

دور شدن از اینترنت، گوشی تلفن همراه و شبکه‌های اجتماعی و مانیتور

بعد از ساعت ۰۰:۰۰ همه این‌ها برای من ممنوع میشه!

تاریخ	موفق / ناموفق
۲	
۳	
۴	
۵	
۶	
۷	
۸	
۹	
۱۰	
۱۱	
۱۲	
۱۳	
۱۴	
۱۵	
۱۶	
۱۷	
۱۸	
۱۹	
۲۰	
۲۱	
۲۲	
۲۳	
۲۴	
۲۵	
۲۶	
۲۷	
۲۸	
۲۹	
۳۰	

سجاد سلیمانی

مربی و مدرس مدیریت زمان

sajadSoleimani.com