



Lions Clubs International



糖尿病营手册

目录

要浏览以下目录所列手册中的某个特定部分，请点击该部分的标题，即可阅读更多相关的内容。

目录	2	I. 拟定非医疗的程序	13
序言	3	J. 拟定常见的糖尿病健康程序	13
第 1 部分国际狮子会糖尿病营计划	3	K. 拟定与糖尿病无关的健康护理程序.....	14
A. 糖尿病营是什么?	3	L. 拟定行为健康的程序	15
第 2 部分法律注意事项	4	M. 拟定营会期间所有膳食和点心的餐饮计划	15
A. 青少年保护条款.....	4	第 5 部分实施营会 (1-3 个月)	15
B. 个人资料的保护.....	4	A. 面试过程.....	16
C. 获得同意	5	B. 沟通期望	16
第 3 部分国际狮子会糖尿病营计划的基本信息	5	C. 青少年旅行的安排	16
A. 计划的长度	5	D. 青少年讲习会.....	16
B. 国际狮子会糖尿病营计划的参与者: 营会服务对象是哪些人?	5	E. 义工讲习会	17
第 4 部分策划营会 (3-5 个月)	6	F. 营会期间一致的糖尿病管理.....	17
A. 成立当地的策划委员会	7	第 6 部分营会活动后	18
B. 确定计划的可行性、范围和目标	7	第 7 部分参与者的机会和接下来的步骤	18
C. 编制预算.....	8	A. 会员发展	18
D. 确定运作营会所需的保险	9	B. 规划更多糖尿病计划	19
E. 选择营会的场地	10	C. 支持我们其他的全球志业.....	19
F. 为潜在的青少年学员和义工拟定申请及面试的过程 ..	11	第 8 部分谢谢您!	19
G. 宣传您的计划以招募青少年学员.....	12	第 9 部分致谢	20
H. 建立评估的程序以帮助评鉴您的计划是否成功	12		



导言

恭喜您承担起策划和主办糖尿病营的角色！参与此过程对于贵分会、区、复合区，以及青少年都是一个有益的经验。本手册是一项资源，帮助您了解策划和实施糖尿病营计划的角色和职责。无论贵分会、区、或复合区是第一次施行计划，寻求改善计划，或是在长时间中断后尝试重新开始计划，本指南将帮助您确保贵分会、区、复合区以及青少年有一个成功的糖尿病营的体验。

第 1 部分 - 国际狮子会糖尿病营计划

A. 糖尿病营是什么？

为了本计划的宗旨，“营会”一词的定义是供青少年在远离家、学校、或其他课外活动的场所聚集，并借着教育性的活动，提高他们同侪支持的网络，以及改善糖尿病管理的计划。糖尿病营被定义为一项计划，它不仅包括一个针对青少年和/或其家庭的有组织结构的活动之日营，而且也可能包括过夜营。糖尿病营可以藉以下的方式让青少年受益：

- » 与其他的糖尿病患者建立和维持同侪团体
- » 在青少年和家庭之间建立彼此支持的系统
- » 改善糖尿病管理的技能
- » 提高信心
- » 支持家长、监护人以及青少年
- » 为义工提供糖尿病方面的教育
- » 帮助义工了解糖尿病对青少年及其家庭的影响和程度

糖尿病营计划是由四种类型的营会组成：日营（1天）、多天的日营（2-7天）、多天的过夜营（2-7天）和国际交换营。感兴趣的家长和/或青少年可以从当地的学校、社区新闻和/或狮子会/青少狮会获得有关提供的营会计划的信息。分会可以藉多种的方式参与，例如提供义工的服务时数、营会学员奖学金/募款、建立合作伙伴关系或协调和执行营会等。

- » 请注意，除了以上列举的糖尿病营计划之外，可能还有其他形式的糖尿病营计划。本资源将仅着重于指导狮子会和青狮会会员，如何发展具有这四种类型的营会的糖尿病营计划。



- » 本计划不涉及旅游、学术研究或就业。然而，我们鼓励青少年使用本计划作为一个机会，在支持性的网络内建立和维持关系，并以增进的知识和信心来扩展大他们糖尿病管理的技能。

第 2 部分 -法律注意事项

以下部分是在关于保护青少年和保护资料方面，狮子会和青少狮会会员应有的法律考虑。这些法律的考虑旨在防止潜在的法律问题，并且在保护自己、您的家人和您的分会上也很重要。请咨询您的地方当局或政府，了解有关青少年的保护、资料的收集和同意方面的特定需求。

