

PÁGINA-RESUMO

Minha conversa em uma página

Esta página-resumo integra o Guia Prático 03 — Roteiro para contar a alguém e também é disponibilizada separadamente para consulta rápida. O guia completo reúne explicações, etapas e campos de preenchimento.

Pessoa escolhida:

O que preciso contar agora:

Por que estou contando:

O impacto que reconheço:

O que já comecei a fazer:

A ajuda concreta que quero pedir:

O limite que preciso manter:

Próximo passo e prazo:
