

活得健康 保養有方

社區保健員外展計劃

Healthy Living

Chinese Lay Health Worker Outreach Project

社區保健員 入職培訓手冊

Lay Health Worker
Orientation Training Manual

Prepared by:

Lei-Chun Fung, MPH, MSW

Elaine Chow, BA

Kent J. Woo, MSW

Corina Liew

Ching Wong, BS

Janice Tsoh, PhD

Stephen J. McPhee, MD

Gem Le, PhD

Jun Wang, PhD

Tung Nguyen, MD

NICOS

華人健康組織聯會

SFSU

三藩市州立大學

UCSF

三藩市加州大學

介紹

歡迎大家！

恭喜大家被挑選參加「活得健康 保養有方：社區保健員外展計劃」，本計劃將有助發展你的技能及促進華人的健康。從現在開始，你將被稱為社區保健員。本計劃是由華人健康組織聯會(NICOS)，三藩市州立大學(SFSU)以及三藩市加州大學(UCSF)資助推行並共同設計的。本項計劃也是一項調查研究，目的是要了解如何用更好的方法向華人傳播健康知識。本計劃的目標是培訓你在自己的社交圈子裏招募年齡 50 至 75 歲的華人參加此計劃，並向他們傳遞健康行為的資訊。本計劃將討論兩個健康題目，一個是營養飲食，另一個是預防大腸癌。在向組員講授這兩個題目的過程中，你將扮演非常重要的角色。

你獲選成為社區保健員是因為你已經具備了一些技能及專長。這些重要的技能及專長包括以下幾點：

- 你待人和藹友善，個性坦率，你也鼓勵其他人持有這樣的態度。
- 你有渴望學習的心態。
- 你善於與人相處，以及能與不同的人士合作。
- 你富有同情心，並熱誠待人。
- 你關心他人，並樂意幫助他人。

在此，再次恭喜大家被挑選成為社區保健員！

本培訓手冊包含以下幾部分：

- ❖ 背景資料
- ❖ 「活得健康 保養有方：社區保健員外展計劃」的目標
- ❖ 計劃描述
- ❖ 社區保健員的角色及職責
- ❖ 調查研究事項
- ❖ 招募組員的指引

- ❖ 組別分配
- ❖ 活動時間表

手冊目錄

1. 背景資料.....	4
2. 「活得健康 保養有方：社區保健員外展計劃」的目標	4
3. 計劃描述	5
4. 社區保健員的角色及職責	6
5. 報酬及協助	7
6. 社區保健員活動表.....	8
7. 調查研究事項.....	9
8. 招募組員的指引	10
A. 如何招募組員	10
B. 組員的權利及責任.....	13
C. 社區保健員的角色.....	14
D. 角色扮演.....	15
9. 組別分配.....	16

10. 活動時間表	17
11. 計劃聯絡資料	18
12. 附錄	19
附錄 A. 招募組員表格	20
附錄 B. 15 位組員名單	21
附錄 C. 社區保健員活動記錄表	22
附錄 D. 一般常見問題	23
附錄 E. 招募組員傳單	29

1. 背景資料

很多華人都很注重自己的健康，希望能瞭解更多有關保持健康的知識。對於本計劃所針對的研究對象來說，即年齡 50 歲至 75 歲的華人，最常見的健康問題包括肥胖、糖尿病、高膽固醇、高血壓、心臟病及癌症。本研究計劃的三個主辦機構，包括華人健康組織聯會(NICOS)，三藩市州立大學(SFSU)以及三藩市加州大學(UCSF)，共同合作進行外展及研究，來幫助解決以上的健康問題。本研究是由國家健康研究所 (National Institutes of Health)，一個聯邦政府機構所資助的。

「活得健康 保養有方：社區保健員外展計劃」的目的在於從營養飲食及預防大腸癌這兩個題目方面來促進華人的健康。一部分社區保健員將參與其中一個題目的培訓及外展工作，而另一部分社區保健員則將負責另一個題目。由於這是一項研究計劃，你事先並不知道你所負責的題目，直到招募到組員之後才能確定。我們今天所講授的培訓內容是為了使你了解我們三個機構、本研究的目的、調查研究的基本知識、為什麼要用這種方式來開展本計劃、以及你如何從自己的社交圈子裏招募組員。待你招募到組員之後，我們會告知你所負責的題目，並向你再提供至少一次的培訓課程。

2. 「活得健康 保養有方：社區保健員外展計劃」 的目標

「活得健康 保養有方：社區保健員外展計劃」（又稱作“本計劃”）的目標是透過社區保健員向招募到的 15 名年齡 50 至 75 歲的華人傳遞關於營養飲食或預防大腸癌的資訊。我們會給你提供相關知識及培訓，使你瞭解如何去講解或協助傳遞這兩方面的訊息，和影響你所招募的組員的健康行為。

3. 計劃描述

「活得健康 保養有方：社區保健員外展計劃」是一項針對華人健康的外展及研究計劃。在未來 3 年內，我們會總共招募並培訓 52 名社區保健員，由他們去招募參與本計劃的 780 名組員。每位社區保健員將從自己的社交圈子裏招募 15 名組員。

