

프로젝트 아이디어 당뇨병

알아보기

- 의료 전문가와 협력하여 클럽이나 지구 회의에서 당뇨병, 당뇨병 진단, 예방 및 관리에 대한 교육 설명회를 개최합니다.
- 당뇨병에 관한 토론을 활성화하여 클럽 회원들이 당뇨병에 관한 각자의 개인적 연관성을 공유하도록 권장합니다.
- 전국당뇨병협회 및 기타 기관의 웹사이트를 방문/탐색하여 당뇨병에 대해 자세히 알아봅니다.
- 클럽 회의에서 혈당 지수가 낮은 간식을 나누어 주고, 영양사나 당뇨병 교육자에게 요청하여 클럽 회원들과 가족들에게 식품 라벨 해석에 관해 교육합니다.
- MyLION에 가입하여 라이온과 레오가 어떻게 당뇨병 봉사에 참여하는지 알아봅니다.
- 건강한 생활습관을 교육하고 장려하는 앱을 다운로드 받습니다. 클럽 회원들이 건강한 생활습관과 관련된 도전에 참여하도록 권장합니다.

초급단계 // 활동

- 지역 도서관에 당뇨병 잡지 정기구독권 또는 당뇨병 관련 도서를 기부합니다.
- 당뇨병 환자를 지역 학교에 초청하여 건강한 생활습관에 관해 강연하게 합니다.
- 어린이가 당뇨병 캠프에 참가하도록 후원하거나 캠프에 필요한 물품을 제공합니다.
- 매월 클럽이나 지구 웹사이트 및 소셜 미디어 계정에 당뇨병 환자나 고위험군을 위해 활용할 수 있는 지역사회 자원에 대한 안내문을 게시합니다.
- 지역사회 또는 학교신문에 건강한 생활습관에 관해 기고합니다.
- 지역사회에서 STRIDES: 라이온스 당뇨병 교육 행사를 준비합니다.
- 환자 자원 및 서비스 목록을 만들어 라이온과 대중에게 배포합니다.

중급단계 // 활동

- 의료 전문가와 협력하여 당뇨병, 당뇨병성 망막증, 당뇨병 족부질환에 대한 검사를 실시합니다.
- 소셜 미디어 캠페인이나 라디오 방송을 통해 당뇨병 예방을 홍보합니다.
- 당뇨병 캠프에서 종일 일정으로 자원봉사합니다. 가까운 캠프를 찾으려면 www.diabetescamps.org 를 방문하십시오.
- 당뇨병 환자 및 당뇨병 진단을 받은 사람들을 위해 건강식 시범을 후원합니다.
- 직장에서 매주 걷기 모임을 조직하고, 그 후에 건강 간식을 공유합니다.
- 초등학교 교실에 신선한 과일이나 채소를 공급해 어린이들이 다양한 건강식을 먹도록 권장합니다.
- 건강관리 전문가와 협력하여 신체 활동을 준비하고 운동을 장려합니다.
- 주민센터나 학교에 필요한 운동 장비를 기증합니다.

고급단계 // 활동

- 당뇨병 환자 및 가족을 위한 지역사회 서포트 그룹을 조직합니다.
- 건강관리 전문가와 협력하여 젊은 당뇨병 환자와 연상의 멘토를 짝지어 주는 멘토링 프로그램을 준비합니다.
- 건강한 식사를 장려하기 위해 학교 또는 공동체 텃밭을 조성합니다.
- 주민센터나 학교에 피트니스 룸이나 지속적인 피트니스 강좌를 개설합니다.
- 연수 프로그램을 후원하여 지역사회 의료 종사자가 검진, 지역사회 지원 프로그램, 당뇨병 합병증 예방에 관해 학습하게 합니다.