A. 青少年保护条款

- » 所有参与的狮友和青少狮必须努力为所有参与的青少年营造和维护一个安全的环境。
- » 请建立报告和处理事件的程序，例如虐待或骚扰的指控。
- » 您应该禁止任何承认、被判定或以其他方式被发现曾在与青少年共事时涉及身体、性或情感虐待或骚扰的人担任义工。
 - » 对计划的所有义工进行背景调查。
 - » 请遵循当地的法律和法规来进行此过程。
- » 您应该禁止任何有身体、性或情感虐待或骚扰指控的成人与青少年进行任何的接触。
 - » 这包括在一个正在进行的计划期间是否有任何的指控。
- » 请为您的计划建立危机管理程序，以应对入侵者/陌生人闯入营地、自然灾害和/或民事或政治的动乱等紧急情况。
- » 请建立程序，以处理营会学员或义工走失或脱离团体的情况。
- » 狮友和青少狮应遵循所有关于保护青少年的当地法律和法规。

B. 个人资料的保护

一般性的建议：

- » 当收集有关未成年人的个人资料时，应征得家长的同意。
- » 一旦使用了个人资料并且完成了信息的目的之后，销毁、删除和/或清除个人的信息，以防止任何不正当的使用。
 - » 您应确保拟定了标准程序（例如特定的时间长度），以便计划完成后保留参与者（青少年和成人）的个人资料。这将在未来发生投诉的可能性降到最低。



C. 获得同意

- » 所有表格都应以清晰并且无歧义的语言说明可能会如何使用个人的数据，以及使用个人的数据之目的。狮子会及青少狮会会员有责任遵守任何当地的资料隐私法，并保护您在担任此角色中所收到的信息。
- » 要在社交媒体上发布在青少年糖尿病营期间拍摄的照片或影片时，建议事先征得青少年或家长/监护人（如果是未成年人）的书面同意。

第 3 部分 - 国际狮子会糖尿病营计划的基本信息

在考虑策划和实施糖尿病营时，您应该考虑一些基本的事项。以下的部分提供了初步考虑的建议。请注意，某些营会计划可能需要额外的初步考虑。

A. 计划的长度

- » 日营（1 天）
- » 多天的日营（2-7 天）
- » 多天的过夜营（2-7 天）
- » 国际营/交换计划（5-10 天）
 - » 如果您想了解更多有关国际营/交换计划的信息，请访问青少年营及交换计划的网页：lionsclubs.org/zh-hans/YCE。

B. 国际狮子会糖尿病营计划的参与者：贵营会服务的对象是哪些人？

营会将服务的糖尿病类型（1 型或 2 型，或两者兼有）

- » 患有糖尿病的青少年（1 型或 2 型，或两者兼有）
- » 患有糖尿病的青少年之家长/监护人/家人 - 有些营会包括为青少年的家长/监护人/家人/朋友举办的教育性的研习会和活动。
- » 在某些情况下，这些人会与青少年一起参加整个营会的活动。如果您选择为这些人提供服务，请务必在预算中考虑到这一点。您将需要考虑额外的住宿和膳食的预算。
- » 请参阅附录 A：潜在的营会参与者（网址为：lionsclubs.org/zh-hans/diabetes-camps），以获得更多关于您可能服务的对象的信息。

义工

根据与义工角色之性质相关的经验，以下的义工角色列单可以适用于狮友或青少狮。决定哪些角色最适合每一位志愿的狮友或青少狮的兴趣。



请参阅 附录 B: 义工的角色 (网址为: lionsclubs.org/zh-hans/diabetes-camps) , 以获得有关下列职位的角色和职责的更多详细的信息。

义工的类型包括, 但不限于:

- » 当地的策划团队
 - » 国际狮子会糖尿病营委员会的成员
 - » 营主任
 - » 助理营主任
- » 医疗团队
 - » 医学主任
 - » 小组医疗领导人
 - » 主任营会医生/护士
- » 食品和营养团队
 - » 营会饮食保健师
- » 活动团队
 - » 活动主任
 - » 每天/每周的义工
 - » 小组辅导员
 - » 小组长
- » 其他有帮助的职位
 - » 心理社会服务主任
 - » 科技主任
- » 请注意, 在您的地区可能没有狮友或青少狮具备担任这些角色所需的专业知识。如果是这种情况, 建议您找到具有适当专业知识的人员来担任这些职位。
- » 这些不同的角色可能需要在资金或能力方面的额外投资。请确保在最初的策划期间, 按情况拟定和调整营会的预算。

第 4 部分 - 策划营会 (3-5 个月)

