Zo gebruik je Sagbar tussen de sessies

Je logopedist heeft je een oefenlijst gegeven. Hier lees je hoe je die in Sagbar gebruikt.

De lijst openen

- Open de link of scan de QR-code. De oefenlijst opent in Sagbar.
- De lijst toont je oefeningen, hoe vaak per week en hoe lang, en een notitie van je logopedist.
- De lijst staat alleen op je toestel en geldt tot de aangegeven datum.

Tussen de sessies

- Oefen zo vaak als de lijst aangeeft. Kost het moeite, doe dan minder. Pauzeren mag altijd.
- Onthoud wat goed ging en wat moeilijk was, en neem het mee naar de volgende sessie.
- Voelt een oefening onprettig, stop dan en bespreek het in de volgende sessie.

Sagbar is een zelfhulp-app. Ze vervangt geen logopedie en stelt geen diagnose.