



당뇨병 환자를 위한 걷기대회

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.



당뇨병 환자를 위한 걷기대회

본 프로젝트 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 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.

달성할 내용 ① 교육을 통해 당뇨병에 대한 지역사회의 인식을 제고하고 건강한 삶을 장려	기간 2-3시간	위치 <input type="radio"/> 야외공간 <input type="radio"/> 학교 또는 교육 시설 <input type="radio"/> 지역 레크리에이션 시설 <input type="radio"/> 기타 _____
	계획 시기 2-3개월	
	시작/종료 날짜 _____	

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

프로젝트에 필요한 모든 업무를 결정합니다.

모든 프로젝트는 다음의 업무를 포함해야 합니다.

1. 신체 활동을 결정합니다.



- ▶ 걷기, 달리기, 자전거 타기, 춤추기 또는 기타 조직화된 활동과 같은 활동을 고려해볼 수 있습니다.
- ▶ 선택된 활동은 최소 30분간 지속되거나 거리가 미리 결정되어 있어야 합니다.

활동

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

2. 교육 자료를 선택합니다.



- ▶ 현지 당뇨 협회, 현지 당뇨 전문 교육자 또는 지역 병원을 통해 제공받아야 합니다

자료

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



자원봉사자 계획서

행사에 자원봉사자의 역할을 배정합니다.

지위/역할	이름	연락 정보	메모
행사 책임자			라이언/레오 또는 의료 전문가가 될 수 있습니다. 단, 반드시 당노에 대한 기본 지식을 가지고 있어야 하며, 행사 실행 제반사항과 자원봉사자를 둘 다 관리할 수 있어야 합니다
자원봉사자 관리자			
마케팅 주도자			
신체 활동 주도자			신체 활동을 진행하는 동안 참가자들의 안전을 보장할 수 있는 신체 활동 전문가여야 합니다
현지 구급 의료 서비스			긴급상황이 발생할 경우를 대비해 항상 대기해야 합니다
행사 사진사			홍보 목적을 위해서 행사 사진을 사용할 계획인 경우 반드시 참가자로부터 서명한 동의서를 얻어야 합니다
지역 파트너/협력자 추천: 현지 당노 협회, 현지 사업체			지역사회 사업체가 행사 홍보와 후원에 도움을 줄 수 있습니다
기타			

선택된 활동에 대하여 적절한 비율의 성인 대 아동의 배정을 고려하십시오.

회원 수	
레오 수	
기타	

권장되는 자원봉사자 비율*:

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

*많은 지방 정부가 아동 간병인 한 명당 할당될 수 있는 아동의 수를 제한하는 법을 가지고 있습니다. 모든 활동이 현지 규정을 준수하는지 확인하십시오.



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"> » 행사 참가자, 활동 및 실행 제반사항을 결정 » 자원봉사자 임무 결정 및 할당
	잠재적인 행사 협력자 파악			<ul style="list-style-type: none"> » 의료서비스 제공자 » 피트니스 단체 » 건강식품 판매업체 » 스포츠 상점 » 노인복지관
	기초 예산 준비			
	장소, 날짜 및 시간 확정			고려해야 할 부분: <ul style="list-style-type: none"> » 연중 계절/날씨 » 공간 수용 인원의 유연성 » 공간의 안전 » 당뇨병 위험에 가장 취약한 지역사회 구성원에게의 공간 접근성
	적절한 보험 가입			해당 담당자에게 확인하여 보험 또는 보조 보험 증서가 필요한지 여부를 결정합니다. 모든 라이언스 클럽에 제공되는 배상 책임 보험 약관에 따른 보장 내역에 관해 질문이 있는 경우, http://lionsclubs.org/pib-en 을 방문하여 프로그램 보험 소책자를 검토하십시오
	필요한 자원봉사자 확보			



달성 가능한 프로젝트 단계 설정하기 (계속)

현황	업무	제출 마감일	업무 주도자	팁
	등록/정보 수집 계획 수립			전단지, 디지털 자료 등 포함 가능
	추가적인 행사 구성 요소 및 레이아웃 결정			고려해야 할 부분: <ul style="list-style-type: none"> » 신체 활동 공간에 필요한 특별한 요구사항(표지판, 안내 표시, 기타 등등) » 물과 건강한 스낵이 비치된 휴식 공간 » 교육 자료 및 행사 협력자를 위한 정보 부스 » 구급상자
	건기대회 행사 홍보			고려해야 할 부분: <ul style="list-style-type: none"> » 행사에 현지 미디어 초대 » 보도 자료 준비 및 현지 언론 매체에 공유 » 현지 유명인사 또는 스포츠 스타의 참여 요청 » 소셜 미디어 플랫폼 » 소속 클럽 네트워크에 이메일 전송
	행사 실행 제반사항 확정			행사 전, 서비스 공급업체 또는 행사 협력자에게 연락하여 행사에서 맡은 역할의 소임을 다할 준비가 되어 있는지 확인합니다
	행사의 성공을 축하하고 개선할 점을 논의하는 행사 후 회의 마련			이번 행사가 끝난 이후에도 계속해서 공동체를 형성할 수 있도록 일년 내내 다른 행사를 기획합니다



봉사 프로젝트를 위한 예산 결정

행사를 위한 재정 사항 결정을 위해 본 예산 계획서를 이용하십시오.

설명	수량	비용	총 지출	현물/기부	수입	잔액
교육						
교육 자료						
장비						
시설/공간 사용료						
참가자 상						
책상/의자						
마케팅						
홍보 자료						
기타						



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. 건강한 삶을 교육하고 장려하여 당뇨병에 대한 지역사회 인식을 제고시킬 수 있었습니까?			
2. 가장 잘한 점은 무엇이었습니까?			
3. 가장 힘들었던 점은 무엇이었습니까?			
4. 이 행사를 또 하시겠습니까?			
5. 어떤 변화를 주시겠습니까?			

