



## Marchas pela conscientização do diabetes

---

Todos os Lions clubes são autônomos e, portanto, cada Lions clube é uma entidade independente e responsável por realizar seus próprios eventos e cumprir a legislação e os regulamentos locais. Este gerenciador busca fornecer recomendações e não deve ser considerado um aconselhamento jurídico ou de melhores práticas. As atividades mencionadas neste documento podem ou não ser adequadas em sua comunidade. Consulte um profissional local para se assegurar de cumprir todas as leis e regulamentos, diretrizes de segurança e melhores práticas.



Lions Clubs International



# Marchas pela conscientização do diabetes

Este gerenciador de projeto pode ajudar seu clube a organizar um evento familiar de grande visibilidade na comunidade que promova conscientização sobre o diabetes e a importância de um estilo de vida saudável por meio de materiais informativos e participação em atividades físicas em grupo.

Ao realizar um projeto como esse, você nos ajuda a concretizar nossa visão estratégica de reduzir a prevalência do diabetes e melhorar a qualidade de vida das pessoas diagnosticadas com essa doença.

Comece a planejar seu evento.

Preencha os campos em branco no formulário a seguir para determinar os detalhes do seu evento.

<b>O que você pretende alcançar</b>  <b>1</b> Ampliar a conscientização da comunidade sobre o diabetes fornecendo informações educativas e promovendo um estilo de vida saudável.	<b>Duração</b> De 2 a 3 horas	<b>Local</b>  <input type="radio"/> Espaço aberto ou ao ar livre <input type="radio"/> Escola ou espaço educacional <input type="radio"/> Espaço recreativo da comunidade <input type="radio"/> Outro  _____  _____
	<b>Tempo de planejamento</b> De 2 a 3 meses	
	<b>Datas de início e conclusão</b>  _____  _____	

## Participantes planejados

Selecione o público que você gostaria que participasse do seu evento.

<b>Pessoas a serem atendidas:</b>  <input type="radio"/> Crianças <input type="radio"/> Jovens <input type="radio"/> Adultos <input checked="" type="radio"/> Todos	<b>Pessoas que prestarão serviços:</b>  <input type="radio"/> Associação local de diabetes <input type="radio"/> Empresas locais	<b>Observações:</b>        
--	---	---

Determine todas as tarefas necessárias para seu projeto.

Todos os projetos devem incorporar as seguintes tarefas:

### 1. Determine as atividades físicas.



#### DICA RÁPIDA

- ▶ As atividades podem incluir caminhada, corrida, ciclismo, dança ou qualquer outra atividade física organizada.
- ▶ A atividade escolhida deve durar pelo menos 30 minutos ou ter uma distância predeterminada.

Atividades

a. \_\_\_\_\_

b. \_\_\_\_\_

c. \_\_\_\_\_

d. \_\_\_\_\_

e. \_\_\_\_\_

f. \_\_\_\_\_

### 2. Selecione materiais informativos.



#### DICA RÁPIDA

- ▶ Devem ser fornecidos por sua associação local de diabetes, um educador local sobre diabetes ou um hospital local.

Materiais

a. \_\_\_\_\_

b. \_\_\_\_\_

c. \_\_\_\_\_

d. \_\_\_\_\_

e. \_\_\_\_\_

f. \_\_\_\_\_

# Gerenciador de voluntários

Atribua papéis para os voluntários do seu evento.

Cargo/papel	Nome	Dados de contato	Observações
Diretor do evento			Pode ser um Leão, Leo ou profissional de saúde, e deve possuir conhecimentos básicos sobre diabetes e ser capaz de administrar a logística do evento e seus voluntários.
Gerenciador de voluntários			
Líder de marketing			
Líder de atividades físicas			Deve ser um profissional de atividades físicas capaz de garantir a segurança dos participantes durante as atividades físicas.
Serviços locais de emergência médica			Devem estar presentes em todos os momentos para o caso de uma emergência médica.
Fotógrafo do evento			Você deverá obter formulários de liberação de imagem assinados caso planeje utilizar fotografias do evento para fins promocionais.
Parceiros ou colaboradores locais  <i>Recomendável: associação local de diabetes, empresas locais</i>			Empresas locais podem ajudar o evento com promoção e patrocínio.
Outro			

Certifique-se de ter a proporção adequada de adultos e crianças para as atividades que escolher.

Número de Leões	
Número de Leos	
Número de outros colaboradores	

## Proporção sugerida de voluntários\*:

- » De 0 a 4 anos: 1 voluntário para cada 4 crianças
- » De 4 a 8 anos: 1 voluntário para cada 6 crianças
- » De 9 a 12 anos: 1 voluntário para cada 8 crianças
- » De 12 a 18 anos: 1 voluntário para cada 10 crianças

\*Muitos lugares possuem leis que limitam a quantidade máxima de crianças por profissional de cuidados infantis. Esteja atento para que todas as atividades cumpram as normas locais.