一半的社區保健員及他們招募的組員將列入營養飲食組，通過講座及小冊子，學到有關營養飲食的知識。另一半社區保健員及組員將列入預防大腸癌組。他們會通過由社區保健員主持的健康教育小組及小冊子，學到有關預防大腸癌的知識。到最後，每一組都會取得另一組题目的資料。而調查研究的過程主要包括：所有組員在計劃開始時回答一份問卷、容許研究人員在整個過程中觀察、以及在計劃結束時再次回答問卷及參與小組討論。

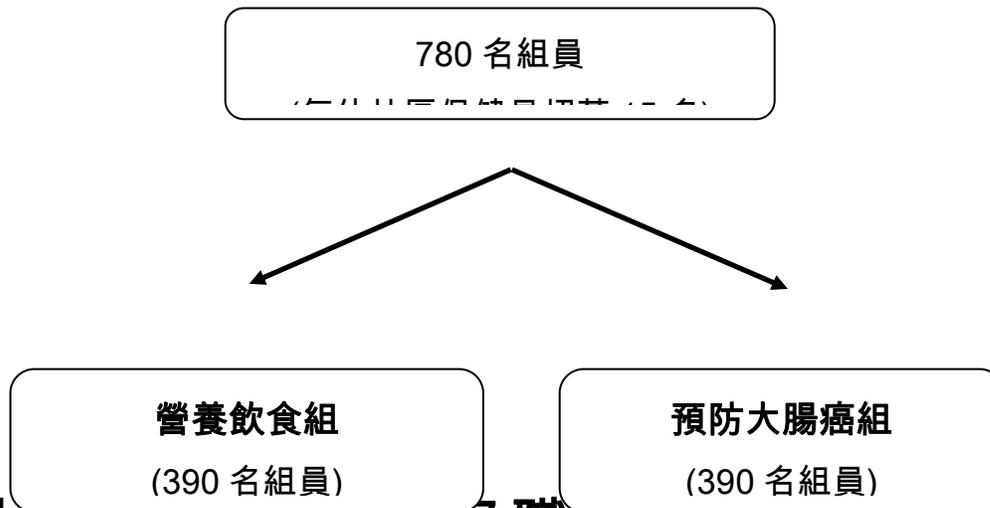
研究設計：

華人健康組織聯會(NICOS) –
三藩市州立大學(SFSU) –

招募

52 名社區保健員

招募



4. 社區保健員的角色及職責

所有的社區保健員均有以下的職責：

- 參加本次半天的培訓課程。
- 為此外展及研究計劃招募 15 名年齡介乎 50 至 75 歲的華人，來參與並學習有關營養飲食或預防大腸癌的健康知識，以及填寫招募組員表格(附錄 A)。
- 列出招募到的組員名單(附錄 B)，交給計劃負責人。
- 確保組員出席所指定的外展活動。
- 協助計劃負責人，確保組員在整個計劃期間（約 6 個月）能積極參與。
- 做好計劃活動記錄(附錄 C)，每月提交給計劃負責人，與負責人保持定期聯絡（至少每月一次）。
- 在計劃結束時，參加小組討論會，分享個人經驗。

在未來的 1 至 2 個月內，你將會招募計劃的組員。完成招募工作後，你將會知道自己負責的組別：營養飲食組（「營養飲食」社區保健員）或是預防大腸癌組（「預防大腸癌」社區保健員）。兩個組別都是一樣重要的，都會花相約的時間來進行外展活動，但具體工作及活動內容將有所不同，請見下文。只有在招募完組員之後，你才會知道自己被分配到哪一個組別。我們會在第 7 部分向你解釋如何分組及為什麼要這樣分組。

「營養飲食」社區保健員的職責

- 與計劃負責人一起安排組員來參加營養飲食講座。每位組員將在 2 至 3 個月的時間內參加兩次講座。健康教育員會主講這些講座，但每一位「營養飲食」社區保健員均需要陪同自己每一位的組員參加講座。
- 在 6 個月的時間內，與所有的組員保持聯絡及進行電話跟進，鼓勵他們繼續參與本計劃。
- 在計劃開始 6 個月之後，參加一天預防大腸癌的培訓。
- 組織組員來進行一次關於預防大腸癌的小組健康教育。

「預防大腸癌」社區保健員的職責

- 參加兩天預防大腸癌的培訓。
- 進行小組健康教育，每組大約 5 至 8 名組員。你會與每組成員會面兩次（小組健康教育聚會 1 和小組健康教育聚會 2），兩次小組聚會之間相隔兩至三個月。

- 在每次小組健康教育聚會舉行一個月後，致電每一位組員，進行簡單的電話跟進。
- 在小組健康教育聚會 1 和小組健康教育聚會 2 之間，出席一個簡短的跟進培訓課程。
- 提供有關資訊給組員，以協助他們獲取大腸癌檢查。

