

## Hoe laat moet mijn Kind naar Bed?

### Tijd van wakker worden

**6:00      6:15      6:30      6:45      7:00      7:15      7:30**

**Leeftijd**

**Bedtijd**

<b>5</b>	18:45	19:00	19:15	19:30	19:45	20:00	20:15
<b>6</b>	19:00	19:15	19:30	19:45	20:00	20:15	20:30
<b>7</b>	19:15	19:30	19:45	20:00	20:15	20:30	20:45
<b>8</b>	19:30	19:45	20:00	20:15	20:30	20:45	21:00
<b>9</b>	19:45	20:00	20:15	20:30	20:45	21:00	21:15
<b>10</b>	20:00	20:15	20:30	20:45	21:00	21:15	21:30
<b>11</b>	20:15	20:30	20:45	21:00	21:15	21:30	21:45
<b>12</b>	20:30	20:45	21:00	21:15	21:30	21:45	22:00
<b>13</b>	20:45	21:00	21:15	21:30	21:45	22:00	22:15
<b>14</b>	21:00	21:15	21:30	21:45	22:00	22:15	22:30
<b>15</b>	21:30	21:45	22:00	22:15	22:30	22:45	23:00
<b>16-18</b>	22:00	22:15	22:30	22:45	23:00	23:15	23:30