## Organize seu projeto em etapas realizáveis.

O diretor do evento pode preencher este formulário e acompanhar o progresso.

Status	Tarefa	Prazo final	Líder da tarefa	Dicas
X	Informar a seu clube.			Realize uma reunião para informar o evento a seu clube.
	Criar um nome ou título para o evento.			
	Formar um comitê de planejamento.			<ul style="list-style-type: none"> <li>» Determine os participantes, atividades, tarefas e logística do evento.</li> <li>» Decida e atribua as tarefas dos voluntários.</li> </ul>
	Identificar possíveis colaboradores para o evento.			<ul style="list-style-type: none"> <li>» Prestadores de saúde</li> <li>» Organizações de atividades físicas</li> <li>» Empresas de alimentação saudável</li> <li>» Lojas de artigos esportivos</li> <li>» Centros de terceira idade</li> </ul>
	Preparar um orçamento preliminar.			
	Reservar local, data e horário			<p>Aspectos a considerar:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>» Época do ano e clima</li> <li>» Flexibilidade de capacidade do local</li> <li>» Segurança do local</li> <li>» Acessibilidade do local a pessoas de comunidade com alto risco de diabetes</li> </ul>
	Garantir cobertura apropriada de seguro.			<p>Verifique com as autoridades pertinentes para determinar se será necessário apresentar um certificado de seguro ou seguro complementar.</p> <p>Para esclarecer dúvidas sobre cobertura segundo a Política Geral de Seguro de Responsabilidade Civil fornecida a todos os Lions clubs, consulte o Livreto de Seguro do Programa em <a href="http://lionsclubs.org/pib-en">http://lionsclubs.org/pib-en</a></p>
	Garantir os voluntários necessários.			

## Organize seu projeto em etapas realizáveis (continuação).

Status	Tarefa	Prazo final	Líder da tarefa	Dicas
	Criar um plano de coleta de inscrições e informações.			Pode incluir folhetos, materiais digitais etc.
	Determinar todos os componentes e esquema do evento.			Aspectos a considerar: <ul style="list-style-type: none"> <li>» Todos os requisitos especiais para o espaço de atividades físicas (assinaturas, endereço, orientações etc.)</li> <li>» Espaço de descanso com água e lanches saudáveis</li> <li>» Estandes informativos para materiais instrucionais e colaboradores do evento.</li> <li>» Primeiros socorros</li> </ul>
	Promover seu evento “Marchas”.			Aspectos a considerar: <ul style="list-style-type: none"> <li>» Convide a mídia local para o seu evento.</li> <li>» Prepare um comunicado de imprensa e distribua-o à mídia local.</li> <li>» Solicite o apoio de uma celebridade ou personalidade esportiva local.</li> <li>» Plataformas de redes sociais.</li> <li>» Divulgação por e-mail à rede do seu clube.</li> </ul>
	Finalizar a logística do evento.			Antes do seu evento, entre em contato com todos os prestadores de serviços ou colaboradores envolvidos para confirmar que estão preparados para cumprir seus respectivos papéis.
	Agendar uma reunião pós-evento para comemorar sucessos e debater oportunidades de melhoria.			Agende outros eventos ao longo do ano para seguir desenvolvendo o tema junto à comunidade após o evento.

# Determine o orçamento para seu projeto.

\_\_\_\_\_ pode utilizar esta planilha para determinar os aspectos financeiros do evento.

Descrição	Quantidade	Custo	Despesa total	Doações e valores em espécie	Receita	Saldo
<b>Informação educativa</b>						
Materiais informativos						
<b>Equipamentos</b>						
Aluguel de instalações e espaço						
Prêmios para os participantes						
Mesas e cadeiras						
<b>Marketing</b>						
Materiais de divulgação						
<b>Outro</b>						



## Meça o sucesso do seu projeto.

Faça uma reunião como um evento do comitê de planejamento para comemorar seu impacto e relatar seu serviço.

Medidas do sucesso			
Meça seu projeto			
N.º de menores de 18 anos atendidos		N.º de voluntários não sócios	
N.º de maiores de 18 anos atendidos		Total de horas diretas de serviço	
N.º de Leões voluntários		Total de horas para planejamento do projeto e arrecadação de recursos	
N.º de Leos voluntários			
Refleta sobre seu projeto			
1. Você pôde ampliar a conscientização da comunidade sobre o diabetes fornecendo informações educativas e promovendo um estilo de vida saudável?			
2. Quais foram os maiores êxitos?			
3. Quais foram as maiores dificuldades?			
4. Você realizaria esse evento novamente?			
5. O que você mudaria?			

