



Konkret aktivitet: Vad vet du om diabetes?

Eftersom kampen mot diabetes är personlig är det viktigt att förstå hur diabetes påverkar samhället, inklusive andra medlemmar i klubben.

Denna övning har två delar där klubbmedlemmarna kommer att reflektera över sin relation till diabetes och därefter komma på idéer för serviceprojekt som skapar information, uppmuntrar till att förhindra sjukdomen och hjälper människor med diabetes att få tillgång till livräddande behandling.

DEL ETT

Du behöver:

- Papper att skriva på
- Tuschpennor
- Plats för medlemmarna att sitta i cirkel

Instruktioner för ledaren:

1. Placera deltagarna i en cirkel.
2. Ge varje deltagare ett papper och en tuschpenna.
3. Be deltagarna att fundera över sin personliga relation med diabetes. Ställ frågor som till exempel: "Vilken är din personliga kontakt med diabetes?" "Vilka känner du som har eller har haft diabetes?"
4. Be deltagarna att skriva ner sina svar och därefter vända pappret nedåt och lägga det i knät när de är färdiga.
5. När alla är färdiga går du runt i cirkeln och ber var och en att hålla upp sitt papper så att alla kan se.
6. Sammanfatta kommentarer och led diskussionen om hur diabetes påverkar många människor på olika sätt.



Konkret aktivitet: Vad vet du om diabetes?

DEL TVÅ

När klubbmedlemmarna nu förstår hur diabetes påverkar andra medlemmar är det dags att börja tänka på diabetesrelaterade serviceprojekt som kan ha påverkan i det lokala samhället.

Instruktioner för ledaren:

1. Dela upp deltagarna i små grupper.
2. Ge varje deltagare ett nytt papper och en tuschpenna.
3. Be varje grupp att under 15 minuter diskutera vilka typer av aktiviteter som kan hjälpa till att förhindra och hantera diabetes lokalt.
4. Efter gruppdiskussionerna samlas alla deltagare i en stor cirkel.
5. Be varje deltagare att skriva ner en insats de kan göra som handlar om att förhindra eller hantera diabetes.
6. Be en i taget att hålla upp sina papper och beskriva sina föreslagna insatser.
7. Diskutera de olika förslagen i gruppen.
8. Sammanfatta alla de goda idéerna och välj ut några serviceprojekt som din klubb kan arbeta med.