以下的部分详细说明了筹组和实施糖尿病营计划应采取的步骤。从建立当地的策划委员会到营会的基本糖尿病管理, 此部分将帮助您筹组和主办一个顾及全面的糖尿病营计划。



- » 在策划营会之前要记住的一般要诀：
 - » 熟悉国际狮子会糖尿病营手册和所有的国际狮子会糖尿病营的资源。
 - » 查阅贵分会、区或复合区的糖尿病营的当地历史。
 - » 注意成功和挑战，以了解如何最好地管理该计划。

A. 成立当地的策划委员会

此委员会的角色因计划的需要而有所不同。但是，一般而言，该委员会监督所有的参与者和计划的后勤工作。

- » 有些委员会包括了共同主席、秘书、财务、营主任和其他适用的职位。

委员会应在营会开始的第一天之前至少八个月筹组。

- » 请注意，计划、实施和评估计划的时间可能会因计划的需要而有所不同。

B. 确定计划的可行性、范围和目标

确保整个策划委员会在范围和目标方面达成共识，其中可能包括，但不限于：

- » 为患有糖尿病前期、1型和/或2型糖尿病的青少年服务
- » 青少年的年龄
 - » 建议将特定的年龄组分开。例如，5-10岁的少年应与11-17岁的青少年分开。
- » 青少年的人数
- » 家长/监护人/家人的参与
- » 较喜欢的场地或设施
 - » 有关更多的信息，请参阅下面的“选择场地”。
- » 潜在的义工人员的安排及义工人员的数量
- » 确定营会时间的长短
- » 确定营会计划许可方面的适当需求
 - » 在某些情况下，营会计划将需要某些类型的许可证才能进行这种性质的营会。请与当地的官员核实您可能需要哪种类型的许可。
 - » 在规划时，当地的策划委员会应将额外的许可所需的时间和预算列入考虑。
- » 活动/计划时间表
 - » 策划的活动包括，但不限于：

- » 糖尿病教育研习会
 - » 同侪支持团体
 - » 服务方案
 - » 游泳
 - » 健行
 - » 射箭
 - » 营地外的活动，如激流泛舟、博物馆、游览城市等
 - » 骑马
- » 请参阅附录 C：活动/计划时间表范例，网址为：lionsclubs.org/zh-hans/diabetes-camps。
 - » 请注意，将访客列为您议程的一部分是很普遍的。
 - » 宾客拜访可以包括，但不限于：
 - » 狮友/青少狮拜访营会
 - » 家人或朋友拜访营会
 - » 建议在议程中预留特定的时间或一天，以供宾客拜访
 - » 确定是否需要从贵区或复合区获得财务或义工方面的支持
 - » 您可能需要筹款的帮助，以满足营会预算的需求，或者您可能需要更多的义工，来帮助举办一个成功的营会。不要胆怯，向您邻近的狮友和青少狮寻求援助！

C. 编制预算

从小规模开始！策划和实施糖尿病营计划可能非常昂贵，并且涉及复杂的后勤工作。如果这是您的第一次，建议从日营计划开始。

- » 欲获得更多有关如何策划日营的信息，请参阅半日糖尿病家庭活动方案计划书，网址为：lionsclubs.org/zh-hans/diabetes-camps。

确定您的计划是否要支持一个营会学员奖学金的计划。

- » 营会学员奖学金是当分会选择“赞助”营会学员，为他们支付营会的费用或其他与营会相关的费用。
- » 可以前往您的整个区和复合区的分会，分享成功的故事，以帮助获得营会学员奖学金的支持。
- » 新闻稿对于获得营会学员奖学金的支持可能是有益的。如果您的计划选择如此做，请务必给予足够的时间，为您的计划进行宣传，以获得营会学员奖学金的支持。
 - » 考虑修改附录 D：新闻稿范例（网址为：lionsclubs.org/zh-hans/diabetes-camps），以符合贵计划的需求，寻求当地对营会学员奖学金的支持。
- » 考虑募款活动或是发展当地的合作伙伴关系，以支持营会运作的费用。



