

Guia Livi

Checklist para criar uma central simples

Um roteiro para famílias que já cuidam, mas precisam de um lugar mais confiável para registrar próximos passos.

Central da rotina familiar: quando consultas, remédios e prestadores precisam ficar juntos

PARA
MARCAR

- Escolher onde ficam consultas, exames e retornos
- Registrar remédios e receitas sem alterar orientação médica
- Listar prestadores e contatos úteis
- Definir quem recebe avisos da rotina
- Separar acompanhamento cotidiano de urgência

COMO USAR

Use para mapear o que hoje está espalhado. Depois escolha uma parte para organizar primeiro.

PRÓXIMO PASSO

Se tudo parece urgente, comece por consultas e remédios. São os dois pontos que mais pedem continuidade.