

香港女童軍總會

香港賽馬會社區資助計劃「盡責公民展潛能」跨代共融計劃

2020-2021年度擴闊視野生活體驗活動(第三期)

活動備忘

名稱	療癒拇指琴班
日期	23/2/2021 (二)、2/3/2021 (二) 及 9/3/2021 (二) (共 3 堂)
時間	下午 4:00 - 6:00
形式	ZOOM視像

注意事項：

1	所有參加者須穿著整齊戶外制服。 外套的顏色須合符香港女童軍總會的要求，如有疑問請向所屬領袖/領隊查詢。
2	因拇指琴主要用拇指撥動薄片而發出聲音，建議參加者修剪指甲時保留指甲最前端白色部分大約 2mm 長度。
3	拇指琴領取詳情會於活動前發送至報名時填寫的參加者電郵及負責領袖/領隊電郵，參加者須於指定時間內到報名時所選擇的地點領取。
4	如未能出席 3 堂，須交還拇指琴。
5	參加者須出席 3 堂方可獲得出席證書及紀念布章。
6	本活動由「香港賽馬會慈善信托基金」資助女童軍免費參與，故請獲取錄者珍惜教學資源，如有獲取錄的女童軍未能出席活動，請盡早通知總會職員，以便作出安排。否則，無故缺席者將會列入缺席者名單，日後再報名時亦將不被考慮。
7	如對活動有任何查詢，歡迎致電 2359 6828 與孫嘉婷女士 (Eva) 聯絡。 活動日聯絡電話：9738 9465
8	天氣影響之安排請參閱總會「惡劣天氣及空氣污染應變措施」。 https://hkग्ga.org.hk/tc/resources/bad-weather-and-air-pollution-arrangements-hkग्ga-activities

ZOOM 注意事項：

1	參加者可於活動前 15 分鐘即下午 3:45 開始登入。畫面出現「主持人很快會讓你加入。」則代表成功進入等候室，請耐心等待主持人把你安排至會議室。
2	活動前參加者須於電腦或智能手機下載 ZOOM 程式，並確保家中網絡穩定。
3	請在使用 Wi-Fi 的情況下參與網上活動，避免因使用手機數據而被電訊商收取額外費用。

4	ZOOM 會議 ID 及密碼會於活動前發送至報名時填寫的參加者電郵及負責領袖/領隊電郵，請按照電郵內的指示登入，切勿隨意分享，以保護會議私密性。
5	請以 指定名稱登入 (中文姓名+隊號，如：王一心 新界西中心 B 隊、王二心 172 EK PACK) ，身份不明者將不會被加入會議。
6	建議活動前準備好音訊及視訊設備 (例如：麥克風、揚聲器或耳機、視訊鏡頭等)。

