



كيف ترشد:

نظم حدث

يعد نشاط

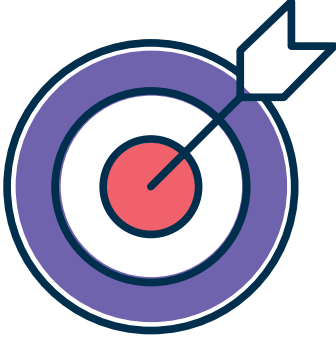
أو حدث اليوم

العالمي للسرطان

أحد أفضل الطرق

لإظهار دعمك.





### ما هي غايتك وهدفك؟

كل فعالية ونشاط في اليوم العالمي للسرطان فريد من نوعه. الأمر كله بالنسبة إلى الكثيرين يتعلق بجمع المجتمع معًا لزيادة الوعي. ويكون الدافع الأكبر بالنسبة إلى الآخرين هو جمع الأموال من أجل قضية إنسانية. ويتعلق الأمر كله بالنسبة إلى البعض بجعل الإعلام يتحدث عن الموضوع. الشيء الوحيد المشترك بين فعاليات أحداث اليوم العالمي للسرطان، مهما كانت كبيرة أو صغيرة، هو أنها تجعل الناس يتحدثون ويتعرفون على السرطان. حدد ما تريد مؤسستك أو مجتمعك أو عمالك تحقيقه، مهما كان نشاطك أو فعاليتك.

### حدد هدفك

يمكن أن نتعد أنشطة اليوم العالمي للسرطان في أي مكان - في قاعة محاضرات، أو في متنزه، أو في مركز تسوق، أو على وسائل التواصل الاجتماعي - أينما يمكنك جمع الناس معًا.

### ما هو شغفك؟

استخدم شغفك لتغذية أفكارك للاحتفال باليوم العالمي للسرطان.

إذا كنت تحب الطبخ، فلماذا لا تنظم درس طبخ صحي للأصدقاء والزملاء؟ إذا كنت تستمتع بالنشاط، فنظم لمدينتك أو بلدتك نزهة ممتعة أو سباق. إذا كنت تحب القراءة، فادغ أندية الكتب لقراءة كتاب حول موضوع السرطان ومناقشته معًا في اليوم العالمي للسرطان. إذا كنت تحب التكنولوجيا، فاستضيف مسابقة لتري كيف يمكنك إنشاء تقنيات جديدة لجعل حياة المصابين بالسرطان أسهل بكثير.

### متى؟

تأكد من أن نشاطك في وحول اليوم العالمي للسرطان 4 فبراير حتى تتمكن جميعًا من الانضمام معًا.

## Who to شارك؟

- **منظمات السرطان والجمعيات الخيرية:** اطلب من منظمة السرطان المحلية أو الوطنية الخاصة بك الكتيبات والنشرات لتوزيعها في هذا الحدث الخاص بك
- **المساعدة الصحية:** الوصول إلى الأنشطة التجارية ذات الصلة بالصحة مثل الصيدليات وسوق المزارعين وصلات الألعاب الرياضية واستوديوهات اليوجا لمساعدتك في الترويج أو الرعاية أو الأنشطة
- **أيدي المساعدة:** اتصل بالمجتمع المحلي أو المدارس أو الجامعات إذا كنت بحاجة إلى متطوعين
- **مثل!** ادع ممثلك المحلي أو رئيس البلدية لإلقاء خطاب تحريبي
- **الأندية:** سواء كان نادي الكتاب أو نادي العشاء أو النادي الرياضي أو نادي الكشافة أو أي نادٍ آخر، قم بإشراكهم أيضاً
- **اجذب أكبر عدد ممكن من الأشخاص للتضامن - إنه اليوم العالمي للسرطان بعد كل شيء.**
- **العائلة والأصدقاء والمزلاء:** أي شخص تعتقد أنه سيكون متحمساً للتخطيط لنشاط ما معاً
- **التلفزيون والراديو:** تواصل مع محطات الإذاعة المحلية واطلب منهم تغطية مناسبة أو اطلب من محطات المحلية الحصول على إعلانات عامة مجانية حول نشاطك
- **الشركات المحلية:** تحقق مما إذا كان بإمكان الشركات من حولك التبرع بالسلع والخدمات مثل مكان الحدث الخاص بك، وتقديم الطعام (تأكد من أنها صحية)، والجوائز، وطباعة المواد وما إلى ذلك.



