



# MIEGO SUFLERIS

Amžius	Pietų miegelių skaičius	Pietų miegelių trukmė	Budrumo laikas	Naktinis miegelis
11 - 15 sav.	3	30 min. - 2 val.	1,5 val.	19:00 - 21:00
4 – 5 mėn.	3	1 - 2 val.	2 val.	19:00 - 20:00
6 - 7 mėn.	2 – 3	1 - 2 val.	2,5 - 3 val.	19:00 - 20:00
8 - 10 mėn.	2	1 - 2 val.	3 val.	19:00 - 20:00
11 - 12 mėn.	2	1 - 2 val.	3,5 - 4 val.	19:00 - 20:00
13 - 18 mėn.	2 – 1	1 - 3 val.	4,5 - 5 val.	19:00 - 20:00
18 mėn. – 2,5 metų	1	1,5 - 3 val.	5 - 5,5 val.	19:00 - 20:00
2,5 - 3 metai	1 - 0	1 - 3 val.	5,5 val.	19:00 - 20:00