

Guia Livi

# Checklist para tirar a rotina do improvisado

Um apoio simples para marcar à mão, dividir com a família e revisar a rotina sem pressa.

## O Brasil mudou de idade. A rotina das famílias também

PARA MARCAR

- Listar consultas, exames e retornos do mês**
- Registrar remédios em uso conforme orientação recebida**
- Separar documentos e contatos úteis**
- Definir quem acompanha cada próximo passo**
- Revisar o combinado com a pessoa 60+**

### COMO USAR

Marque o que já está claro e deixe os pontos em aberto para uma conversa curta.

### PRÓXIMO PASSO

Defina quem atualiza a informação e quando a família olha de novo.