



## 임신성 당뇨병 환자를 위한 건강한 식사

모든 라이온스 클럽은 자율적으로 활동합니다. 다시 말해, 각각의 라이온스 클럽은 자체적인 행사를 진행하고 현지 법과 규정을 준수할 책임이 있는 독립적인 주체입니다. 본 계획서는 권장 사항을 제공하기 위함이며, 법률 조언이나 모범 사례로 간주되어서는 안 됩니다. 본 계획서의 활동들은 해당 지역사회에서 적절하지 않을 수 있습니다. 모든 법, 규정, 안전 지침 및 모범 관행을 준수할 수 있도록 현지 전문가와 상담하십시오.



# 임신성 당뇨병 환자를 위한 건강한 식사

본 프로젝트 계획서는 소속 클럽이 임산부를 위한 건강한 레시피를 소개하고 임신성 당뇨병의 예방 및 성공적인 관리에 대한 정보를 제공하는 지역사회 행사를 주최할 수 있도록 돕습니다.

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

## 행사 계획을 시작하십시오.

아래 양식에 있는 공란을 기입하여 행사의 세부사항을 결정하십시오.

<b>달성할 내용</b> ① 모두가 환영받고 안전하고 환경에서 지역 사회에 임신성 당뇨병에 대한 교육 제공	<b>기간</b> 1-2시간	<b>위치</b> <input type="radio"/> 학교 또는 교육 시설 <input type="radio"/> 지역 레크리에이션 시설 <input type="radio"/> 기타 _____
	<b>계획 시기</b> 2-3개월	
	<b>시작/종료 날짜</b> _____	

<b>계획된 참가자</b> 행사에서 봉사하고자 하는 대상을 선택하십시오.		
<b>우리가 봉사할 사람들:</b> <input type="radio"/> 아이들 <input type="radio"/> 청소년 <input checked="" type="radio"/> 성인 <input type="radio"/> 모든 사람	<b>서비스 제공자:</b> <input type="radio"/> 현지 영양사 <input type="radio"/> 현지 당뇨 협회 <input type="radio"/> 현지 당뇨 전문 교육자 <input type="radio"/> 지역 병원	<b>메모:</b> _____

## 프로젝트에 필요한 모든 업무를 결정합니다.

모든 프로젝트는 다음의 업무를 포함해야 합니다.

### 1. 건강하면서도 문화적으로 적절한 레시피를 결정합니다.



#### 간단한 정보

- ▶ 준비된 레시피는 요리 시연 진행자와 임산부를 위한 영양 섭취를 다뤄본 경험이 있는 전문가(임신성 당뇨병과 관련된 경험이 있는 전문가 권장)와 함께 공동으로 결정되어야 합니다

레시피 아이디어

- |          |          |
|----------|----------|
| a. _____ | d. _____ |
| b. _____ | e. _____ |
| c. _____ | f. _____ |

### 2. 임신성 당뇨병에 대한 교육 자료를 선택합니다.



#### 간단한 정보

- ▶ 임신 기간 동안 건강식단과 식생활 습관의 중요성을 강조해야 합니다

자료

- |          |          |
|----------|----------|
| a. _____ | d. _____ |
| b. _____ | e. _____ |
| c. _____ | f. _____ |

### 3. 참가자들을 위한 추천 서비스를 파악합니다.



#### 간단한 정보

- ▶ 참가자들이 광범위한 질문을 가지고 있거나 가능한 테스트 또는 추가적인 정보를 얻기 위해 현지 보건의료자원에 문의하고자 하는 경우를 대비해, 사전에 해당 의료자원을 파악해놓아야 합니다

잠재적인 추천 서비스

- |          |          |
|----------|----------|
| a. _____ | d. _____ |
| b. _____ | e. _____ |
| c. _____ | f. _____ |

# 자원봉사자 계획서

행사에 자원봉사자의 역할을 배정합니다.