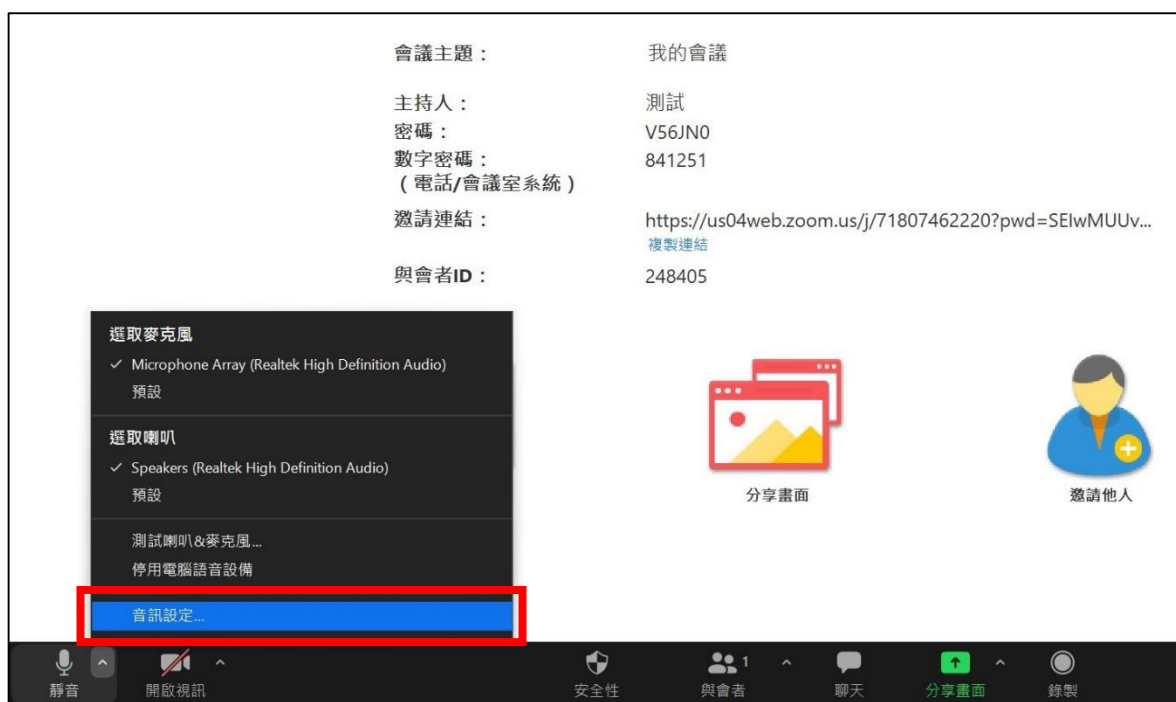
7 參加者須於 ZOOM 內設定「保留原始聲音」，令導師可更清楚聽到琴聲。

電腦

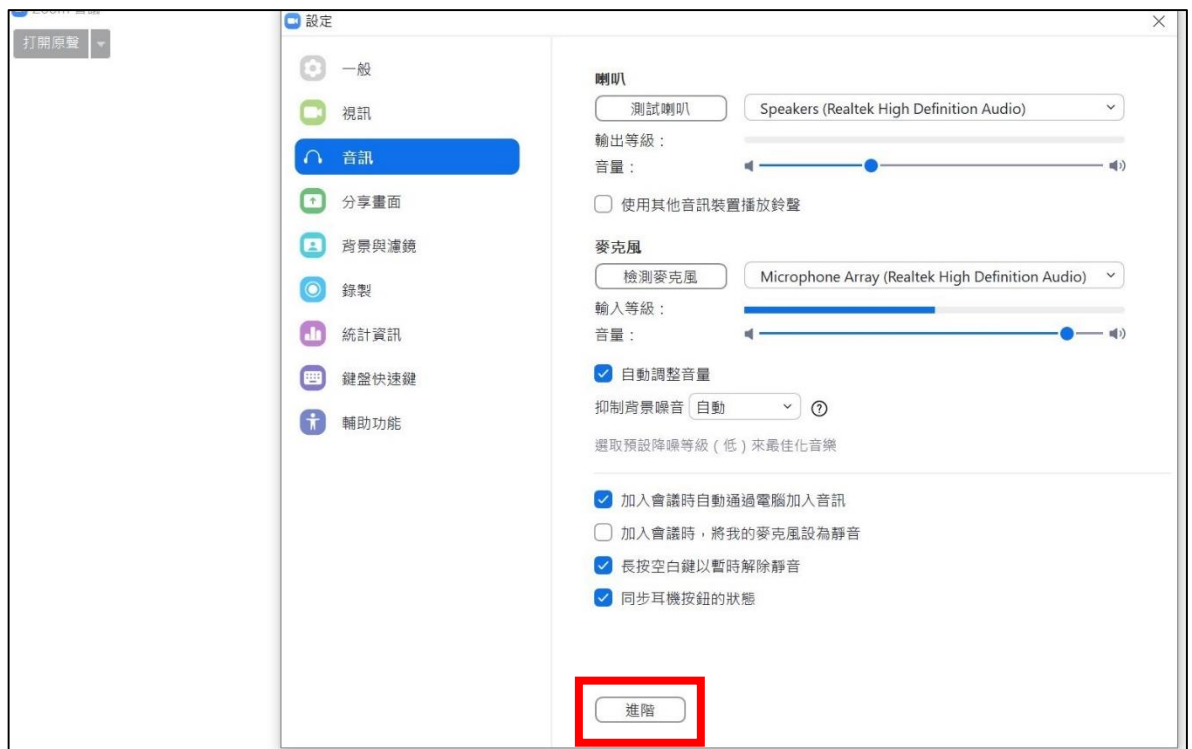
步驟 1：成功進入 ZOOM 會議後，點擊麥克風按鈕右上角的小箭咀



步驟 2：按「音訊設定」



步驟 3：在「音訊」頁面內，按「進階」



步驟 4：別選「顯示會議內選項，以透過麥克風“啟用原始音訊”」

步驟 5：在「音訊處理」內，「抑制持續性背景噪音」選擇「停用」；「抑制間歇性背景噪音」也選擇「停用」



步驟 6：完成設定後可關閉「音訊設定」視窗

步驟 7：在活動期間，ZOOM 視窗的左上角會出現「打開原聲」的選項。點擊此按鈕即可在活動中使用原始聲音



智能手機 / 平板電腦

步驟 1：成功登入 ZOOM 程式後，按「設定」



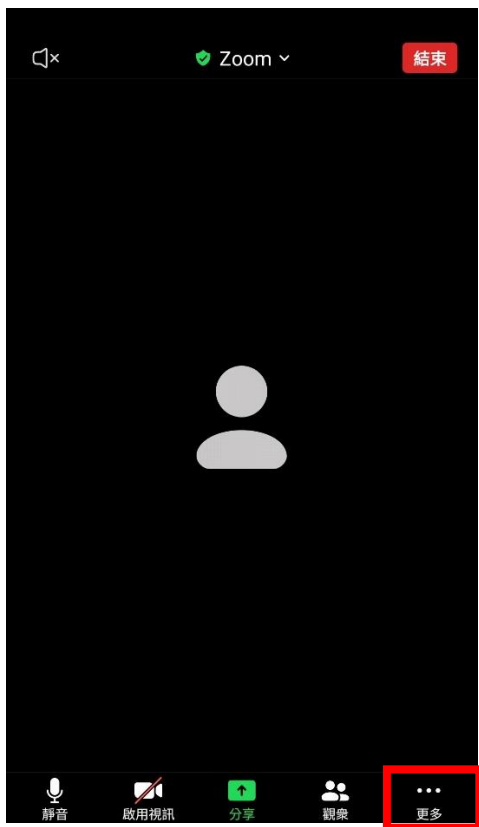
步驟 2：進入「設定」頁面後，按「會議」



步驟 3：開啟「使用原聲」



步驟 4：在活動期間，按右下角的「更多」



步驟 5：按「啟用原聲」即可



香港女童軍總會

惡劣天氣及空氣污染應變措施

撮自「活動安全規則及指引」- 第一章(甲)項「一般安全規則」

以當天課程開始前兩小時由香港天文台發出之天氣報告為準(活動負責領袖/主辦方亦有權因應天氣情況提早取消活動以保障參加者安全)

類別		戶內活動 (見註一)	戶外活動 (不包括海上活動)	度假營/露營 (見註二)	海上活動 (見註三)
