Щоденник сну

Ім’я людини _____

Тиждень із _____

	Лягли спати	Заснули (приблизно)	Скільки разів прокидаюся вночі	Прокинулися	Денний сон	Нотатки
понеділок						
вівторок						
середа						
четвер						
п’ятниця						
субота						
неділя						

Нотатки