

Fazer cadastro:

Nome:

Foto:

Adicionar foto

Enviar

Pular



Gestão de Tempo | Redes Sociais

Aqui você poderá controlar quanto tempo passa utilizando aplicativos de redes sociais por dia, durante o trabalho, escola e em casa. Para isso selecione uma das opções e clique no botão abaixo assim que começar e/ou parar de utilizar redes sociais.

Em que lugar você está no momento:

☐

Trabalho

☐

Escola

☐

Casa

☐

Outro

Início

Fim / Parada

Informe o horário de início:

Exemplo: 14:30

Enviar

Cancelar

Informe o horário de fim:

Exemplo: 16:00

Enviar

Cancelar

Tempo de Uso

Você passou



Utilizando aplicativos de redes sociais em x lugar.

Voltar >



Usuário



Fazer Cadastro



Arthur



Minha conta



Arthur



Minha conta



Nome:

Arthur Rodolpho

Foto de Perfil:



Alterar foto

Alterar mudanças

Cancelar



Nome:

Arthur Rodolpho

Foto de Perfil:



Selecionar foto

Alterar mudanças

Cancelar