- » 计划募款活动，为贵分会或贵区筹募资金，可以为潜在的营会学员提供营会学员奖学金。
- » 欲获得更多有关计划网上的活动或筹款活动的信息，请参阅募款活动指南，网址为：lionsclubs.org/zh-hans/diabetes-camps。
- » 考虑获得营会的赞助者。
 - » 赞助者可以帮助支付对营会感兴趣的青少年的营费，以及营会的行政费用。
 - » 行政费用包括，但不限于：
 - 营会场地的租金
 - 营会维护的费用
 - 食物
 - 活动用品
- » 这可能涉及需要提交业务计划、写信、会议、磋商、规划和准备。
- » 当寻求外部的赞助者来支持运作的费用和营会学员的费用时，请确保您在营会开始前留有足够的准备时间。
- » 请参阅发展当地的合作伙伴指南，网址为：lionsclubs.org/zh-hans/diabetes-camps。
- » 发展合作伙伴关系是建立可持续的糖尿病营计划的关键部分。
- » 当地资助伙伴的例子包括，但不限于：
 - 当地的企业，当地的旅馆和度假村
 - 家长、青少年、义工和国际狮子会糖尿病营委员会的网络
 - 当地的糖尿病协会
 - 当地的狮友
 - 药房或制药公司
 - 当地的交通运输公司
 - 捐款
 - 学校/大学和其他的当地合作伙伴关系（如适用）

D. 确定运作营会所需的保险

- » 国际狮子会糖尿病营计划及其参与的附属人员都受到国际狮子会一般责任保险的保障。这意味着，在意外或紧急情况发生时，如果糖尿病营计划的附属人员被认为对损害负有法律责任时，国际狮子会的一般责任保险将很可能会进行处理。
- » 当地的策划委员会有责任验证参与的义工和青少年有足够的旅行、意外、人寿、个人财产、健康和责任保险，以涵盖在糖尿病营计划期间任何的和所有的意外事件。
- » 在营会之前确定此事项是很重要的。

- » 当地的策划委员会应根据营会的活动，为营会本身或参与的狮友和青少狮所需的任何必要的单独保险，进行研究。
- » 对参与的青少年及义工来说，最好能确定他们的旅行平安保险包括在出现紧急医疗情况时，必需将他们转送回家的医疗交通费用。
- » 无论是否需要更多的保险，义工和青少年必须向当地的策划委员会提供所有的细节，例如电话号码或是所选择的保险公司当地的分公司，以防万一发生赔偿的事件。
- » 当地的策划委员会应该从每位青少年或是从他们的家长/监护人（如果是未成年人），以及义工获得意外事故责任豁免同意书。
 - » 此同意的语言应包括在申请表中。
 - » 请参阅附录 E：营会义工申请表范本及附录 F：营会学员申请表范本（网址为：lionsclubs.org/zh-hans/diabetes-camps），以了解免除责任的语言。
- » 可以从向参加活动的青少年和/或其家庭收取的营会费用中，将此类保险的费用偿还给糖尿病营计划。
 - » 营会费用由当地的策划委员会针对每个计划酌情决定。
- » 请遵守所有当地的有关青少年和义工必需有医疗保险的法律和法规。
 - » 在某些情况下，您的地方政府可能会提供青少年通过政府的保险。
 - » 在其他的情况下，您的营会委员会可以考虑为青少年和义工提供低价位的基本医疗保险。
 - » 此基本医疗保险费用可以通过合作伙伴关系或营会费用来支付。
- » 在拟定对保险的要求时，请考虑到低收入的家庭。

E. 选择营会的场地

- » 确保场地能够适合于举办青少年糖尿病患者及支持义工的活动。
- » 最佳的情况是，在营会的期间，糖尿病营计划是唯一在该场地进行的计划。
- » 如果您主办的是一个过夜营，请确保住宿能够容纳将青少年适当的分开和/或青少年与父母/监护人、同侪，或兄弟姐妹共享房间。
- » 确保医疗和辅导义工能够与青少年住得近，或是与青少年住在同一住宿区，以确保有效的监督和安全防范措施。
- » 确保在紧急情况下，随时可以联系得到营会所有的领导层（主任、医生、营地经理等）。
- » 确保在营地设立一个护士站。
 - » 护士站内应包括：
 - 床

- 附近的厕所和洗手站
 - 供隔离的区域（如果需要）
 - 医疗用品储存区
 - 冰箱或凉爽的地方，以供储存胰岛素
 - 急救药箱
 - 装尖锐器材的容器
 - 其他需要的医疗设备
- » 通过当地的合作伙伴关系和营会场地，营会应有额外的医疗设备，包括但不限于：
- » 妥善储存的各种类型的胰岛素
 - 这包括低温储存和/或锁存药物，以限制除了医疗专业人员之外的取用。
 - » 血糖检测仪和测试条
 - » 胰岛素注射器
 - » 胰岛素笔针
 - 请注意，这些针头应该是一次性使用并密封的。
 - » 尿液或血酮测试条
 - » 供营会工作人员治疗低血糖的“低血糖袋”，包括：
 - 检测仪
 - 测试条
 - 酒精棉花棒
 - 治疗轻度低血糖的物品，其中可能包括葡萄糖片、果汁、糖果等
 - 连续性的葡萄糖监测器（CGM）的备用材料（根据每位患有糖尿病的青少年或义工的需要）
 - » 每日医疗记录日志

