

活動概覽 Activities Timetable 13 April 2021 (Valid from /生效)

會費每年£8，請申請或續會。Membership Fee £8 each year, please register.
有關查詢，請致電中心 For queries please call ICA on 020 7263 5986
或電郵 or email: info@islingtonchinese.com



Time	星期一 MONDAY	星期二 TUESDAY	星期三 WEDNESDAY	星期四 THURSDAY	星期五 FRIDAY
09:00 - 10:00	Qigong 氣功班 (by Sifu Sam Ma) 報名及收費詳情，或索取 Zoom 課堂網址，請聯絡 Sam Ma 師傅: 07522 102221，電郵 samma.tcm@gmail.com	Qigong 氣功班 (by Sifu Sam Ma) 報名及收費詳情，或索取 Zoom 課堂網址，請聯絡 Sam Ma 師傅: 07522 102221，電郵 samma.tcm@gmail.com	Qigong 氣功班 (by Sifu Sam Ma) 報名及收費詳情，或索取 Zoom 課堂網址，請聯絡 Sam Ma 師傅: 07522 102221，電郵 samma.tcm@gmail.com	Qigong 氣功班 (by Sifu Sam Ma) 報名及收費詳情，或索取 Zoom 課堂網址，請聯絡 Sam Ma 師傅: 07522 102221，電郵 samma.tcm@gmail.com	Qigong 氣功班 (by Sifu Sam Ma) 報名及收費詳情，或索取 Zoom 課堂網址，請聯絡 Sam Ma 師傅: 07522 102221，電郵 samma.tcm@gmail.com
10:00 - 14:00	Table tennis 乒乓球 £3				
10:15 - 11:15			Yoga 瑜伽拉筋班 (by May Au) £5 暫停直至中心重開 Temporary suspended until the Centre re-open		
11:00 - 12:00	Chinese Calligraphy 中文書法班 Free 會員免費 Free For Members Zoom課堂請與中心聯絡索取網址 / for Zoom class, call / email ICA to obtain password	Qigong 氣功班 (by Kelka Sada) £3 £10 每月 (不設退款) £10 per month (non-refundable) Zoom課堂請與中心聯絡索取網址 / for Zoom class, call / email ICA to obtain password			
11:00 - 15:00	社區資源及福利諮詢服務 Community Resources and Welfare Advice Free 建議提前預約 / pre booking is advisable 查詢詳情或預約 For information or booking appointment: 020 7263 5986 / info@islingtonchinese.com				
11:30 - 12:30			Dance Class 舞蹈班 (by Mai Au) £5 每月收費，不設退款 Monthly pay in advance, non-refundable 報名或查詢，請聯絡 Mai Au: 0791 6372646，電郵: hello@studiodkowlon.co.uk		
12:30 - 13:30	Lunch Club 午議會 £5				
14:00 - 18:00	Table tennis 乒乓球 £3				
13:00 - 14:00			English Chit-Chat 輕鬆英語班 (by Nicole Maria Philippou) Free 會員免費 Free For Members Zoom課堂請與中心聯絡索取網址 / for Zoom class, call / email ICA to obtain password		
15:00 - 15:30				喫茶下午茶 Hatchard Road Afternoon Tea Appointment Free 會員免費 Free For Members Zoom課堂請與中心聯絡索取網址 / for Zoom class, call / email ICA to obtain password	
16:30 - 18:00				Karaoke online 卡拉OK (by Karl Tse) Free £10 每月 (不設退款) 4月生效 £10 per month (non-refundable) Effective from April 2021 Zoom課堂請與中心聯絡索取網址 / for Zoom class, call / email ICA to obtain password	

SIMPLE INSTRUCTIONS

If you have not attended an online class in ZOOM before, please follow the instruction below.
(You have not need to sign up. As a participant, you only JOIN the meeting.)

In Your Mobile phone

1. Click the link of the Zoom Meeting in your phone.
2. You will see [Join] / [Download].
3. You will see [Call using Internet Audio] / [Cancel].
If you like to be heard, click [Call using Internet Audio].
If you don't like to be heard, click [Cancel].
4. Enter the Password, if asking.

In Your Computer

1. a) If you have the link of the Zoom Meeting in your computer, just click it; or
b) Enter "https://zoom.us" in internet browser, get in ZOOM.
2. If Meeting ID is prompted, enter the Meeting ID and click [Join].
3. (Click [Download and run Zoom] only if you're first time to ZOOM, just a minute.)
4. Enter the Password, if asking.

** A menu can be seen if you touch/place your cursor in the screen.

- Mute icon at the left - to toggle mute or sound.
- Video icon at the 2nd left - to toggle show or hide.

簡單說明

如果您從未參加過 ZOOM 的在線課程，請按照以下說明進行操作。
(您無需註冊，作為參與者，您只需加入會議。)

在您的手機中

1. 在手機中單擊 會議 link 的鏈接。
2. 您將看到 [加入] / [下載]。
3. 您將看到 [使用Internet音頻] / [取消]。
如果您想別人聽到您的聲音，請單擊 [使用Internet音頻]。
如果您不想別人聽到您的聲音，請單擊 [取消]。
4. 輸入密碼，如果要求輸入的話。

在您的電腦中

1. a) 如果您的電腦中有 Zoom Meeting link 的鏈接，只需單擊它；
b) 在互聯網瀏覽器中輸入 https://zoom.us，進入Zoom。
2. 如果提示輸入會議 ID，輸入會議ID，然後單擊[加入]。
3. (僅單擊[下載]，這是您第一次進入ZOOM，只需一分鐘)
4. 輸入密碼，如果要求輸入的話。

**

- 如果您觸摸屏幕/將光標(老鼠)放在屏幕上，則會看到一個菜單。
- 左側的靜音圖標 - 是切換靜音或聲音；
- 左側第2個視頻圖標 - 是切換顯示或隱藏。