5. 報酬及協助

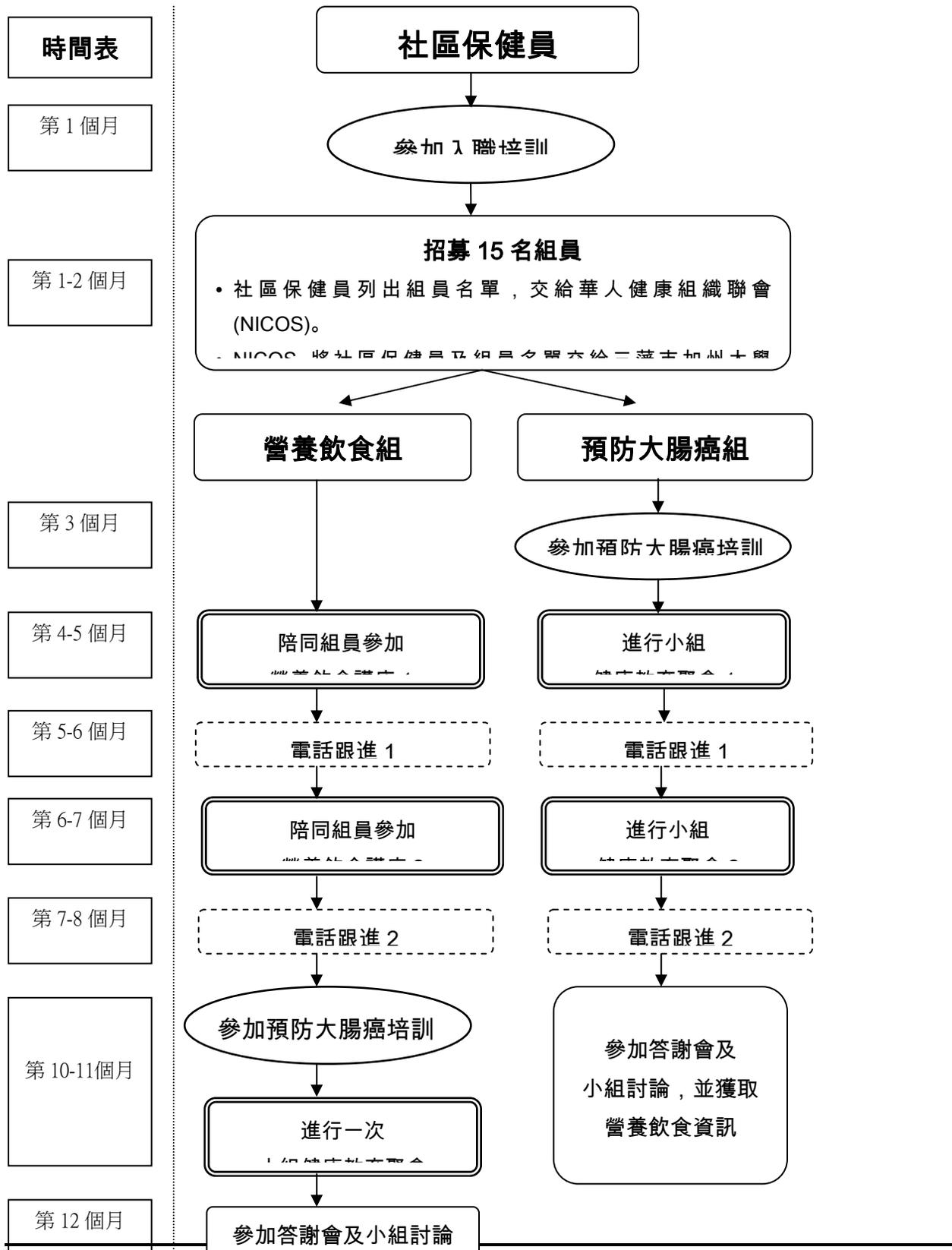
在完成了你的職責之後，你將會獲得報酬。你招募的組員也會獲得參與的報酬。

在過往的計劃中，社區保健員都認為參與這些計劃能使自己從多方面受益，包括：學到了健康資訊、通過活動獲得多種技能、以及從幫助他人中獲得滿足感。

本計劃將會提供所有你需要的教材及資料。

計劃負責人將是你主要的聯絡人。他會向你提供需要的服務及協助，使你能達到本計劃的目標。在過往的計劃中，很多社區保健員也會互相幫助。

6. 社區保健員活動表



7. 調查研究事項

社區保健員外展計劃不只是一項外展計劃，也是一項研究計劃。其目的是了解怎樣能更有效地向年齡 50 至 75 歲的華人傳遞健康飲食及定期進行大腸癌檢查的資訊。你與你招募的組員會被分配到營養飲食組或預防大腸癌組。我們會從中作比較，去了解每組別的組員如何學習我們所傳授的知識。

我們如何將社區保健員及其組員分成兩組？

我們會給所有的社區保健員安排一個號碼，然後用電腦隨機安排社區保健員及其組員到其中一組。

採取「隨機」的方式是爲了保證每一位社區保健員及組員都有公平的機會被分到任何一組別裏，而不是因某種特性而被分到某一組內。這樣，我們才能比較這兩組所學到的知識是否有不同，不同的地方在哪裡。隨機安排能確保我們能公平地比較兩組的外展活動。

