Sagbar per adulti che balbettano

Sagbar è un'app per persone che balbettano. Offre brevi esercizi di respirazione, di avvio della voce, di ritmo e per i pensieri prima di conversazioni difficili. Decidi tu quando e per quanto tempo esercitarti.

Cosa aspettarti

- Dieci brevi esercizi che puoi mettere in pausa o interrompere in qualsiasi momento.
- Nessun account, nessuna pubblicità, nessun conteggio della tua balbuzie. I dati restano sul tuo dispositivo.
- Sagbar usa il microfono e la fotocamera solo negli esercizi che ne hanno bisogno.

Come iniziare

- Inizia con un esercizio di respirazione tranquillo. Bastano tre minuti.
- Meglio esercitarsi spesso e poco che di rado e a lungo. Un giorno di pausa non è un passo indietro.
- Se segui un percorso di logopedia, parla della tua lista di esercizi con il tuo logopedista.

Sagbar è un'app di auto-aiuto. Non sostituisce la logopedia e non fa diagnosi.