

Guia Livi

## Checklist de rotina em dia cheio

Um checklist para dias em que a família se reúne e a rotina muda um pouco.

### Dia de jogo com pessoa 60+: remédios, contatos e próximos passos

PARA  
MARCAR

- Anotar horário do jogo, refeição e volta
- Ver remédios de uso habitual conforme orientação já recebida
- Separar contatos úteis e transporte
- Definir quem acompanha cada próximo passo
- Registrar recados que surgirem durante o encontro

#### COMO USAR

Preencha antes do encontro e revise depois, sem transformar o dia em tarefa pesada.

#### PRÓXIMO PASSO

O que surgir durante o jogo precisa virar responsável, data ou lembrete.