社區保健員及組員是否可以學習到另一組的題目的知識？

可以。每一組別的社區保健員及組員都能夠有機會獲得另一組別題目的知識。不同之處是學習的先後次序及知識傳授的方式。

營養飲食組的社區保健員及其組員會在本計劃期間學習到營養飲食的知識。這一組的社區保健員在計劃後期才會接受預防大腸癌的培訓，並帶領一次有關預防大腸癌的小組健康教育。這樣，營養飲食組的組員最後都有機會學習到預防大腸癌的知識。

而預防大腸癌組的社區保健員則會在計劃初期接受多一些培訓，期間還會帶領兩次有關預防大腸癌的小組健康教育。這一組的社區保健員及其組員會在計劃結束時獲得營養飲食的資訊。

8. 招募組員的指引

A. 如何招募組員

請開始想想，如果你要招募別人參與本計劃，你會怎麼做？如何踏出第一步？

1. 寫下你認為會對本計劃感興趣，或能從本計劃中獲益的親朋好友的姓名。

請記住，你要招募的組員必須符合以下的條件：

- 華人；
- 能說你通曉的其中一種語言（例如：廣東話、國語、英語）；
- 年齡 50 至 75 歲；
- 能夠參加三次聚會；

- 住在三藩市（但不是與你住在一起）；
- 一住址只能招募一名組員； 及
- 有一個聯絡電話。

II. 聯絡這些人並向他們介紹本計劃及其目的。下面這段話是向有可能參與的人士解釋本計劃時可採用的開場白。但你可以盡量運用自己的判斷、用詞及談話風格。

「你好,我叫 ____ (可根據與對方的關係省略此開場白)。我現在參加了由華人健康組織聯會, 三藩市州立大學以及三藩市加州大學所舉辦的「活得健康 保養有方: 社區保健員外展計劃」。我是這個計劃的其中一位社區保健員。這計劃的目的是向華人傳遞健康教育的資訊。我不會向你兜售任何產品或服務。我想邀請你參加這個計劃。如果你有興趣參加的話, 我會邀請你參加三次聚會, 學習有關營養飲食或預防大腸癌的資訊, 每次聚會時間約兩小時。我還會給你打兩次電話, 幫助你溫習一下所學到的知識。此外, 你在參加第一次聚會時以及大概 6 個月之後, 均需要回答一份問卷。我們會給你 \$50 報酬。請問你有興趣參與嗎?」

(如果對方回答「有興趣」, 請繼續。如果對方說「沒有興趣」, 你就說:

「多謝你的寶貴時間, 這是我的聯絡電話, 如果你改變主意的話, 可以聯絡我。」)

「多謝你對這個計劃有興趣。如果你符合參加的資格，我會將你的名字及資料交給三藩市加州大學(UCSF)的研究人員。爲了確保你符合我們的條件，我現在需要問你幾個問題：」)

[請將答案寫在招募組員表格上]：

1. 「你的年齡是多少？」

請在表格上填上對方年齡。

對方的年齡是否在 50 歲至 75 歲之間？

若是，請在「是」格子內打勾 (√)，然後繼續下一題。

若不是，請在「不是」格子內打勾 (√)，然後繼續下一題。

2. 「你是華人嗎？」

[如果你已經知道答案，則無需問這個問題]

若是，請在「是」格子內打勾 (√)，然後繼續下一題。

若不是，請在「不是」格子內打勾 (√)，然後繼續下一題。

3. 「你會說英語、廣東話或國語嗎？」

[如果你已經知道答案，則無需問這個問題]

若是，請在「是」格子內打勾 (√)，然後繼續下一題。

若不是，請在「不是」格子內打勾 (√)，然後繼續下一題。

4. 「你是否居住在三藩市及打算住在三藩市至少 6 個月時間？」

若是，請在「是」格子內打勾 (√)，然後繼續下一題。

若不是，請在「不是」格子內打勾 (√)，然後繼續下一題。

5. 「你是否曾經接受過大腸癌檢查？例如：大便潛血檢查、結腸鏡檢查或大腸鏡檢查？」

若是，請在「是」格子內打勾 (√)，然後繼續下一題。

若不是或不肯定，請在「不是」格子內打勾 (√)，然後繼續下一題。

6. 「你是否有患過大腸癌？」

若是，請在「是」格子內打勾 (√)，然後繼續下一題。

若不是，請在「不是」格子內打勾 (√)，然後繼續下一題。

7. 「你是否患有任何疾病，使你無法出席我們將會組織的三次聚會？」

若是，請在「是」格子內打勾 (√)，然後繼續。

若不是，請在「不是」格子內打勾 (√)，然後繼續。

如果對方在以上第 1-4 題答「是」及第 6-7 題答「不是」的話，請在「合資格」格子內打勾 (√)，然後說：「多謝你寶貴的時間。我會再聯絡你，與你確定參與。這是我的聯絡電話，如果你改變主意的話，可以聯絡我。」

