



Nyttig kost för graviditetsdiabetes

Varje Lions Club är en självständig och oberoende aktör med eget ansvar för genomförandet av sina evenemang och för efterlevnaden av lagar och föreskrifter. Avsikten med planeringsguiden är att ge rekommendationer och förslag som inte ska betraktas som juridisk rådgivning eller enda bästa praxis. Aktiviteterna i planeringsguiden är kanske inte lämpliga i ditt lokala samhälle. Anlita lokal professionell rådgivning för att säkerställa efterlevnad av lagar och bestämmelser, säkerhetsriktlinjer och goda exempel.



Nyttig kost för graviditetsdiabetes

Den här planeringsguiden kan hjälpa din klubb att anordna ett evenemang för gravida kvinnor, där ett nyttigt recept lyfts fram och information ges om förebyggande och framgångsrik hantering av graviditetsdiabetes.

Genom att åta sig ett sådant projekt bidrar man till vår strategiska vision om att minska förekomsten av diabetes och förbättra livskvaliteten för personer med denna diagnos.

Börja planera evenemanget.

Fyll i de tomma fälten i formuläret nedan för att bestämma evenemangets detaljer.

Vad du uppnår 1 Erbjud utbildning i det lokala samhället om graviditetsdiabetes i en välkomnande och trygg miljö	Varaktighet 1–2 timmar	Plats <input type="radio"/> Skola eller utbildningslokal <input type="radio"/> Offentlig rekreationsanläggning <input type="radio"/> Annat _____
	Planeringstid 2–3 månader	
	Start-/slutdatum _____	

Planerade deltagare		
Välj den målgrupp som du vill att evenemanget ska rikta sig till.		
Personer som vi riktar oss till: <input type="radio"/> Barn <input type="radio"/> Ungdomar <input checked="" type="radio"/> Vuxna <input type="radio"/> Alla	Personer som tillhandahåller tjänster: <input type="radio"/> Lokal näringsfysiolog <input type="radio"/> Lokal diabetesorganisation <input type="radio"/> Lokal diabetesutbildare <input type="radio"/> Offentligt sjukhus	Anmärkningar: _____

Bestäm alla uppgifter som krävs för ditt projekt.

Alla projekt bör omfatta följande uppgifter:

1. Bestäm ett nyttigt recept som passar väl in i sammanhanget.



SNABBTIPS

- Receptet som tillagas bör bestämmas i samråd med matlagningsdemonstratören och en yrkesverksam med erfarenhet av kost för gravida kvinnor (erfarenhet av graviditetsdiabetes rekommenderas)

Receptidéer

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

2. Välj utbildningsresurser om graviditetsdiabetes.



SNABBTIPS

- Bör understryka vikten av nyttig kost och hälsosamma måltidsvanor under graviditeten

Resurser

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

3. Identifiera möjliga tjänster att erbjuda deltagarna.



SNABBTIPS

- Om de närvarande har omfattande frågor eller vill få kontakt med lokal hälsovård för eventuell provtagning eller mer information så bör det förberedas i förväg

Möjliga tjänster att erbjuda

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

Planeringsguide för volontärer

Bestäm volontärernas roller i evenemanget.

Befattning/roll	Namn	Kontaktuppgifter	Anteckningar
Matlagningsdemonstratör			Kan vara Lion/Leo eller yrkesverksam kock med erfarenhet av att hjälpa människor med diabetes
Evenemangsansvarig			Kan vara Lion/Leo. Måste ha grundläggande kunskaper om graviditetsdiabetes och kunna hantera både evenemangslogistik och volontärer
Volontärhandledare			
Marknadsföringsansvarig			
Uppgiftsansvarig			
Evenemangsfotograf			Du måste säkerställa att det finns undertecknade godkännandeintyg från deltagarna om du planerar att använda foton från evenemanget för marknadsföring
Lokala räddningstjänster			Måste alltid finnas närvarande i händelse av ett medicinskt nödläge
Lokala partners/ samarbetspartners			<ul style="list-style-type: none">» Lokal näringsfysiolog» Lokal diabetesorganisation» Lokal diabetesutbildare» Lokalt offentligt sjukhus
Annat			

Antal Lionmedlemmar	
Antal Leomedlemmar	
Antal andra deltagare	



Organisera ditt projekt i genomförbara steg.

Evenemangschefen kan fylla i detta formulär och följa upp utvecklingen.

Status	Uppgift	Sista datum	Uppgiftsansvarig	Tips
X	Informera din klubb			Håll ett möte för att informera din klubb om evenemanget
	Skapa ett namn/titel för evenemanget			
	Bilda en planeringskommitté			<ul style="list-style-type: none"> » Bestäm deltagare, aktiviteter och logistik för evenemanget » Besluta och tilldela volontäruppgifter
	Identifiera möjliga samarbetspartners för evenemanget			
	Gör en preliminär budget			
	Fastställ plats, datum och tid			<ul style="list-style-type: none"> » Bör fastställas minst en månad före evenemanget » Om matlagning ska förekomma måste eluttag och andra krav på utrustning uppfyllas
	Säkerställ korrekt försäkringsskydd			<p>Kontrollera med relevanta tjänstemän för att avgöra om ett försäkringsintyg eller kompletterande försäkring krävs</p> <p>I frågor som gäller täckning enligt policyn om allmän ansvarsförsäkring (General Liability Insurance Policy) som tillhandahålls alla Lions-klubbar hänvisas till försäkringsbroschyren genom att besöka http://lionsclubs.org/pib-en</p>
	Se till att du har de volontärer som behövs			<ul style="list-style-type: none"> » Säkerställa att valda volontärer är engagerade och kommer att verka för en säker och välkomnande miljö » Volontärerna måste följa lokala bestämmelser i arbetet med allmänheten och människor med funktionshinder, och hantera nödvändig dokumentation enligt gällande krav
	Skapa en kampanj-/marknadsföringsplan			<ul style="list-style-type: none"> » Kan inkludera flygblad, digitalt material, osv. » Bestämma inom vilka områden man bäst söker en önskad grupp (läkarkliniker, skolor, liknande samhällsevenemang)
	Färdigställ planen för evenemanget			
	Planera ett möte efter evenemanget för att fira lyckade aktiviteter och diskutera förbättringsmöjligheter			



Fastställ budgeten för ditt projekt.

arbetsbladet kan användas för evenemangets ekonomi.

Beskrivning	Antal	Kostnad	Sammanlagd kostnad	Bidrag in natura/ donationer	Intäkter	Saldo
Utbildning						
Utbildningsmaterial						
Ersättning till gästtalare						
Utrustning						
Hyra av lokal/utrymme						
Matlagningsutrustning						
Marknadsföring						
Marknadsföringsmaterial						
Annat						



Mät framgången av ditt projekt.

Träffas igen i planeringskommittén för att fira genomslagskraften och rapportera det ni har åstadkommit!

Mått på framgång			
Mät ditt projekt			
Antal personer under 18 år som nåddes av evenemanget		Antal icke-medlemmar som arbetat som volontärer	
Antal personer över 18 år som nåddes av evenemanget		Totalt antal direkta servicetimmar	
Antal Lionmedlemmar som arbetat som volontärer		Totalt antal timmar för projektplanering/penninginsamling	
Antal Leomedlemmar som arbetat som volontärer			
Utvärdera ditt projekt			
1. Kunde du erbjuda utbildning i det lokala samhället om graviditetsdiabetes i en välkomnande och trygg miljö?			
2. Vad lyckades bäst?			
3. Vilka var de största utmaningarna?			
4. Vill du upprepa evenemanget?			
5. Vad skulle du vilja förändra?			