F. 为潜在的青少年学员和义工拟定申请及面试的过程

当地的策划委员会负责计划和执行潜在的青少年学员和义工的申请及面试的过程。

- » 每一位潜在的义工及青少年学员都应该填写申请表。
- » 请访问：lionsclubs.org/zh-hans/diabetes-camps 以取得附录 E：营会义工申请表范本及附录 F：营会学员申请表范本。
- » 个别的营会不应该向申请人收集任何在甄选过程中不会使用的信息，或是在营会期间支持该申请人时不会使用的信息。



- » 请务必收集有关青少年除了糖尿病之外，是否有特定的健康状况的信息，例如对某些食物、物质（花粉、灰尘或皮毛）或药物的过敏、癫痫症、定期或潜在的药物需求，以及宗教规定的卫生或饮食方面的特定要求。
- » 确定当地的策划委员在潜在的义工和青少年中所要寻找的特征。
 - » 有关推荐的特征，请参阅附录 G：参与者的特征，网址为：lionsclubs.org/zh-hans/diabetes-camps。
- » 当地的策划委员会将最后核准青少年学员和义工的申请。
- » 在审阅申请表后，青少年和义工应该接受面试。
 - » 一般来说，青少年学员的面试是与家长/监护人一起完成的。

G. 宣传您的计划以招募青少年学员

制作宣传材料，在当地的学校和服务青少年的组织张贴，或是分发给当地学校的护士和其他的社区大楼。

- » 向您的当地媒体渠道发送有关计划的新闻稿。
 - » 请访问：lionsclubs.org/zh-hans/diabetes-camps 以取得附录 D：新闻稿范例。
 - » 请注意，可以根据您的计划之特定需求，对此资源进行调整。
- » 为您当地的广播电台撰写一份公共服务公告。
- » 考虑使用主题标签在社交媒体上招募青少年。
- » 如果您尚未这样做，请联系当地的狮子会、区和复合区，让他们知道您的计划。
- » 主动提出在分会会议、区或复合区活动中做简报，介绍您的计划。
 - » 如果您以前曾举办过糖尿病营，邀请最近参加该计划的一位前营会学员与您一起做简报，向狮友和青少狮提供有关国际狮子会糖尿病营计划之益处的证词。
- » 通常可以通过家庭、朋友、狮友或青少狮或社区寻找有意参加的青少年。
 - » 参加的青少年及/或他们的家庭成员不需要是狮友或青少狮。

H. 建立评估的程序以帮助评鉴您的计划是否成功

在策划过程的早期建立评估的程序是很重要的，以便为计划的施行和评估阶段做好准备。

- » 评估的程序可以包括，但不限于：



- » 营会前/营会后的学员调查
 - 请访问：lionsclubs.org/zh-hans/diabetes-camps 并参阅 附录 H：营会前/营会后的学员评估，作为学员调查的示例。
- » 藉艺术活动，让营会学员们用绘画来反思他们在营会中最喜欢的一天
- » 请注意，您可以针对任何您认为有用的方面建立一个评估的程序
 - 例如，您可以考虑评估青少年学员、义工、和/或父母、监护人和家人

I. 拟定非医疗的程序

从为营会策划一个完美的注册日到策划营会的活动，这一部分将逐步说明营会应拟定的不同类型的非医疗程序。请注意，有些营会可能需要拟定比以下所列更多的非医疗程序。这些程序应该每年由营主任、医学主任、活动主任和心理社会主任拟定和审阅。

注册及离营的程序

- » 建立一个程序，确定青少年和义工如何、在何处以及向谁办理报到和离营。
- » 请确定在报到和离营时，谁将护送青少年和义工前往该去的地方。

非医疗的活动之程序

- » 请注意，任何体育活动，如射箭、划独木舟，或针对于贵营会的其他运动，都应设立规则、条例和应对紧急情况的计划。
- » 非医疗的活动的一些例子包括，但不限于：
 - 水上运动的规则和条例
 - 遗失游泳者的计划
 - 健行的规则和条例
 - 遗失健行者的计划

