

分享故事

邀請來自各行各業的人分享他們的個人癌症故事。無論是與癌症抗爭的人、家人、照顧者、醫療專業人士、倡導者或是支持者，每個人與癌症的經歷都值得被聽見。這個活動的目的是承認並確認每個獨特的經歷，並在那些受到癌症影響的人之間，培養社群和共同目標的意識。

1. **開放麥克風之夜**：組織開放麥克風的活動，讓個人可以現場分享他們的癌症故事。
2. **故事圓圈**：舉辦小組聚會，讓參與者以圓圈的形式分享他們的故事，促進社群感和支持。
3. **故事寫作工作坊**：舉辦工作坊，指導參與者寫下他們的癌症故事。寫完後，為何不把這些故事發佈到網站或社交媒體上呢？

worldcancerday.org/share-your-story

worldcancerday.org/take-action/upside-down-challenge

使用即時串流進行直播

在社交媒體上進行即時串流是舉辦線上活動的一種吸引人且充滿活力的方式，也是與您的社群建立聯繫的絕佳機會。主要的社交媒體平台提供直接、方便且免費的方式來串流直播您的活動。

以下是主要社交媒體平台的不同即時串流功能。這些功能會經常更新，因此請務必查看官方網頁以取得最新指引。

FACEBOOK LIVE

Facebook Live 功能複雜，是直播串流的熱門選擇。一些需要注意的事項：

Facebook 允許您從桌上型電腦和行動裝置連續串流長達 8 小時。

若要邀請世界各地的來賓加入您的即時串流，您需要使用 [Live With](#) 功能。

目前一次只能邀請一位來賓進入即時串流。但是，使用可以即時串流到 Facebook 的視訊會議工具（例如 Zoom）就可以同時邀請多位來賓。

有了 Facebook 的 Live Producer，您就有機會將即時串流嵌入您的網站上，也可以在即時串流後、貼到您的時間軸之前剪輯視訊。

Facebook Live 也新增了一些有用的功能，例如即時投票，以吸引您的觀眾。

更多關於設定 Facebook Live 的資訊：

www.facebook.com/business/help/626637251511853

TIKTOK LIVE

TikTok LIVE 是即時娛樂、表達和創意的好去處。在 TikTok 上進行直播相對簡單，是讓您的 TikTok 觀眾長時間參與的好方法。

- 若要在 TikTok 上進行 LIVE，請點選「建立」圖示以存取 LIVE 畫面。在導覽中移掃到 LIVE，選取一張圖片，並為您的串流撰寫標題。
- 準備好後，按下「開始 LIVE」開始您的串流。LIVE 後，您可以點選三個圓點來變更各種設定。您可以翻轉鏡頭、加入特效、篩選評論，甚至加入管理員（最多 20 位）：

www.tiktok.com/creators/creator-portal/en-us/category/what-to-know-about-live