如果對方在以上第 1-4 任何一題答「不是」或第 6-7 任何一題答「是」的話，請在「不合資格」格子內打勾 (√)，然後說：「很抱歉，你並不符合參加本計劃的資格。多謝你寶貴的時間。」

請記住，在 15 名組員中，你必須要招募至少 8 名從未接受過大腸癌檢查的人。因此，如果你已經招募到 7 名接受過大腸癌檢查的組員，你在這時就應該說：「多謝你，但我們需要招募從來沒有接受過大腸癌檢查的人士。」

III. 重複此步驟直到你招募到 15 名願意承諾參與本計劃的人士。

要確保社區保健員外展計劃的順利進行，關鍵是要保持一個低的退出率。因此，確保組員堅定承諾參與本計劃是很重要的。我們明白有時你無法控制事情的發展，但請緊記：能使所有組員有始有終地參與這個為期 6 個月的計劃是非常重要的。因此，你應向組員取得聯絡他們的其他方法（例如：組員的親朋好友的聯絡電話），以免他們搬家或無法電話聯絡到他們。如果組員不願意提供這些資料的話，他可能不是參與本計劃的最佳人選。

當你招募到 15 名承諾參加社區保健員外展計劃的組員時，你就要將他們的姓名、電話號碼、年齡及地址列成名單交給計劃負責人(附錄 B)。我們會通過電腦隨機安排你及你招募的組員加入營養飲食組或預防大腸癌組。你將與你招募的組員列入同一組。

B. 組員的權利及責任

1. 組員的責任：

- 將姓名、年齡、地址及電話號碼提供給社區保健員
- 提供其他聯絡方式，避免社區保健員無法聯絡到組員

- 同意回答在計劃開始時及結束前的調查問卷
- 簽署同意書，及同意參加三次聚會
- 堅定的表示參與，及在整個計劃中全情投入

2. 組員的權利：

由於這是一項研究計劃，聯邦機構要求我們要遵守道德的原則來進行研究，尊重組員的權利。在招募過程中，社區保健員必需要牢記一項重要的道德原則，就是不得採用脅迫手段。脅迫即通過對某人施加不公平或過多的壓力，迫使他們去做他們不願意做的事情。作為社區保健員，你將會招募你社交圈子裏的人，因此你需要很小心，避免施加過多壓力迫使他人參加此計劃。脅迫的例子包括：

「你必須參加這項研究，否則我再也不跟你說話了。」

「因為你是我的妹妹（或其他比自己輩份低的親戚），你必須參加這項研究。」

C. 社區保健員的角色

1. 你該如何對待你的組員？

作為社區保健員，你最大的職責是對組員負責。你要幫助他們活得更健康。抱著待人如己的態度，也就是想像你自己作為組員時，希望別人如何對待你那樣。

無論是招募時面對可能參與的友人，還是在招募之後向組員講授健康資訊時，最重要的就是要尊重組員。

在招募時，你要向他們解釋清楚為什麼這次研究值得參加，及他們會如何從中獲益。例如：學到健康常識、活得更健康、結交朋友和與朋友相聚。你還可以提到參與此研究會獲得報酬。

你可以邀請自己的朋友參與研究，但牢記不得採用脅迫的方式招募他們參與研究。

例如：不斷地多次聯絡招募對象、即使對方明確表示不願意參加還不放過、不斷騷擾或給對方造成心理壓力使其無法拒絕你的邀請。

當組員同意參加後，你的職責就是要提醒並鼓勵他們來參加聚會，聆聽所要講授的知識。你需要說服組員甚麼是對他們是有益的，但是要透過向他們提供正確的資訊、回答他們的問題、給予他們鼓勵和支持、以及聆聽他們的意見等等的方式。

2. 為什麼要填寫組員招募表格？

當你招募組員時，很重要的一點是要記錄好你聯絡過多少名可能參與的人，以及有關他們的一些個人資料。這些資料能幫助你決定誰有資格參加本計劃，也記錄下有些人不願意參加的原因。

