

MIJN PAD NAAR ZELFREDZAAMHEID

Bent u zelfredzamer aan het worden?

Duid aan in welke mate deze uitspraken op u van toepassing zijn om te kijken hoe het staat met uw zelfredzaamheid.

Deze test is geen volledige lijst met richtlijnen. Wanneer u deze vragenlijst onder gebed met uw gezin doorneemt en bespreekt, kan de Heilige Geest u influisteren wat u kunt verbeteren.

Overweeg na het invullen van de vragenlijst doelen te stellen op die gebieden waarin uw score te wensen overlaat.

Vorbereid zijn

- 1. Ik heb geld opzij gezet om te gebruiken in geval van nood.
- 2. Ik heb een noodpakket in voorraad, met materiaal zoals dekens, kaarsen en zaklantaarns.
- 3. Ik bewaar belangrijke documenten op een veilige plek, en mijn gezinsleden en ik weten waar ze die kunnen vinden.
- 4. Ik koop geregeld voedsel en water voor mijn voorraad.
- 5. Ik gebruik dat voedsel zodat de houdbaarheidsdatum niet overschreden wordt en vul de voorraad weer aan.

Lichamelijke gezondheid

- 1. Ik doe geregeld aan lichaamsbeweging.
- 2. Ik eet elke dag gezond en drink voldoende water.
- 3. Ik leef het woord van wijsheid na en moedig anderen aan om dat ook te doen.
- 4. Ik vermijd verslaving aan schadelijke middelen.
- 5. Ik slaap voldoende maar niet langer dan nodig is.

Financiën

- 1. Ik bespaar door onnodige uitgaven te verminderen.
- 2. Ik zet geregeld geld opzij op een spaar- of beleggingsrekening.
- 3. Ik vermijd onnodige schulden.
- 4. Ik betaal een eerlijke tiende en een gulle vastengave.
- 5. Ik draag zorg voor mijn bezittingen zodat ze langer meegaan.

Opleiding

- 1. Ik benut kansen om in formele en informele situaties bij te leren.
- 2. Wanneer ik een opleiding wil volgen, onderzoek ik hulpmiddelen zoals studiebeurzen of het permanent studiefonds.
- 3. Ik sta open voor ideeën en opinies die niet overeenkomen met de mijne.
- 4. Ik vraag de hulp van de Heilige Geest om de waarheid te herkennen en te onthouden wat ik heb geleerd.
- 5. Ik bestudeer dagelijks het evangelie als onderdeel van mijn vorming.

Werk

- 1. Ik lever inspanningen om mijn professionele talenten en mijn productiviteit te verbeteren door studiebijeenkomsten en bijscholing.
- 2. Ik kan goed met anderen samenwerken en zij vertrouwen mij.
- 3. Voor ik ga solliciteren, zorg ik ervoor dat mijn cv en mijn gespreksvaardigheden in orde zijn.
- 4. Wanneer ik op zoek ga naar werk, doe ik dat onder gebed en met een positieve instelling.
- 5. Ik probeer nieuwe contacten te leggen die me aan werk kunnen helpen.

Antwoorden

1 = Nooit, **2** = Soms, **3** = Vaak, **4** = Bijna altijd, **5** = Altijd