寒冷天氣/酷熱天氣/ 山泥傾瀉/霜凍警告		照常	活動負責領袖應密切留意活動地點安全及參加者狀態， 如有需要，應安排參加者於戶內暫避或離開		
雷暴警告		照常	活動負責領袖應確保參加者留在安全地方，直至警告解除		
強烈季候風信號		照常	照常	照常	延期/取消
颱風信號	一號風球	照常	照常	照常	
	三號風球	照常	延期/取消	活動延期或取消， 負責領袖應確保參加者留在安全地方，直至警告解除	
	八號風球或以上	延期/取消	延期/取消	延期/取消	
暴雨警告信號	黃色	照常	活動延期或取消； 若活動正在進行中，負責領袖應安排參加者於戶內暫避	若活動正在進行中， 負責領袖應安排參加者於戶內暫避	延期/取消
	紅色	活動延期或取消； 若活動正在進行中，負責領袖應確保參加者留在安全地方，直至警告解除			
	黑色	若活動正在進行中，負責領袖應確保參加者留在安全地方，直至警告解除			
空氣質素健康指數	高 (7)	照常	應盡量減少體力消耗及戶外活動，活動負責領袖應勸喻對空氣污染敏感(即患有心臟病及呼吸系統毛病)的參加者不要參加在空氣污染地區進行的活動		
	甚高 (8-10)	照常			
	嚴重 (10+)	在空氣污染地區進行的活動，應予以中止、取消或延期			

註一：

「戶內活動」指在戶內地方進行的活動和訓練，包括於恆常集會地方以外舉行的戶內活動。活動負責領袖必須遵照有關活動場地的使用守則及惡劣天氣安排。

註二：

正值度假營及露營舉行期間，懸掛三號颱風信號、紅色或黑色暴雨警告信號時，營負責領袖須考慮所有安全因素，包括道路安全等，然後透過分區總監及區總監聯同香港副總監商討決定是否解散女童軍。

註三：

海上活動須遵照有關活動場地的使用守則及惡劣天氣安排或場地教練的指引。