附錄有一份組員招募表格。在招募組員之前，請先明瞭該表格。請將每一位你嘗試招募的人士的資料都填寫在表格裏。

3 . 組員名單

除了你招募到的十五位組員外，請在組員名單（附錄 B）的下方記錄你在招募組員時一共接觸過的人數，以及其中有多少人是合資格，多少人不合資格，和多少人拒絕參加。

D. 角色扮演

在此練習中，我們希望你能練習如何招募組員。

〔請參看第 10 頁，8A 部份的例子。〕

練習完角色扮演後，你將瞭解在招募組員的時候該說些甚麼。

9. 組別分配

當你被隨機分組之後，根據你所屬的組別，會有以下的情況：

如果你被分配到營養飲食組，計劃負責人會致電給你，安排營養飲食講座的時間。你會根據你手上的組員名單，致電 15 名組員，通知他們並陪同他們一起參加營養飲食講座。

如果你被分配到預防大腸癌組，計劃負責人會致電給你，安排你在未來的幾個星期內參加第二次的培訓。培訓結束後，你將與所招募到的 15 名組員進行小組健康教育。

下一節將列出每組活動的時間表。

10. 活動時間表

時間表	營養飲食組	預防大腸癌組
今天	入職培訓 <ul style="list-style-type: none"> 社區保健員參加培訓學習招募方法及研究內容 	入職培訓 <ul style="list-style-type: none"> 社區保健員參加培訓學習招募方法及研究內容
第 1-2 個月	招募組員	招募組員
第 3 個月		預防大腸癌培訓 <ul style="list-style-type: none"> 社區保健員參加 2 天的培訓，學習有關大腸癌的知識及如何進行小組健康教育
第 4-5 個月	營養飲食講座 1 <ul style="list-style-type: none"> 社區保健員致電組員安排參加營養飲食講座的時間 社區保健員陪同組員一起參加營養飲食講座 計劃人員取得組員簽署的同意書後，進行初步問卷調查 	小組健康教育聚會 1 <ul style="list-style-type: none"> 社區保健員安排並進行小組健康教育（每組 5-8 名組員） 社區保健員通知計劃負責人聚會時間和地點 計劃人員取得組員簽署的同意書後，進行初步問卷調查
第 5-6 個月	電話跟進 1 <ul style="list-style-type: none"> 社區保健員致電組員進行跟進回訪 將回訪內容記錄在電話跟進表上 	電話跟進 1 <ul style="list-style-type: none"> 社區保健員致電組員進行跟進回訪 將回訪內容記錄在電話跟進表上
第 6-7 個月	營養飲食講座 2 <ul style="list-style-type: none"> 社區保健員致電組員安排參加營養飲食講座的時間 社區保健員陪同組員一起參加營養飲食講座 	跟進培訓 <ul style="list-style-type: none"> 社區保健員參加跟進培訓，為進行第二次小組健康教育做準備
第 7-8 個月	電話跟進 2 <ul style="list-style-type: none"> 社區保健員致電組員進行跟進回訪 將回訪內容記錄在活動記錄表上 	小組健康教育聚會 2 <ul style="list-style-type: none"> 社區保健員安排並進行小組健康教育（每組 5-8 名組員） 社區保健員通知計劃負責人聚會時間和地點
第 10-11 個月	組員的總結聚會 <ul style="list-style-type: none"> 計劃人員與組員進行再度問卷調查 組員提供對本計劃的意見 	電話跟進 2 <ul style="list-style-type: none"> 社區保健員致電組員進行跟進回訪 將回訪內容記錄在活動記錄表上
第 11-12 個月	預防大腸癌培訓及外展活動 <ul style="list-style-type: none"> 社區保健員參加 1 天的培訓，學習有關大腸癌的知識及如何進行小組健康教育 社區保健員安排組員進行一次預防大腸癌的小組健康教育。 	組員的總結聚會 <ul style="list-style-type: none"> 計劃人員與組員進行再度問卷調查 組員提供對本計劃的意見
		社區保健員答謝會 <ul style="list-style-type: none"> 社區保健員一起參加答謝會，分享心得及意見
	社區保健員答謝會	

-
- 社區保健員一起參加答謝會，分享心得及意見
-

11. 計劃聯絡資料

如欲瞭解更多詳情，請聯絡：

周陳燕玲（計劃負責人）

華人健康組織聯會

NICOS Chinese Health Coalition

1208 Mason Street

San Francisco, CA 94108

12. 附錄:

附錄 A. 招募組員表格

附錄 B. 15 位組員名單

附錄 C. 社區保健員活動記錄表

附錄 D. 一般常見問題

附錄 E. 招募組員傳單

附錄 B. 15 位組員名單

活得健康 保養有方:社區保健員外展計劃

參加計劃組員名單

社區保健員: _____

請用此表格登記答應參加本計劃的 15 名組員的資料，並在 _ _ _ 前提交給計劃負責人。

組員姓名	年齡	接受過 大腸癌 檢查?	電話	地址	備註
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					
9.					
10.					
11.					
12.					
13.					
14.					
15.					

包括上述所列名單，你在招募組員時一共接觸過的總人數： _ _ _ _

其中合資格的有多少？ _ _ _

其中不合資格的有多少？ _ _ _

其中拒絕參加的有多少？ _ _ _

附錄 C. 社區保健員活動記錄表

活得健康 保養有方:社區保健員外展計劃

社區保健員活動記錄表

社區保健員: _____

請用此表格記下你與 15 名組員的聯絡及活動，並每月提交給計劃負責人。

紀錄應包括：健康教育活動、電話聯繫以及與外展有關的面對面聯繫。

日期	組員名字	聯絡方式 及 多少時間 (分鐘)	筆記

附錄 D. 一般常見問題

活得健康 保養有方:社區保健員外展計劃

關於招募組員的問題解答

社區保健員可能提出的問題:

有關招募方面

1. 我可以招募講國語或英語的人士嗎?

可以, 你可以招募講國語或英語的人士, 只要他們與你講同一樣的語言。

2. 我要在什麼時候完成招募所有組員?

我們希望你能在____月____日前呈交15名組員的名單。

3. 如果我不能夠招募到十五位怎辦?