J. 拟定常见的糖尿病健康程序

这些程序应该每年由营主任、医学主任、活动主任和心理社会主任拟定和审阅。

要考虑的关键的糖尿病管理程序

考虑所有参与者（包括工作人员及青少年）的安全。为了青少年的安全，所有的活动中都要有糖尿病教育人员或医学方面的义工在场，这是很普遍且重要的。

- » 建立血糖追踪的程序
 - » 在注册时，请注意有高/低血糖或酮值的营会学员。



- 在注册时注意，并且在整个营会期间监测血糖指数和酮值是很重要的，如此可以确保学员在营会时的医疗安全。
- » 可以编制一份每日日志表，由小组医疗领导人、小组长和/或小组辅导员随身携带，以记录青少年从他们报到至离营期间的血糖情况。
 - 拟定一个保存营会学员的医疗记录之安全程序，其中包括，但不限于在营会前、营会中和营会后适当地储存和销毁医疗记录。

糖尿病和体能活动的程序

- » 请记住，体能活动可以导致低血糖。确保营会学员已经咨询了他们的医生，并拟定了监测血糖的计划，以及根据营会的活动，对治疗计划做了必要的修改。该计划应该在抵达时传达给营会的医生/护士。在体力活动量增高之前进行血糖检查是很重要的。

其他要考虑的关键的糖尿病管理程序

- » 确保青少年按医生的指示服用胰岛素。
- » 在您的活动时间表中记录血糖测试的频率。
- » 确定如何按照他们的医师的指示，实施针对每位营会学员轻度和重度低血糖的治疗计划。
 - » 如果符合贵营会计划的需求，确定一般的轻度至重度低血糖的程序可能会很有用。
- » 确定哪些义工将携带治疗低血糖的物品，在营地的何处储存这些治疗物品，以及如何治疗没有酮症的低血糖。
- » 如有必要，拟定过夜的血糖测试程序。

K. 拟定与糖尿病无关的健康护理程序

- » 注册时的健康筛查程序应包括记录所有青少年/义工的非糖尿病相关的药物和需要分发药物的时间。
 - » 通常是由护士站将处方的药物分发给青少年和义工。
- » 建立传染性疾病或传染性疾病健康护理管理计划是非常重要的，其中包括预防将疾病传播给其他的营会义工和青少年。
 - » 确保该计划遵循适当的美国疾病控制中心（CDC）或世界卫生组织（WHO）的准则。
 - » 确保该计划也遵循适当的当地卫生官方的准则。
- » 如果发生严重疾病或意外，应尽一切努力，立即联系青少年的家长/监护人，向他们提供完整的信息，包括医生的诊断和建议的治疗。应该立即完成一份事件的报告。



- » 任何涉及青少年的疾病或意外，都需要得到当地的策划委员会立即的关注。
- » 在所有青少年的申请表中，必须附上家长/监护人的书面许可，万一在紧急情况下无法联系到家长/监护人时，允许进行任何必要的医疗或手术治疗。
- » 在所有义工的申请表中，必须附上书面的许可，万一在紧急情况下无法联系到他们的紧急联系人时，允许进行任何必要的医疗或手术治疗。
- » 在医疗紧急情况下，当地的策划委员会负责联系并通知青少年的家长/监护人，或义工的紧急联系人。

L. 拟定行为健康的程序

患有糖尿病的青少年在他们的疾病中挣扎是很常见的，这可能会以非预期的行为之形式表现出来。建议拟定一个计划，以处理那些表现出困难行为的青少年。

- » 如果青少年或义工与他人没有正面的互动，或是有极度的行为困难，则应由委员会以机智的方式进行处理。
- » 在极端的情况下，例如青少年或义工在营会期间对自己或他人有风险，可能需要安排将青少年或义工遣送回家，并由家人或监护人承担所需的费用。

M. 拟定营会期间所有膳食和点心的餐饮计划

为患有糖尿病的青少年仔细地计划膳食是极其重要的。他们摄取的食物直接影响他们的血糖指数，并将决定在饭前需要使用多少胰岛素。

- » 请使用所有关于适当的食物准备的当地法律和法规。
- » 使用在糖尿病管理方面经验丰富的饮食保健师或营养师的帮助来计划膳食。
- » 每顿餐饮和点心必须计算碳水化合物的含量，供餐前适当地准备 BGM/胰岛素。
- » 确保点心和膳食的一致性。
- » 与营会的厨师建立良好的关系，以确保菜单对青少年的安全性。
- » 饮食保健师/营养师和厨师必需拟定一个餐饮计划，以符合营会学员和义工的任何饮食限制（除了糖尿病以外），包括但不限于过敏或腹腔疾病、宗教方面的考虑和低碳水化合物食物。
- » 务必确定有一个地区可以张贴膳食和点心的碳水化合物含量。
- » 拟定一个计划，以协助较年幼的儿童阅读这些信息，并将它应用到他们的餐饮选择中。

