

Questionnaire sur le sommeil

Pays :

Date :

École :

Niveau :

Nom de l'instructeur ou instructrice Racines de l'empathie :

<i>Date</i>	<i>Heure d'endormissement</i>	<i>Heure de réveil</i>	<i>Nombre d'heures de sommeil</i>

Nombre total d'heures de
sommeil pour la semaine : _____

Nombre moyen d'heures
de sommeil par nuit : _____