



STRIDES
FOR DIABETES AWARENESS

TM

당뇨병 인식 제고 걷기대회

모든 라이온스 클럽은 자율적으로 운영됩니다. 즉, 각각의 라이온스클럽은 자체 행사를 시행하고 현지 법률 및 규정을 준수하는 독립적인 단체입니다. 본 계획서는 권장사항을 제시하기 위한 것으로 법률 자문 또는 모범 사례로 간주되어서는 안되며, 본 계획서의 활동들은 해당 지역사회에 적합하지 않을 수도 있습니다. 모든 법률 및 규정, 안전 지침, 모범 사례를 준수할 수 있도록 현지 전문가와 상의하시기 바랍니다.





당뇨병 인식 제고 걷기대회

본 사업 계획서는 소속 클럽이 당뇨병에 대한 인식을 제고하고 교육 자료 및 신체 활동의 그룹 참여를 통해 건강한 운동의 중요성을 일깨워줌과 동시에 시각적 효과가 뛰어난 가족 친화적 지역사회 행사를 기획하도록 돕습니다

이러한 사업에 착수함으로써, 귀하는 우리가 당뇨병 유병률 감소 및 당뇨병 환자들의 삶의 질 개선이라는 전략적 비전을 달성할 수 있도록 지원하게 됩니다.

행사 기획을 시작합니다.

아래의 공란에 내용을 기입하여 행사의 세부 사항을 결정하십시오.

달성해야 할 목표 교육을 통해 당뇨병에 대한 지역사회 인식 제고 및 건강한 삶 장려	소요 시간 2- 3 시간	장소 <input type="radio"/> 야외 공간 <input type="radio"/> 학교 또는 교육 시설 <input type="radio"/> 지역 레크리에이션 시설 <input type="radio"/> 기타 _____
	기획 기간 2-3 개월	
	시작/종료일 _____	

예상 참가자

행사에서 봉사하고 싶은 대상을 선택하십시오.

봉사 대상: <input type="radio"/> 어린이 <input type="radio"/> 청소년 <input type="radio"/> 성인 <input checked="" type="radio"/> 모든 연령	봉사 제공자: <input type="radio"/> 국가, 지역 보건 당국 <input type="radio"/> 지역사회 의료 시스템 (병원, 클리닉, 당뇨병 교육자, 피트니스 강사) <input type="radio"/> 현지 기업	참고:
---	--	------------

봉사 사업에 필요한 모든 업무를 결정합니다.

모든 봉사 사업은 다음 업무를 포함해야 합니다.

1. 신체 활동을 결정합니다.



- ▶ 활동에는 걷기, 달리기, 자전거 타기, 춤 또는 기타 체계적인 신체 활동이 포함될 수 있습니다.
- ▶ 선택된 활동은 최소 30분 이상 지속되거나 거리를 미리 결정해 두어야 합니다.

활동

a. _____

b. _____

c. _____

d. _____

e. _____

f. _____

2. 교육 자료를 선택합니다.



- ▶ 교육 자료는 보건 당국, 지역사회 의료 시스템(병원, 현지 클리닉, 현지 당뇨병 교육자), 현지 당뇨병 협회에서 제공받아야 합니다.
- ▶ 국제협회 걷기대회 프로그램 자료를 검토합니다(추가 자료는 www.lionsclubs.org 참조).

자료

a. _____

b. _____

c. _____

d. _____

e. _____

f. _____

자원봉사자 계획서

행사를 도울 자원봉사자들에게 역할을 배정합니다.

직책/역할:	성명	연락처	참고
행사 책임자			라이언/레오 또는 의료 전문가가 될 수 있습니다. 단, 반드시 당뇨에 대한 기본 지식을 가지고 있어야 하며, 행사 운영 제반사항과 자원봉사자 둘 다 관리할 수 있어야 합니다.
자원봉사자 관리자			
마케팅 담당자			
신체 활동 담당자			신체 활동에 참여하는 동안 참가자의 안전을 보장할 수 있는 신체 활동 전문가여야 합니다.
현지 응급 의료 서비스			의학적 응급 상황이 발생할 경우에 대비하여 항상 대기해야 합니다.
행사 사진사			(선택사항) 홍보 목적으로 행사 사진을 사용하려면 동의서에 참가자들의 서명을 받아야 합니다.
지역 파트너/협력자 권장 사항: 국가, 지역 보건 당국, 지역사회 의료 시스템, 현지 당뇨병 협회, 기업, 의료인			지역사회 기업이 행사 홍보 및 후원을 통해 도움을 줄 수 있습니다.
기타			

선택한 활동에서 성인과 어린이를 적절한 비율로 배정합니다.

라이언 수	
레오 수	
기타 인원	

자원봉사자 권장 비율*:

- » 0- 4 세: 어린이 4명 당 자원봉사자 1명
- » 5- 8 세: 어린이 6명 당 자원봉사자 1명
- » 9- 12 세: 어린이 8명 당 자원봉사자 1명
- » 13- 18 세: 어린이 10명 당 자원봉사자 1명

*대부분의 지자체에는 보육 근로자에게 배정될 수 있는 어린이의 수를 제한하는 법률이 있으며, 모든 활동들은 현지 규정을 준수해야 합니다.