مستشفى ومركز أبحاث شوكت  
خانوم التذكاري للسرطان

## فضائل التحول إلى عالم افتراضي

قد لا تكون التجمعات المادية ممكنة دائماً. ولكن، مع التكنولوجيا والتفكير الإبداعي وبعض التخطيط المستقبلي، يمكنك استضافة حدث يوم السرطان العالمي على الإنترنت.

### إشراك جمهور عبر الإنترنت

- قم بإضفاء الطابع الشخصي على التجربة باستخدام الفيديو لإظهار وجوه المتحدثين ورفيقك والحضور
- روج لوسم مخصص للفعالية (مثل #WorldCancerDayLive) وشجع الحضور على التغريد/النشر المباشر أثناء فعالياتك عبر الإنترنت
- شارك الأسئلة، والروابط والاقتراسات ذات الصلة في قسم الدردشة أو التعليقات
- استطلع رأي جمهورك بشأن ملاحظاتهم وأفكارهم باستخدام أدوات التصويت
- جرب غرف الاجتماعات الفرعية الافتراضية لإجراء مناقشات أكبر، وأعمق
- اجمع مدخلات المشاركين باستخدام خاصية السبورة المشتركة عبر الإنترنت
- امنح جمهورك الفرصة لطرح الأسئلة مباشرة على المتحدث
- حاول أن تبدأ في الوقت المحدد حتى لا تفقد جمهورك

من المؤكد أن وجود محتوى مثير للاهتمام وفريد ومتحدثين جيدين يقطع شوطاً طويلاً في جذب انتباه جمهورك. إذا كنت تستضيف ندوة عبر الإنترنت، أو ورشة عمل أو مؤتمر أو عرض تقديمي افتراضي آخر، فهناك بالتأكيد طرق لجعل فعالياتك عبر الإنترنت أكثر تفاعلاً قدر الإمكان.



## كن مباشرًا مع البث المباشر

يمكن أن يكون البث المباشر على الشبكات الاجتماعية طريقة جذابة وديناميكية لاستضافة فعالية عبر الإنترنت - وهي فرصة رائعة للتواصل والتفاعل مع مجتمعك بشكل صادق. توفر منصات التواصل الاجتماعي الكبرى طريقة مباشرة، ويسهل الوصول إليها، ومجانية لبث فعاليتك على الهواء مباشرة.

فيما يلي نظرة سريعة على خصائص البث المباشر المختلفة عبر منصات التواصل الاجتماعي الكبرى. يتم تحديث هذه الخصائص بشكل متكرر، لذا تأكد من مراجعة صفحات الويب الرسمية للحصول على أحدث الإرشادات.

### فيسبوك لايف

مع Live Producer من فيسبوك، لديك أيضًا فرصة لتضمين البث المباشر على موقع الويب الخاص بك، بالإضافة إلى قص الفيديو وتعديله بعد البث المباشر قبل نشره على يومياتك.

أضف فيسبوك لايف أيضًا بعض الخصائص المفيدة لإشراك جمهورك، مثل استطلاعات الرأي المباشرة.

More on setting up فيسبوك لايف:

[www.facebook.com/business/help/626637251511853](http://www.facebook.com/business/help/626637251511853)

يحتوي فيسبوك لايف على بعض الميزات المتطورة حقًا وهو خيار شائع للبث المباشر. بعض الأشياء التي يجب وضعها في الاعتبار:

يسمح لك فيسبوك ببث ما يصل إلى 8 ساعات متواصلة من كمبيوتر مكتبي و8 ساعات من جهاز محمول.

لجذب الضيوف من أي مكان حول العالم إلى البث المباشر، ستحتاج إلى استخدام **ميزة Live With**

حاليًا، يمكن إحضار ضيف واحد فقط في كل مرة إلى البث المباشر. ومع ذلك، فإن استخدام أداة مؤتمرات الفيديو التي يمكنها البث المباشر إلى فيسبوك (مثل زوم)، تسمح بانضمام عدة ضيوف في الوقت نفسه.

## انستغرام لايف

يوفر إنستغرام لايف طريقة بسيطة وحميمة للبت المباشر لمتابعيك. إذا كنت تتطلع إلى إجراء جلسة أسئلة وأجوبة قصيرة، أو مقابلة فردية، أو تمرين، أو درس تعليمي وما إلى ذلك، فهذه منصة رائعة للبت من خلالها. مثل العديد من منصات التواصل الاجتماعي الأخرى، يتيح إنستغرام لايف لجمهورك التفاعل من خلال إضافة التعليقات، وكذلك إبداء الإعجاب وردود الفعل.

