

جدول پایش فلق هفتگی

شنبه	یک شنبه	دوشنبه	سه شنبه	چهار شنبه	پنج شنبه	جمعه
+۴ (مانیک)						
+۳						
+۲						
+۱						
۰						
-۱						
-۲						
-۳						
-۴ (افسرده)						
فواب شبانه						
سطح انرژی (۱-۵)						
توضیحات:						