**Werkblad ‘Houd de zaag scherp’**

Met dit werkblad maak je (bewust) een inventarisatie van jouw werken in de vier dimensies ‘Houd de zaag scherp’.

Je houdt jezelf scherp wanneer je werkt aan vier dimensies:

* De lichamelijke dimensie
* De geestelijke dimensie
* De sociaal-emotionele dimensie
* De spirituele dimensie

**Lichamelijke dimensie**

Wat doe ik al regelmatig:

* …

Mijn oordeel:

*Ik vind dat …*

Wat ga ik anders of beter doen?

1.

2.

3.

*Schrijf niet alleen op wat je gaat doen, maar ook wanneer je dat gaat doen en hoe je dit gaat borgen. Anders blijft het bij goede intenties.*

**Spirituele dimensie**

Wat doe ik al regelmatig:

* …

Mijn oordeel:

*Ik vind dat …*

Wat ga ik anders of beter doen?

1.

2.

3.

**Geestelijke dimensie**

Wat doe ik al regelmatig:

* …

Mijn oordeel:

*Ik vind dat …*

Wat ga ik anders of beter doen?

1.

2.

3.

**Sociaal-emotionele dimensie**

Wat doe ik al regelmatig:

* …

Mijn oordeel:

*Ik vind dat …*

Wat ga ik anders of beter doen?

1.

2.

3.