بعض الأمور الواجب مراعاتها:

- يتيح إنستغرام البث المباشر لمدة 4 ساعات.
- يمكنك دعوة ما يصل إلى 3 ضيوف فقط.
- يوفر إنستغرام لايف القدرة على تعديل التعليقات المسبقة تلقائيًا، بالإضافة إلى خيار إيقاف تشغيل خاصية التعليقات تمامًا.
- بمجرد انتهاء البث المباشر، لديك خيار حفظ وإعادة مشاركة الفيديو المباشر الخاص بك.

المزيد عن إعداد إنستغرام لايف:

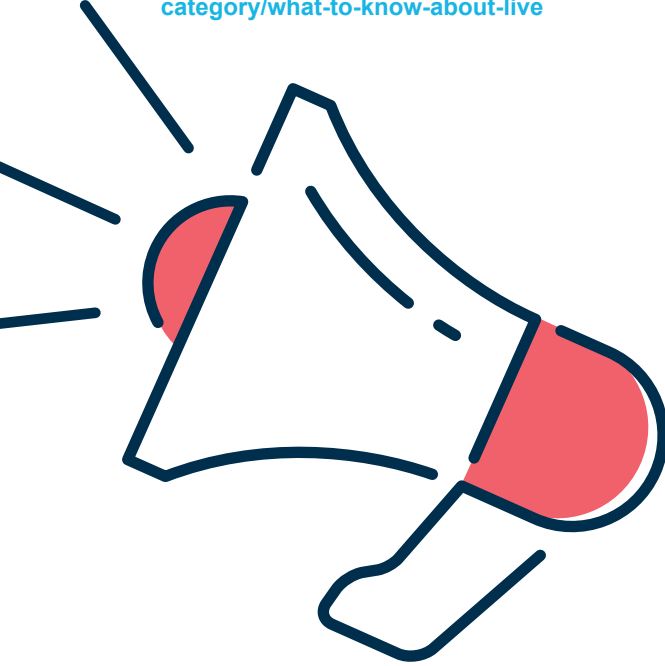
[www.facebook.com/help/instagram/524668988444724](https://www.facebook.com/help/instagram/524668988444724)

## TikTok LIVE

TikTok LIVE هو المكان المناسب للمتعة والتعبير والإبداع بشكل أني، فإطلاق بث مباشر على منصة TikTok يُعد محتوى بسيطًا وصريحًا نسبيًا، وهو طريقة رائعة لإشراك جمهورك على منصة TikTok لفترة زمنية أطول.

- لبدء بث مباشر على منصة TikTok، انقر على أيقونة "إنشاء" للوصول إلى شاشة LIVE. اسحب لوحة التنقل لتصل إلى LIVE، اختر صورة واكتب عنوانًا لبثك.
- عندما تكون جاهزًا، اضغط على Go LIVE لبدء البث. بمجرد بدء البث المباشر، يمكنك النقر على النقاط الثلاث لتغيير مجموعة متنوعة من الإعدادات. يمكنك قلب الكاميرا وإضافة تأثيرات وتصفية التعليقات وحتى إضافة مشرفين (حتى 20).

اكتشف المزيد هنا: [www.tiktok.com/creators/creator-portal/en-us/category/what-to-know-about-live](https://www.tiktok.com/creators/creator-portal/en-us/category/what-to-know-about-live)



## فكر بشكل هجين



حتى إذا كنت تخطط لفعالية تقليدية، ففكر في بث كل فعالياتك أو أجزاء منها إلى جمهور أوسع، خاصة إذا كان عليك الحد من جمهورك الحاضر شخصيًا. كما أن وجود مزيج من المكونات الشخصية وعبر الإنترنت لفعاليتك يوفر أيضًا مزيدًا من المرونة. قد لا يكون المتحدثون أو الضيوف الخاصون متاحين دائمًا للسفر وحضور فعاليتك، ولكن قد يكونون على استعداد للتحدث عبر بث فيديو مباشر.

