



Datum:

Naam:

Geboortedatum:

Hulpvraag:

Bijvoorbeeld: Wil leren wat er zelf gedaan kan worden om (klachten) te verminderen.

Verwachtingen:

Bijvoorbeeld: Wil herstelbevordende oefeningen en adviezen.

Hoofdoel:

Doel:	Getal:	Verrichting:	Tijdspad:
1.			

SMART; specifiek/meetbaar/acceptabel/realistisch/tijdgebonden

Bijvoorbeeld: Aanleren van een goede functie van de bekkenbodemp binnen een periode van 16 wkn



Subdoelen:

Doel:	Getal:	Verrichting:	Tijdspad:
1.			
2.			
3.			

SMART; specifiek/meetbaar/acceptabel/realistisch/tijdgebonden

Bijvoorbeeld: Bekkenbodem 10x kunnen aan- en ontspannen op nivo 2 in 6 wkn.