달성 가능한 봉사사업 단계를 설정합니다.

행사 책임자는 본 서류의 작성을 완료하고 진행 상황을 확인할 것입니다.

현황	업무	마감일	업무 담당자	도움말
×	소속 클럽에 알리기			행사에 대한 내용을 소속 클럽에 알리는 회의 개최하기
	행사 명칭/제목 만들기			
	기획 위원회 구성			<ul style="list-style-type: none"> » 행사 참가자, 활동 및 운영에 대한 결정 » 자원봉사자 활동 결정 및 배정
	잠재적인 행사 협력자 파악			<ul style="list-style-type: none"> » 보건 당국 » 지역사회 의료인 » 피트니스 단체 » 건강식품 사업 » 스포츠 용품점 » 노인 종합 시설
	기초 예산 준비			
	장소, 날짜 및 시간 확정			고려 사항: <ul style="list-style-type: none"> » 연중 시기/날씨 » 장소 수용 인원의 유연성 » 장소의 안전성 » 다양한 사람들을 위한 접근성 » 악천후 시 대체 가능한 시설/장소 고려
	적절한 보험 가입			담당자에게 확인하여 보험 증서 또는 추가 보험 필요 여부를 결정합니다. 모든 라이온스 클럽에 제공되는 일반 책임 보험 약관에 따른 보장 내역에 관한 질문은 http://lionsclubs.org/pib-en 을 방문하여 프로그램 보험 책자를 검토하십시오.
	필요한 자원봉사자 확보			

달성 가능한 봉사사업 단계를 설정합니다(계속).

현황	업무	마감일	업무 담당자	도움말
	걷기대회 행사 홍보			고려 사항: > 현지 매체 행사 초대 > 보도 자료를 준비하고 현지 매체와 공유 > 현지 유명 인사 또는 스포츠 스타에게 도움 요청 > 소셜 미디어 플랫폼 > 클럽 네트워크에 이메일 전송 > 걷기대회 행사 후 성공 사례 포함
	등록/정보 수집 계획			전단지, 디지털 자료 등 포함 가능
	추가 행사 구성 요소 및 레이아웃 결정			고려 사항: > 신체 활동 공간에 필요한 모든 특별 요청 사항(표지판, 안내 표시 등) > 물과 건강 간식이 준비된 휴식 공간 > 교육자료 및 행사 협력 단체를 위한 안내 부스 > 응급처치
	행사 계획 확정			행사 전에 모든 봉사 지원자 또는 행사 협력 단체에 연락하여 행사에서 맡은 역할을 수행할 준비가 되었는지 확인합니다.
	행사 후 회의를 마련하여 성과를 축하하고 개선사항 논의			> 참가자 및 자원봉사자 만족도 > 참가자 연령대 > 편리한 행사 등록 > 장소 및 안전
	향후 추가 걷기대회 행사 논의를 위한 회의 일정 수립			> 모든 연령의 지역사회 구성원들이 참여할 수 있는 다양한 유형의 운동 행사 계획을 생각해 봅니다. > 걷기대회 행사와 지역사회 일정표 상의 다른 공공 행사와 겹치지 않도록 합니다.

봉사 사업을 위한 예산을 책정합니다.

행사를 위한 재정 사항 결정을 위해 본 예산 계획서를 이용할 수 있습니다.

설명	수량	비용	총 지출	현물/기부	수입	잔액
교육						
교육 자료						
장비						
시설/장소 대여						
참가자 상						
테이블/의자						
행사 표지판						
마케팅						
홍보 자료						
기타						
현지 후원자/지원자						
건강 간식 및 물						

봉사사업 성과를 평가합니다.

행사 기획 위원회를 재소집하여 봉사 성과를 축하하고 결과를 보고하십시오!

성과 평가			
봉사 사업 평가			
수혜자 수		기타 항목	
자원봉사자 수		기금 모금액	
자원봉사 시간		기부금을 받고 있는 단체	
		기부 금액	
봉사사업 되돌아보기			
1. 건강한 삶을 교육하고 장려하여 당뇨병에 대한 지역사회 인식을 제고시킬 수 있었습니까? 그렇게 생각한 이유는 무엇입니까?			
2. 가장 큰 성과는 무엇입니까?			
3. 가장 힘들었던 점은 무엇입니까?			
4. 본 행사를 다시 진행하시겠습니까? 그렇게 생각한 이유는 무엇입니까?			

MyLion: MyLion에 반드시 등록해야 합니다. 웹 브라우저에서 MyLion에 로그인하여 스마트폰에 MyLion 모바일 앱을 다운로드합니다. MyLion을 통해 클럽 회원들과 행사 활동을 쉽게 계획하고 초대 및 공유할 수 있습니다. MyLion을 활용하여 현지 라이온 및 레오, 전 세계 모든 이들과 건기대회 행사를 축하하고 공유하십시오!