지위/역할	이름	연락 정보	메모
요리 시연 전문가			라이언/레오 또는 당뇨병 환자들의 삶을 지원해본 경험이 있는 요리 전문가가 될 수 있습니다
행사 책임자			라이언/레오가 될 수 있습니다. 단, 반드시 임신성 당뇨병에 대한 기본 지식을 가지고 있어야 하며, 행사 실행 제반사항과 자원봉사자를 둘 다 관리할 수 있어야 합니다
자원봉사자 관리자			
마케팅 주도자			
업무 주도자			
행사 사진사			홍보 목적을 위해서 행사 사진을 사용할 계획인 경우 반드시 참가자로부터 서명한 동의서를 얻어야 합니다
현지 구급 의료 서비스			긴급상황이 발생할 경우를 대비해 항상 대기해야 합니다
지역 파트너/협력자			<ul style="list-style-type: none"> <li>» 현지 영양사</li> <li>» 현지 당뇨 협회</li> <li>» 현지 당뇨 전문 교육자</li> <li>» 현지 지역 병원</li> </ul>
기타			

회원 수	
레오 수	
기타	



# 달성 가능한 프로젝트 단계 설정하기

행사 책임자는 본 양식을 작성하고 진행 상황을 추적할 것입니다.

현황	업무	제출 마감일	업무 주도자	팁
✕	소속 클럽에 알리기			행사에 대한 내용을 소속 클럽에 알리는 회의 개최하기
	행사 명칭/제목 만들기			
	기획 위원회 구성			<ul style="list-style-type: none"> <li>» 행사 참가자, 활동 및 실행 제반사항을 결정</li> <li>» 자원봉사자 임무 결정 및 할당</li> </ul>
	잠재적인 행사 협력자 파악			
	기초 예산 준비			
	장소, 날짜 및 시간 확정			<ul style="list-style-type: none"> <li>» 최소 행사 1개월 전에 확정되어야 합니다</li> <li>» 실시간으로 요리가 진행될 경우, 콘센트와 필요한 기타 조리기구가 준비되었는지 확인합니다</li> </ul>
	적절한 보험 가입			<p>해당 담당자에게 확인하여 보험 또는 보조 보험 증서가 필요한지 여부를 결정합니다.</p> <p>모든 라이언스 클럽에 제공되는 배상 책임 보험 약관에 따른 보장 내역에 관해 질문이 있는 경우, <a href="http://lionsclubs.org/pib-en">http://lionsclubs.org/pib-en</a>을 방문하여 프로그램 보험 소책자를 검토하십시오</p>
	필요한 자원봉사자 확보			<ul style="list-style-type: none"> <li>» 선택한 자원봉사자들이 최선을 다해 모두가 환영받고 안전한 환경을 조성할 수 있도록 확인해야 합니다</li> <li>» 자원봉사자들은 반드시 장애를 가진 사회 구성원과 함께 할 때 지켜야 할 현지 규정을 준수해야 하며, 요구되는 바에 따라 필요한 문서를 확보해야 합니다</li> </ul>
	홍보/마케팅 계획 세우기			<ul style="list-style-type: none"> <li>» 전단지, 디지털 자료 등 포함 가능</li> <li>» 표적 집단에게 가장 적절한 구역 (의사 진료실, 학교, 유사한 지역 행사)을 결정합니다</li> </ul>
	행사 일정 확정			
	행사의 성공을 축하하고 개선할 점을 논의하는 행사 후 회의 마련			



# 봉사 프로젝트를 위한 예산 결정

행사를 위한 재정 사항 결정을 위해 본 예산 계획서를 이용하십시오.

설명	수량	비용	총 지출	현물/기부	수입	잔액
<b>교육</b>						
교육 자료						
초청 연사 비용						
<b>장비</b>						
시설/공간 사용료						
조리기구						
<b>마케팅</b>						
홍보 자료						
<b>기타</b>						



# 프로젝트의 성공 측정하기

행사 기획 위원회를 재소집하여 봉사 프로그램의 성공을 축하하고 결과를 보고하십시오!

성공 여부 평가			
봉사 프로젝트 평가			
18세 미만 봉사 대상 수		비회원 자원봉사자 수	
18세 이상 봉사 대상 수		총 봉사 시간	
라이온 자원봉사자 수		전체 프로젝트 기획/기금 모금 시간	
레오 자원봉사자 수			
프로젝트 되돌아보기			
1. 모두가 환영받고 안전하고 환경에서 지역 사회에 임신성 당뇨병에 대한 교육을 제공할 수 있었습니까?			
2. 가장 잘한 점은 무엇이었습니까?			
3. 가장 힘들었던 점은 무엇이었습니까?			
4. 이 행사를 또 하시겠습니까?			
5. 어떤 변화를 주시겠습니까?			