如果你有困難招募的話, 請與我們聯絡。

4. 我可以在同一個地方招募同一班人嗎?

可以, 只要他們不是住在同一地址。

分派組別 / 隨機劃分

1. 我真的很想參加預防大腸癌那一組。我可以參加這一組, 而不參加健康飲食組嗎?

如果你決定參加本計劃, 你要同意加入任何分派給你的組別。你將會獲得兩組題目的資訊, 分別只在於時間遲早問題。只要你對其中一個題目有興趣的話。那你就應該參與這個研究計劃。

2. 我何時才知道我及我的組員劃入那一組？

在你呈交十五人的名單後(約在_____), 我們便會通知你劃入那一組。

聚會

1. 如果我的組員不能照原定參加我該組的聚會, 他能否參加另一位社區保健員的聚會?

不能。請你盡力與你的組員安排時間。你的組員只能參加你該組的聚會。

2. 如果我的組員在小組聚會期間不在當地, 不能參加聚會怎辦?

你與組員或者可以安排一個時間補回一堂聚會。如有類似情況, 請先與計劃負責人聯絡。

3. 這些聚會在哪處舉行？

若你是預防大腸癌組：

小組健康教育聚會可以在你家中、在組員家中、或在其他機構舉行。任何一個安靜及方便你及你的組員的地方都可以。如果你有困難找地方，請與我們聯絡。

若你是營養飲食組：

營養飲食講座將會在華埠或其他三藩市內方便的地點舉行。

4. 我們可以在室外舉行聚會嗎？

不可以。

組員可能提出的問題:

