

2013年如何成為控糖達人 糖尿病看圖對話全省宣導列車

透過糖尿病友團體力量，可幫助糖尿病友控制好血糖，中華民國糖尿病病友全國協會陳良娟理事長率全體團隊，精心規劃辦理「如何成為控糖達人全省巡迴宣導列車」，特別邀請血糖控制良好的模範病友經驗分享並配合專業衛教師運用「糖尿病看圖對話」衛教工具，希望能促成更多糖友成為控糖達人，也協助各糖友團體的運作及功能強化。本會預計 2013 年 5-6 月間預計將到 3 縣市免費舉辦 3 場次，每場次將邀請 5 位衛教師及 5 位糖友種子協助分組進行。邀請新竹縣糖友 50-60 位(含家屬數位) 及 10 位輔導員共同學習。名額有限，敬請把握！

壹、課程目的

- 一、 增加糖友、家屬對於疾病的認知與適應。
- 二、 透過糖尿病看圖對話教材，學習有效的自我管理、引領探索自我。
- 三、 鼓勵糖友健康行為改善，強調健康自我負責的觀念。
- 四、 激發糖尿病支持團體動力、活絡團體運作功能。
- 五、 增進全國糖尿病支持團體間的相互交流與學習。
- 六、 提昇各縣市基層護理人員衛教能力。

貳、合辦單位

主辦單位：社團法人中華民國糖尿病病友全國協會、台灣禮來股份有限公司

合辦單位：新竹縣政府衛生局

參、活動日期：102 年 5 月 24 日(五)

肆、合辦辦法：**合辦單位不需提供經費，但需提供與支援以下要件：**

- (1) 場 地：可容納 80 人之會場(可分成 4-5 組不被彼此干擾的討論教室)
- (2) 學員招募： 50-60 位糖友(含家屬數位)及 10 位輔導員
- (3) 教 具：桌子(可放置 90CM×130CM(長約 1 公尺，寬約 1.5 公尺)糖尿病看圖對話之教具)
- (4) 器 材：無線麥克風 3 支、單槍、電腦及音響
- (5) 人 力：場佈、報到、備午餐(主辦單位負責)、茶水、照相、講師(主辦單位負責)、主辦單位工作人員。

伍、課程表

時間	主題	負責單位
0930-1000	報到聯誼	協辦單位
1000-1030	相見歡	全國糖協
1030-1130	經驗分享 我的血糖達標了	控糖達人
1130-1200	飯前血糖監測及記錄	全國糖協/愛奧樂血糖機
1200-1300	午餐	協辦單位及全國糖協
1300-1400	心得感想與行動承諾	全國糖協
1400-1600	飯後血糖監測及記錄 糖尿病看圖對話	全國糖協/血糖機廠商 5組進行禮來糖尿病看圖對話衛教工具

陸、報名方式：由新竹縣政府衛生局負責報名事宜。

柒、報名表：

糖友團體名稱：						(糖友填寫)	
單位名稱：				職稱：		(輔導員填寫)	
身 份	☐ 糖友 ☐ 家屬 ☐ 高危險群 ☐ 輔導員		性 別	☐ 男 ☐ 女		餐	☐ 葷 ☐ 素
姓 名			年 齡			病 齡	
就診院所			糖化血色素			持有志願服務手冊者	☐ 有 ☐ 無
電 話	室內：			手機：			
地 址							
E-mail							

捌、活動地點：新竹縣竹北市光明七街1號3樓

1. 搭乘公車：新竹市搭新竹客運往芎林方向，在新竹縣政府路口下車，步行至衛生局。
2. 搭乘火車：新竹市搭電聯車或普通車往台北方向，下一站即是竹北，在竹北火車站下車，步行〈約25分鐘〉或搭乘計程車〈約5-10分鐘〉至衛生局。
3. 搭乘高鐵：搭乘高鐵至新竹站〈竹北〉下車，再搭乘計程車〈約5-10分鐘〉至高鐵新竹站一樓大廳4號出口，前往3號公車月台搭乘高鐵快捷公車往高鐵新至衛生局，或竹站-竹北火車站，約20分鐘一班車，約15-20分鐘可到達稅捐局站下車再步行3分鐘至衛生局。
4. 自行開車：

北上：中山高速公路竹北交流道下，往左轉於十字路口右轉縣政二路再左轉光明七街即達衛生局。
(HOMEBOX 對面)

南下：中山高速公路竹北交流道下，往右轉於十字路口右轉縣政二路再左轉光明七街即達衛生局。
(HOMEBOX 對面)

交通圖示：

