

**PÁGINA-RESUMO**

# Minha conversa em uma página

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:

---

---