espaço transfronteiriço sobre o envelhecimento

FOLHA DE ITINERÁRIO 1ª

Agora eu: O que penso, sinto e preciso?

1 - Reparo em lapsos de memória… Sei o que está a acontecer?

_____

_____

2 - Gostaria de saber mais sobre os meus lapsos de memória? _____ SIM ☐ o NÃO ☐

3 - Quem são as pessoas que mais amo?

1-_____

2- _____

3- _____

4- _____

4 - Contei-lhes como se sinto? Do que preciso agora? O que me preocupa? _____ SIM ☐ o NÃO ☐

5 - Gostaria de tomar agora alguma decisão sobre a minha saúde ou os meus cuidados? _____ SIM ☐ o NÃO ☐

6 - Gostaria de tomar agora alguma decisão sobre o meu património/dinheiro/poupanças? _____ SIM ☐ o NÃO ☐

7 - Quem gostaria que me ajudasse se piorar e não conseguir decidir sozinho(a)?

_____

_____