## خطوات بسيطة لزيادة سرعة الإنترنت لديك

تعتمد تجربة المشاهدة الجيدة على سرعة تحميل سريعة وثابتة. فيما يلي بعض الحيل للمساعدة في تقليل التأخيرات المخيفة، والمخازن المؤقتة والتجميد:

- احصل على اتصال سلكي يوفر اتصالاً أكثر ثباتًا من اتصال واي فاي العادي الخاص بك
- افصل الأجهزة الأخرى مثل أجهزة الكمبيوتر وأجهزة الكمبيوتر المحمولة عن شبكتك والتي لن تستخدمها أثناء البث المباشر
- اخرج من جميع البرامج والتطبيقات الأخرى التي لا تحتاج إليها على الكمبيوتر الخاص بك
- قم بتشغيل آخر التحديثات على جهاز الكمبيوتر والبرامج الخاصة بك

المصدر: <https://vimeo.com/blog/post/building-your-streaming-setup/>

## أُتبحث عن أفكار؟

- اطلب من الناس الانضمام إلى دعوة الاتحاد الدولي لمكافحة السرطان لاتخاذ الإجراءات لحث الممثلين على تنفيذ الإجراءات الرئيسية لمكافحة السرطان: [www.worldcancerday.org/join-call-to-action](http://www.worldcancerday.org/join-call-to-action)
- البث المباشر اسألني أي شيء سؤال وجواب مع الخبراء
- اختبارات افتراضية
- حفلات موسيقية عبر الإنترنت أو قراءات كتاب وشعر
- جلسات تمرين مباشرة (مثل الزومبا واليوجا والتاي تشي)
- جولة افتراضية وراء الكواليس في مختبر البحث أو المستشفى
- برنامج تعليمي عبر الإنترنت من طاقمك، وموظفيك، ومتطوعيك



## أهم 10 نصائح لحدث افتراضي سلس

- 1 اختر الوقت الأكثر ملاءمة لجمهورك
- 2 إذا كان ذلك مناسبًا، فقم بتعيين مضيف حدث لتقديم الضيوف والمتحدثين، وإدارة الوقت وطرح الأسئلة
- 3 اجعل الأمر سهلاً على الحاضرين: التسجيل وتذكر ما يحدث والالتزام في اليوم
- 4 تأكد من أن العروض التقديمية قابلة للقراءة على جهاز محمول
- 5 خصص وقتًا للتمرّن مع جميع أعضاء الفريق، والضيوف والموظفين التقنيين إذا استطعت
- 6 اختبر، اختبر، ثم اختبر مجددًا: تحقق من سير عملك، وجودة الصوت، وجودة الفيديو، وجودة الإضاءة والخلفيات
- 7 استضيف فعالياتك عبر الإنترنت عبر اتصال إنترنت مستقر وعالي السرعة.
- 8 تأكد من سهولة الوصول إلى مصدر طاقة كهربائية وبطاريات احتياطية لجميع أجهزة الصوت والصورة، بما في ذلك أجهزة الكمبيوتر والكاميرات
- 9 اجعل شخصًا تقيّمًا جاهزًا في يوم الفعالية وفي متناول اليد لاستكشاف أي مشكلات فنية وإصلاحها
- 10 لا تحتاج الفعاليات الرقمية إلى إنتاجية عالية لتكون جذابة. إذا كانت هذه هي المرة الأولى التي تستضيف فيها فعالية افتراضية، فكلما كان ذلك أبسط، كان ذلك أفضل.

### مناقشة عبر الإنترنت بين المرضى وأطباء الأورام في الكويت

نظمت جمعية فاديا الكويتية للبقاء على قيد الحياة والازدهار حدثاً هجيناً في بوليفارد مول تحت شعار "معا يمكننا سد فجوة الرعاية". تضمنت الندوة ندوة دولية عبر الإنترنت حول التواصل بين المرضى وأطباء الأورام، بالتعاون مع مدرسة Onco في أوزبكستان. كما تضمنت تدريب متطوعي فادية على التوعية والمناصرة في مجال السرطان. تمت تغطية الحدث من قبل وزارة الإعلام الكويتية.

### سد فجوة رعاية مرضى السرطان من خلال برنامج حوار عبر الإنترنت في إندونيسيا

استضافت الجمعية الإندونيسية لمركز معلومات ودعم السرطان برنامجاً حوارياً كان متاحاً عبر الإنترنت في 4 فبراير بعنوان "صوت المريض: قلب مكافحة السرطان"، حيث ناقش المشاركون كيفية سد الفجوة في رعاية مرضى السرطان من خلال الجمع بين تجارب مرضى السرطان والبيانات والتطورات التكنولوجية الطبية الحالية وتشريعات السرطان، تضمن الحدث عروضاً فنية لأشخاص مصابين بالسرطان، بما في ذلك الشعر وعرض الأزياء.

