærd, noter til børnelægen)

Milepæl (nogen milepæl eller første gang-begivenhed i dag?)

Babys første gang (første smil, første ord, første skridt — registrér hver opdagelse)

Babyerindring (et sjovt ansigtsudtryk, en ny lyd, et ømt øjeblik — skriv det ned, mens du husker det)

Dato: _____

Fodring: _____

Timer sovet: _____

Antal lure: _____

Antal bleskift: _____

Humør (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Temperatur: _____

Vægt (kg): _____

Noter (hvordan var babyens dag? amme-/spisetider, søvn, ny adfærd, noter til børnelægen)

Milepæl (nogen milepæl eller første gang-begivenhed i dag?)

Babys første gang (første smil, første ord, første skridt — registrér hver opdagelse)

Babyerindring (et sjovt ansigtsudtryk, en ny lyd, et ømt øjeblik — skriv det ned, mens du husker det)

Dato: _____

Fodring: _____

Timer sovet: _____

Antal lure: _____

Antal bleskift: _____

Humør (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Temperatur: _____

Vægt (kg): _____

Noter (hvordan var babyens dag? amme-/spisetider, søvn, ny adfærd, noter til børnelægen)

Milepæl (nogen milepæl eller første gang-begivenhed i dag?)

Babys første gang (første smil, første ord, første skridt — registrér hver opdagelse)

Babyerindring (et sjovt ansigtsudtryk, en ny lyd, et ømt øjeblik — skriv det ned, mens du husker det)

Dato: _____

Fodring: _____

Timer sovet: _____

Antal lure: _____

Antal bleskift: _____

Humør (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Temperatur: _____

Vægt (kg): _____

Noter (hvordan var babyens dag? amme-/spisetider, søvn, ny adfærd, noter til børnelægen)

Milepæl (nogen milepæl eller første gang-begivenhed i dag?)

Babys første gang (første smil, første ord, første skridt — registrér hver opdagelse)

Babyerindring (et sjovt ansigtsudtryk, en ny lyd, et ømt øjeblik — skriv det ned, mens du husker det)

Dato: _____

Fodring: _____

Timer sovet: _____

Antal lure: _____

Antal bleskift: _____

Humør (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Temperatur: _____

Vægt (kg): _____

Noter (hvordan var babyens dag? amme-/spisetider, søvn, ny adfærd, noter til børnelægen)

Milepæl (nogen milepæl eller første gang-begivenhed i dag?)

Babys første gang (første smil, første ord, første skridt — registrér hver opdagelse)

Babyerindring (et sjovt ansigtsudtryk, en ny lyd, et ømt øjeblik — skriv det ned, mens du husker det)

Dato: _____

Fodring: _____

Timer sovet: _____

Antal lure: _____

Antal bleskift: _____

Humør (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Temperatur: _____

Vægt (kg): _____

Noter (hvordan var babyens dag? amme-/spisetider, søvn, ny adfærd, noter til børnelægen)

Milepæl (nogen milepæl eller første gang-begivenhed i dag?)

Babys første gang (første smil, første ord, første skridt — registrér hver opdagelse)

Babyerindring (et sjovt ansigtsudtryk, en ny lyd, et ømt øjeblik — skriv det ned, mens du husker det)

Dato: _____

Fodring: _____

Timer sovet: _____

Antal lure: _____

Antal bleskift: _____

Humør (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Temperatur: _____

Vægt (kg): _____

Noter (hvordan var babyens dag? amme-/spisetider, søvn, ny adfærd, noter til børnelægen)

Milepæl (nogen milepæl eller første gang-begivenhed i dag?)

Babys første gang (første smil, første ord, første skridt — registrér hver opdagelse)

Babyerindring (et sjovt ansigtsudtryk, en ny lyd, et ømt øjeblik — skriv det ned, mens du husker det)

Dato: _____

Fodring: _____

Timer sovet: _____

Antal lure: _____

Antal bleskift: _____

Humør (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Temperatur: _____

Vægt (kg): _____

Noter (hvordan var babyens dag? amme-/spisetider, søvn, ny adfærd, noter til børnelægen)

Milepæl (nogen milepæl eller første gang-begivenhed i dag?)

Babys første gang (første smil, første ord, første skridt — registrér hver opdagelse)

Babyerindring (et sjovt ansigtsudtryk, en ny lyd, et ømt øjeblik — skriv det ned, mens du husker det)

Dato: _____

Fodring: _____

Timer sovet: _____

Antal lure: _____

Antal bleskift: _____

Humør (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Temperatur: _____

Vægt (kg): _____



Noter (hvordan var babyens dag? amme-/spisetider, søvn, ny adfærd, noter til børnelægen)

Milepæl (nogen milepæl eller første gang-begivenhed i dag?)

Babys første gang (første smil, første ord, første skridt — registrér hver opdagelse)

Babyerindring (et sjovt ansigtsudtryk, en ny lyd, et ømt øjeblik — skriv det ned, mens du husker det)

Dato: _____

Fodring: _____

Timer sovet: _____

Antal lure: _____

Antal bleskift: _____

Humør (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Temperatur: _____

Vægt (kg): _____

Noter (hvordan var babyens dag? amme-/spisetider, søvn, ny adfærd, noter til børnelægen)

Milepæl (nogen milepæl eller første gang-begivenhed i dag?)

Babys første gang (første smil, første ord, første skridt — registrér hver opdagelse)

Babyerindring (et sjovt ansigtsudtryk, en ny lyd, et ømt øjeblik — skriv det ned, mens du husker det)

Dato: _____

Fodring: _____

Timer sovet: _____

Antal lure: _____

Antal bleskift: _____

Humør (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Temperatur: _____

Vægt (kg): _____

Noter (hvordan var babyens dag? amme-/spisetider, søvn, ny adfærd, noter til børnelægen)

Milepæl (nogen milepæl eller første gang-begivenhed i dag?)

Babys første gang (første smil, første ord, første skridt — registrér hver opdagelse)

Babyerindring (et sjovt ansigtsudtryk, en ny lyd, et ømt øjeblik — skriv det ned, mens du husker det)

Dato: _____

Fodring: _____

Timer sovet: _____

Antal lure: _____

Antal bleskift: _____

Humør (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Temperatur: _____

Vægt (kg): _____

Noter (hvordan var babyens dag? amme-/spisetider, søvn, ny adfærd, noter til børnelægen)

Milepæl (nogen milepæl eller første gang-begivenhed i dag?)

Babys første gang (første smil, første ord, første skridt — registrér hver opdagelse)

Babyerindring (et sjovt ansigtsudtryk, en ny lyd, et ømt øjeblik — skriv det ned, mens du husker det)

Dato: _____

Fodring: _____

Timer sovet: _____

Antal lure: _____

Antal bleskift: _____

Humør (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Temperatur: _____

Vægt (kg): _____

Noter (hvordan var babyens dag? amme-/spisetider, søvn, ny adfærd, noter til børnelægen)

Milepæl (nogen milepæl eller første gang-begivenhed i dag?)

Babys første gang (første smil, første ord, første skridt — registrér hver opdagelse)

Babyerindring (et sjovt ansigtsudtryk, en ny lyd, et ømt øjeblik — skriv det ned, mens du husker det)