

Guia Livi

Checklist para conversar em família

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

Copa em família: como curtir os jogos sem bagunçar a rotina de cuidado

PARA
MARCAR

- Anotar horário do jogo e compromissos do dia
- Combinar refeição, remédios e descanso
- Perguntar como a pessoa idosa quer participar
- Separar transporte, documentos e contatos úteis
- Definir quem acompanha o próximo passo depois do encontro

COMO USAR

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

PRÓXIMO PASSO

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