第 5 部分 - 实施营会（1-3 个月）



实施营会意味着是将所有的计划付诸行动的时刻了！

A. 面试过程

从潜在的青少年和义工的申请和面试过程开始。

- » 审阅提出的申请，并确定哪些申请人将进入面试的过程。
- » 不应该为了填满配额而选择青少年和义工，只有当青少年和义工符合计划的要求时才应予以考虑。
- » 请注意，面试过程通常包括与青少年及其家长/护理人的电话或当面的交谈。
- » 义工的面试也包括电话或当面的交谈。
- » 建议根据需要，准备青少年和义工的候补名单。

B. 沟通期望

一旦选择了参与贵计划的义工和青少年学员，就必须将有关营会的活动、期望和其他重要的信息，与他们进行清晰和一致的沟通。如果没有良好的沟通，该计划可能会导致不成功的体验。请考虑为营会的重要工作人员举行定期的会议和/或培训。

将所有的安全和医疗程序（包括紧急电话号码）与青少年、他们的家人/监护人和义工沟通。

营会期间的沟通

- » 确定您的糖尿病营划是否允许在营会中使用手机，并确保让青少年、他们的家人/监护人和义工在到达营会之前知道。如果不允许使用手机，请拟定替代通讯方式的准则和计划。
- » 请注意，营会学员的连续性的葡萄糖监测器（CGM）通常是连接到他们自己的手机，并连接到他们父母/监护人的手机。在决定营会是否允许使用手机时，应考虑到这一点。

C. 青少年旅行的安排

- » 通常，青少年及他们的家人/监护人负责安排青少年的旅行。
- » 如果有在最后一刻，无法避免的青少年旅行的更改，应该立即知会委员会。
- » 在某些情况下，当地的策划委员会可以为青少年安排往返营会的交通。
- » 应该讨论这些情况，并在营会开始之前最后确定这一程序。

D. 青少年讲习会



- » 为青少年提供有趣和引人入胜的讲习。讲习是让青少年对即将到来的体验感到兴奋的一种方式。
- » 讲习通常是在营会注册后的最初几个小时内举行。
- » 讲习的主题可以包括，但不限于：
 - » 介绍义工和青少年
 - » 概述营会的规则、政策和程序
 - » 对青少年的期望
 - » 应对思乡之情
 - » 营会的地图
 - » 营会的住宿
 - » 营会的时间表（包括膳食、营会活动和团体活动）

E. 义工讲习会

- » 义工的讲习对于成功地实施您的计划是至关重要的。
- » 义工的讲习通常是在营会开始前举行，而青少年的讲习通常是在营会的第一个晚上举行。
 - » 日营计划的义工讲习通常是在营会开始的前一天举行，或是在日营活动之前的几个小时举行。
- » 有时候，讲习是以虚拟的方式举行。
- » 确保义工的培训是针对营会学员的特定年龄层。
 - » 在某些情况下，会需要举办好几个讲习会。建议在营会开始之前，为所有的义工提供一个一般性的讲习。然后，在每个营会课程开始时，为该课程的义工举办一个针对该课程的讲习。
- » 讲习的主题可以包括，但不限于：
 - » 糖尿病基本知识方面的培训，例如测量血糖、监测胰岛素的使用以及识别和/或治疗低血糖和高血糖
 - » 所有的糖尿病营计划参与者的角色
 - » 介绍：例如介绍营主任、营会的主任医师和/或护士、营会的饮食保健师/营养师、营会的活动主任和营会的义工。
- » 概述营会的规则、政策和程序
- » 对义工的期望

F. 营会期间一致的糖尿病管理

营会应该有持有执照的医疗护理专业人员或知识渊博的糖尿病教育工作者，在团体活动中都随时在场。请参考并遵循上述部分中概述的程序，例如“拟定非医疗的程序”、“拟定常见的糖尿病健康程序”和“拟定行为健康的程序”。



- » 为所有青少年保存准确的每日医疗记录。
 - » 这些记录通常会复制一份，并在营会结束时提供给家长/监护人。
 - » 在营会中保存医疗记录对青少年的安全是至关重要的。
- » 在进行高体能的活动、进餐、就寝和午夜检查之前，应记录以下的事项：
 - » 胰岛素剂量
 - » 药剂的频率
 - » 血糖指数
 - » 疾病
 - » 酮测试的结果
 - » 意外事件
 - » 治疗

