

Sestav si svá pravidla



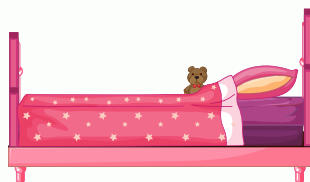
Nastavím si časové limity:

Mobil vezmu ráno do ruky nejdříve v hodin.

Mobil večer odložím nejpozději v hodin.



Kam nebudu chodit s mobilem:



Stanovím si den (odpoledne) bez mobilu:

Pondělí

Středa

Pátek

Neděle

Úterý

Čtvrtek

Sobota

Jak budu trávit čas bez mobilu:

.....