### تنظيم ندوة عبر الإنترنت وتبادل المعلومات الأساسية ضد السرطان في سويسرا

شاركت المؤسسة السويسرية لمكافحة السرطان الحضري (C/Can) مقطع فيديو يتحدث عن طريقة التخلص من الحواجز على قنوات التواصل الاجتماعي. سلطت إيزابيل ميستريس -المديرة التنفيذية في C / Can- الضوء في الفيديو على الحلول المتاحة وكيف يمكن لمجتمع السرطان التفاعل مع أصحاب المصلحة المحليين. تمت مشاركة رسالة الفيديو على نطاق واسع عبر الشبكات الاجتماعية، كما نظمو ندوة عبر الإنترنت حول سرطان عنق الرحم مع التركيز على أمريكا اللاتينية.

## ماذا بعد؟

هذه هي أنواع الأنشطة التي يمكنك الاختيار من بينها:

- أنشطة خاصة للشباب والأطفال
- المناصرة والعروض والتواصل الحكومي
- الأحداث الفنية والثقافية (أي عرض فيلم وأداء رقص ومسرحيات)
- توعية الجمهور حتى (أي معرض صحي، بيت مفتوح)
- المنافسات والمسابقات والتحديات
- المؤتمرات وورش العمل، بما في ذلك أحداث الفريق والدورات التدريبية والمحاضرات
- أنشطة المشورة والدعم
- أنشطة وفعاليات جمع التبرعات
- إضاءة لاندمارك
- المسيرات أو التجمعات أو المهرجانات
- حدث عبر الإنترنت، حدث على وسائل التواصل الاجتماعي، إطلاق حملة
- مؤتمر صحفي وإعلامي
- أنشطة الوقاية والكشف المبكر (أي الفحوصات المجانية)
- النشر والتقارير وإطلاق الكتاب
- الخدمة الروحية والصلاة، خدمة التأبين
- الرياضة والأنشطة البدنية (البطولات الرياضية، فئة الزومبا، إلخ)
- القصص والتجارب

## ابدء التخطيط

بدء التخطيط ليس سابقًا لأوانه أبدًا. نقترح أن تبدأ تخطيطك في وقت مبكر بدءًا من أكتوبر.

قد تحتاج إلى الكثير من الوقت لإشراك الشركاء والجهات الراعية، ولتأكيد المكان، ولتحديد من في مجموعتك للتخطيط مسؤول عن ماذا، وللتخطيط للاتصالات والترويج.

## أضف نشاطك إلى خريطة الأنشطة

أظهر التأثير الذي تحدثه من خلال نشاطك وأهم الآخرين من خلال إضافة الحدث الخاص بك إلى:

[worldcancerday.org/map](http://worldcancerday.org/map)



## انشر الرسالة

استفد من جميع المواد المتوفرة على موقع اليوم العالمي للسرطان، بما في ذلك الملصقات، ولافتات وسائل التواصل الاجتماعي، والشعارات وموارد العلامات التجارية.

## هل تحتاج إلى مزيد من الإلهام؟

اطلع على ما يفعله المؤيدون لليوم العالمي للسرطان على:  
[worldcancerday.org/map](http://worldcancerday.org/map)

## استخدم هاشتاغ

لا تنس استخدام الوسم الرسمي **#WorldCancerDay** و **#CloseTheCareGap** في جميع اتصالاتك على وسائل التواصل الاجتماعي.

لمزيد من النصائح، قم بتنزيل دليل الوسائط الاجتماعية على:  
[worldcancerday.org/materials](http://worldcancerday.org/materials)





# شكرًا لدعمك اليوم العالمي للسرطان.

worldcancerday



@worldcancerday



@UICC



worldcancerday\_official



@worldcancerday



لمزيد من المعلومات وآخر الأخبار، اشترك  
في النشرة الإخبارية على [worldcancerday.org](http://worldcancerday.org)

هل لديك أسئلة؟ راسلنا على  
[hello@worldcancerday.org](mailto:hello@worldcancerday.org)

شركاء حاملون



شركاء داعمون



نحو رعاية  
عادلة لمرضى  
السرطان



اليوم العالمي  
للسرطان  
4 فبراير

UICC

اليوم العالمي للسرطان هو مبادرة  
من الاتحاد الدولي لمكافحة السرطان.