第 6 部分 -营会活动后

营会结束后尽快与所有的义工会面，汇报营会的情况。

- » 向青少年和家长/监护人发送营会后评估。
- » 可以采用以下的方式进行评估：
 - » 用邮寄纸张的调查
 - » 电子邮件发送调查的电子版
 - » 建立并发送网上调查的链接
- » 与义工举行跟进的会议，分享评估的反馈意见，并讨论为下一年的计划应做的改进。
 - » 如有必要，仅与委员会会面，讨论下一年的整体程序和改进。
 - » 开始策划下一年度的营会计划！

第 7 部分 -参与者的机会和接下来的步骤

糖尿病营的参与者可能会受益于狮友/青少狮的会籍。当您成为一名狮友/青少狮时，您成为了全球义工网络的一部份，大家齐心协力以实现改变。以下仅列举了一些他们可以期待的众多好处：

A. 会员发展

- » 加入一个好的社区：全世界有超过 48,000 个狮子会/青少狮会。每个分会都充满了像您一样的人，他们决定采取行动，并为他人服务。狮友们及青少狮们建立独特的友谊和有意义的关系，这些友谊和关系可以



持续一生。

- » 将领导技能付诸行动：狮子会/青少狮会是培养领导技能并将之付诸实践的好地方。每个分会都提供领导的机会，并且我们的全球组织也提供世界一流的培训。
- » 获得全球的支持系统：每位狮友/青少狮和每个分会都会得到我们国际组织的支持。国际狮子会总部的职员不断地致力于改善工具和技术，来增强您的服务。
- » 体验服务的感受：狮子会/青少狮会的核心是一个恒定的目的：服务。将您的时间和精力奉献给他人是帮助社区的一个绝佳方式，然而，它也为您提供了一种极美好的感觉。这种感觉可以传播，并对您的生活以及您如何看待这个世界产生积极的影响。

B. 规划更多的糖尿病计划

狮友及青少狮的心为服务而跳动。自1917年以来，我们为人类服务的目标从未动摇过。服务是我们的旅程！随着我们的服务，我们也成长。而且我们从未打算停止。您的糖尿病营是否正在尝试帮助贵社区中其他的糖尿病患者？请考虑其他的国际狮子会计划，让您的团体可以参与！

- » 糖尿病意识宣传健走活动：健走活动是一项非常引人注目的、适合家庭参与的活动，旨在提高糖尿病的意识、教育，以及健康的运动对于面临糖尿病风险或患有糖尿病的青少年和成年人的重要性。欲获得更多的信息，请访问：lionsclubs.org/en/strides。
- » 糖尿病同侪支持团体：糖尿病同侪支持团体为患有糖尿病的社区成员提供了一个地方，让他们聚集和营造一个鼓励的环境，在此环境中分享他们的经验、更多地了解他们的疾病，并计划糖尿病的管理。欲了解更多，请访问：lionsclubs.org/en/DPSG。
- » 2型糖尿病筛查：2型糖尿病筛查方案是为期一天的社区活动，提供2型糖尿病教育、意识和筛查服务（包括为社区成员提供转诊的服务）。方案的筹组单位与医疗专业的筛查人员或医务人员一起，以确定筛查的方法和设备。欲获得更多的信息，请访问：lionsclubs.org/en/type2。
- » 申请糖尿病拨款：狮子会国际基金会（LCIF）的糖尿病拨款计划为寻求在社区中改善糖尿病意识、预防和管理倡议的狮友们提供财务的支持。狮子会有资格申请高达25万美元的拨款资金，用于糖尿病的全球志业中有影响力的方案！欲获得更多的信息，或是申请拨款，请访问：lionsclubs.org/zh-hans/diabetes-camps。

C. 支持我们其他的全球志业

国际狮子会已经将我们的全球服务联合在五个需求的领域：视力、饥饿、环境、糖尿病和儿童癌症。这些全球志业为人类带来了重大的挑战，我们相信该是我们迎接这些挑战的时候了。了解更多关于我们的全球志业，请访问：lionsclubs.org/en/global-causes。

第8部分 - 谢谢您！

感谢您担任狮友及青少狮所做的服务！欲获得更多有关国际狮子会糖尿病营计划的信息，请访问：lionsclubs.org/zh-hans/diabetes-camps。有关糖尿病营的具体问题，请联系：programs@lionsclubs.org。



第 9 部分 - 致谢

- » 在当地的狮子会糖尿病营及狮子会的支持下，由国际狮子会编制，2020 年
- » 参考资料：国际糖尿病联盟，儿童生活计划，2015年，在资源匮乏的国家开展糖尿病营活动的指导方针