資格

1. 我不懂閱讀和書寫中文。我仍可以參加嗎？

可以，你仍可以參加。我們可以把調查問卷上的問題讀給你聽。

2. 我的母親八十歲，可以參加這項研究計劃嗎？

對不起，這個研究計劃只針對五十至七十五歲的人仕。

3. 我想我的父親來參加。他現年六十五歲，住在療養院。他可以參加嗎？

只要他能夠出席健康教育聚會，以及能夠回答調查問卷便可以參加。

4. 我的聽力不太好。我仍可以參加嗎？

可以，總之你仍能聽得到，你需要做的就是坐定聽講。

5. 這個計劃似乎十分有趣。我可以成為社區保健員嗎？

如果你有興趣，我可以把你的姓名交給計劃負責人。她會與你聯絡。

6. 我真的很想參加「預防大腸癌」組，我可否入這一組，而不入營養飲食組？

如果你決定參加，你要同意加入分派給你的組別。你將會獲得兩個题目的資訊，分別只在於時間遲早問題。只要你是對其中一個题目有興趣的話。你就應該參與這個研究計劃。

7. 我可以替我媽媽登記嗎？我有齊她所有的資料。

如果你可以介紹我認識她，我希望先與她談談，看她是否合資格。

8. 如果我不是合法居民，我可以參加這研究計劃嗎？

我們不管你的身份，總之你住在三藩市便可。

9. 我住在 Daly City，但在三藩市工作。我仍可參加嗎？

對不起，這個研究計劃只是為三藩市居民而設。

10. 我此時未能決定。你可以留個位給我遲些參加嗎？

你可以慢慢考慮決定，我遲幾天再打電話給你。如你有任何問題，可隨時來電給我。這裡是一份傳單給你參閱，我的電話在上面。

11. 你有沒有一些資料給我可以在我決定參加前先閱讀一下？

有，這份傳單供你閱讀，上面有我的聯絡電話。如有任何問題，你可隨時打電話給我。

12. 你為什麼要知道有關我的病歷？

這項計劃是針對從來未患過大腸癌的人士。我需要這些資料來決定你是否合資格。

13. 我不想告訴你有關我的病歷。真的有必要告訴你嗎？

請你記得這些資料只是為研究員所用；沒有任何其他人會知道的。如果你願意回答這些問題，你便可以參加這個研究計劃。

14. 如果我不想告訴你又怎樣呢？

這類問題是做研究要問的。你需要回答有關你個人健康的問題才可以參加此計劃。

15. 我的朋友已被另一位社區保健員招募。她亦可以參加我這一組嗎？

不可以，因這是一項研究計劃。你的朋友應參加她的社區保健員那組。

16. 我有親友從中國來，這個月住在我處，我可以帶他來參加嗎？

不可以，組員一定要住在三藩市，及在未來六個月逗留在三藩市。同時，每一戶只能讓一個人參加此研究計劃。

組員的參與

1. 我擔心加入研究計劃，你會否抽我的血？

這個計劃是教導你如何活得更健康。我們不會抽取你的血或任何細胞組織，也不會要求你食葯。我們只是教導你，以及給你資訊。

2. 那我要作什麼？

當你同意參加這項研究，我們會請你參加三次聚會，及回答兩份調查問卷。

3. 你需要我什麼資料？

我們需要你基本的資料，例如你的年齡及有關健康的資料。

4. 我可否只是參加，而不提供我的個人資料呢？

如果你想參加此計劃，你就需要提供這些資料。其實這些資料只為研究員使用，我們會盡量保密。

5. 參加這個研究計劃我有什麼利益？

你會獲得有關活得更健康的教育資訊。

支付酬金

1. 我何時獲得酬金？

當你參加第一次的聚會及填寫問卷後，你將獲得20元。

當你參加最後一次的聚會及填寫問卷後，你將獲得30元。

2. 你如何支付酬金給我？

我們會給你支票。

3. 你可否給我現金？

不可以，我們只能給你支票。

4. 如果我只想參加一次的聚會，我可以獲得一部份的酬金嗎？

當你答應加入這個研究計劃，我們要求你參加三次聚會及回答兩份調查問卷。一部份酬金會先支付。我們很想你出席所有三次聚會，因為這些聚會是讓你學到健康的知識，幫助你活得更健康。

檢查 / 醫療保險

1. 我是否一定要做健康檢查？

我們不會替你做任何檢查，但我們會提供給你有關做健康檢查的資料。至於你去不去你的醫生處做檢查，是由你自己決定。

2. 我是否要付錢去做檢查？

如果你決定去做健康檢查，通常你的醫療保險都會承保的。如果你沒有醫療保險，我們會給你一份社區診所名單，你可以獲得免費或低收費的服務。

3. 如果我沒有醫療保險怎辦？

如果你沒有醫療保險，我們會提供資料給你，讓你知道在哪裏可以申請醫療服務，得到免費或低收費的檢查。

4. 我到那裏去做檢查？

通常你去你的醫生醫務所作檢查，但如果你沒有醫生，我們會提供資料給你去找一位醫生。

5. 這位醫生是否與你們這個研究計劃有連繫？

不是。但我們可以給你一份診所名單，讓你可找一位醫生。

6. 你會否取得我的檢查結果？

不會，你不需要將檢查結果給我們，在研究計劃結束時，我們會問你有否去做檢查。然後，我們會徵求你的許可才問你的醫生你何時做過檢查。但不查問結果。如果你不許可，我們不會與你的醫生聯絡的。我們不會追問你或你的醫生關於你的檢查結果。

7. 在研究計劃結束時，我仍否要告訴你我的檢查結果？

不用，在研究計劃結束時，你不用告訴我們你的檢查結果。

8. 你會儲藏我的健康資料在何處？

我們會將你的個人資料保密。我們會盡量保護每一位參加者的隱私。研究結果報告並不題及任何人的姓名。一旦研究結束，所有個人資料都將被銷毀

聚會/調查問卷

1. 我往哪裏去參加這些聚會？

視乎你加入那一組，可能在某人的家中，或在辦公室。但盡量會是方便你出入的地方。

2. 你是否支付聚會的交通費？

我們不會支付交通費，但是我們會嘗試找一個方便你的地方。

3. 在聚會中有茶點嗎？

(由社區保健員決定。若你覺得適合的話，可以自行提供食物)。

4. 如果時間不適合我怎辦？

如果時間不適合你，我們會與你安排一個方便你的時間。

5. 我可否攜帶兒童參加？

因為聚會只是兩個小時，我們希望你盡量集中精神，所以我們不鼓勵你攜帶兒童。

6. 我可否參加第一次聚會，然後請我丈夫參加另一個聚會？

當你答應加入這個研究計劃，我們要求你參加所有聚會，你的丈夫不能代你參加。

我們會盡力安排方便你的時間。

7. 我可以帶朋友來聚會嗎？

不可以，只有加入了本計劃的組員才可以參加聚會。

8. 調查問卷上是否有很多問題？

我們大概有四十條問題，約需二十分鐘作答。如果有需要，我們會幫助你。

9. 調查問卷是關於甚麼？

調查問卷是關於你個人及健康的資料。

10. 我會先學那一個題目？

我們暫時未知你先學那一個題目。三藩市加州大學的研究人員會採用電腦抽籤來分派你入那一組。

11. 為甚麼不讓我們選擇那一組？我有興趣學習有關營養飲食的課題。

因這是一項研究計劃，採用電腦抽籤來分派的。

12. 是否兩組都會有一樣多的資訊？

你至終都會獲得兩組使你活得更健康的資訊。

附錄 E. 招募組員傳單

活得健康 保養有方：社區保健員外展計劃

目標：教育華人有關健康生活的知識

你好!

我是 _____。

我現時加入了一項研究計劃，是由華人健康組織聯會、三藩市州立大學及三藩市加州大學舉辦的。你有興趣參加我們的計劃，學習如何活得更健康嗎？

要求很簡單，你只需要：

- 出席三個聚會，每次約兩小時
- 學習有關大腸癌預防方法或營養飲食
- 我會與你有兩次電話聯絡，提醒你有關所學到的資訊
- 在第一次聚會時回答一些簡單的問題，及在六個月後計劃結束前再回答一些問題
- 在計劃結束後獲得\$50 酬金

就是這麼簡單！

你有興趣嗎？

如有興趣，請與我聯絡！



電話： _____。

華人健康組織聯會 ◆ 三藩市州立大學 ◆ 三藩市加州大學