



IT'S HOW
WE CONNECT



新州老年人科技通

社交媒体简介

速览指南

社交媒体网站是帮助您与朋友和亲人保持联系的一种极佳方式，通过短信、视频和照片，轻松分享生活中发生的事情。

什么是社交媒体？

许多互联网体验都是单向体验：如上新闻网站、上购物网站、浏览幽默网页、攫取信息。

社交媒体是双向体验，在于与他人沟通。这可以是朋友、家人、同事或者只是跟自己兴趣相同的人。社交媒体通常不在于下载信息 - 而在于分享和沟通。

Facebook和Twitter之类的社交媒体网站让您看到朋友生活中发生的事情，而且让您也可以告诉他们您生活中发生的事情。YouTube™视频社群和Flickr®图片托管服务让您可以跟他们（乃至全世界）分享视频和照片，Skype™软件让您知道别人什么时候在线，即时跟他们通话 - 而且通话免费。

追踪亲人的情况

Facebook

迄今为止，Facebook是世界最大的社交媒体网站，世界各地有将近10亿用户。

Facebook以‘朋友’（实际上也可以是家人）为核心。您在Facebook上的**朋友名单**就是您认识并且信任的人组成的一个圈子。

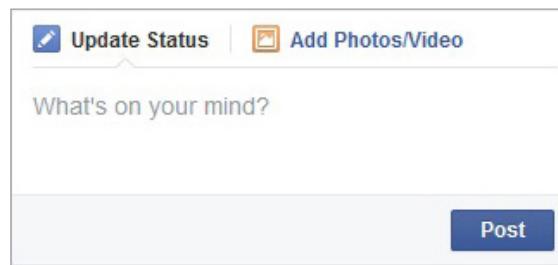
Facebook 让您可以跟朋友名单上的人做许多事情，包括：

1. 提供有关您的状况和所在地的最新消息
2. 发送所有朋友都可以看到的公共讯息，或者只有一个人可以看到的私密讯息（如电子邮件）
3. 评论其他人在Facebook上发布的讯息
4. 发布只有朋友可以看到的影集和视频短片
5. 邀请朋友参加活动。

在 Facebook 上发布讯息

让我们在Facebook发布评论。

1. 在主页上有一个方框，您可以在方框中输入评论。评论可以是对您喜欢去的地方做出简短评论，或者是问去哪里或怎么去的问题。
2. 点击**Post (发布)**，即可发表自己的评论。页面会即时更新。



实用网站

	Facebook
	facebook.com
	Flickr
	flickr.com
	Skype
	skype.com
	Twitter
	twitter.com
	YouTube
	youtube.com

社交媒体简介

速览指南

Twitter

Twitter看起来有点像Facebook，作用也有点类似，但要简单得多，是为快速发布评论和图片设计的。

而且它更不在于朋友，而是在于**关注者**。

在您发布新的Twitter评论（称为推文）时，对于关注您的推文馈送的人，他们的Twitter页面就会得到更新。

您也可以设置自己的帐户来关注其他人的推文。在他们发布推文时，您的Twitter页面就会得到更新。

广为人知的是，单个推文限140个字符，迫使您做到言简意赅（但您也可以给推文附上图片）。

发布推文

1. 登录Twitter，网址：www.twitter.com。
2. 在Twitter页面的左侧面板上，点击写有**Compose New Tweet**（写新推文）的方框。
3. 方框将会扩展。在右下部可以看到剩下的字符数。点击左侧的图标，即可将照片以及/或者您的位置添加到推文。
4. 在方框中输入不超过140个字符的讯息。
5. 然后点击**Tweet**（推送）。

推文可以包括书面讯息和照片。



6. 您的每一个关注者的馈送都将得到即时更新（而且他们可以用自己的推文回复）。

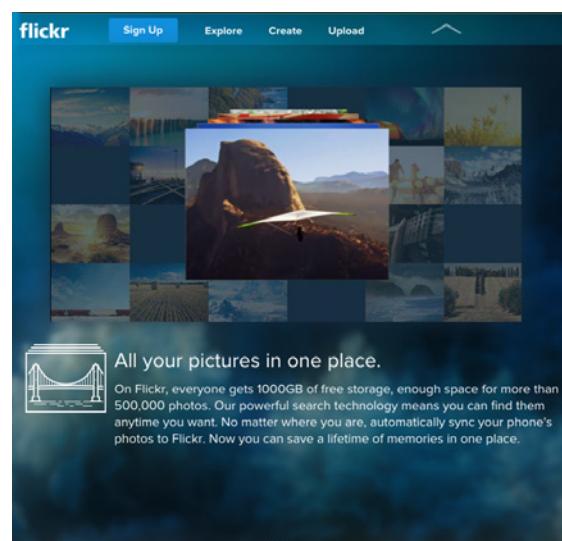
共享媒体

一些网站完全在于共享媒体。例如，YouTube和Flickr分别就是共享视频和照片的极佳方式。

Flickr®

与YouTube让人们分享视频一样，Flickr®的图片托管服务让人们分享自己拍摄的照片。在这个网站上分享的照片已有50多亿张。

网址：www.flickr.com.



如果您想要上传照片，需要创建一个帐户。但如果只是喜欢看看好照片，就不需要帐户。

只需点击**Explore**（浏览）即可开始，或者在屏幕顶上的**Search**（搜索）栏中键入自己想看的具体事物即可。

YouTube

迄今为止，YouTube™视频群是世界上最热门的视频分享网站。

它让用户可以上传自己创建的视频。然后，访问该网站的人士便可以在网页浏览器中观看视频。

不夸张的说，上传到YouTube的视频有数百万条，您都可以观看。

保持网上安全

网络安全最为关键之处莫过于社交联谊。您非常容易与社交网络上的陌生人分享过多信息！社交联谊需要记住的一些重要事情：

- 无论您使用什么社交联谊工具，请务必检查其隐私设置。
- 对私密信息保密 - Facebook 可能会要求提供很多个人信息，但这并不意味着您不得不放弃。您可以将自己个人简档的一些部分留作空白。

通常而言：

- 如果有陌生人给您发电子邮件，提出要给您钱（或者向您要钱），这些人可能是骗子。
- 人们在电子邮件中可能会谎报自己的身份。电子邮件可能自称来自于您的银行，但实际上可能是有人企图骗您的钱。如果您感到担心，请直接给银行打电话。
- 除非您知道电子邮件的附件是安全的，否则不要打开附件。这包括来自您认识的人的电子邮件附件。
- 给您的个人电脑安装互联网安全软件。
- 宁可过于谨慎，也不可掉以轻心！

与Flickr®一样，观看视频不需要设立 YouTube帐户，但如果您想上传自己的视频，就需要有帐户。

您上传的视频可以是私密的（仅供您许可的人观看），也可以是公共的。

如果您设立帐户，您还可以订阅各种频道，这些频道是一系列涉及特定主题的视频或由某个人上传的视频。

让我们看一些YouTube的视频

- 我们观看YouTube视频不需要帐户。只需在网页浏览器中进入www.youtube.com 即可。
- 主页会有一系列热门视频。您可以点击任何一个视频，便可开始观看。
- 您还可以在视窗顶上的文字栏中键入搜索词语，对特定主题进行搜索。譬如，搜索一下“puppy love”。
- 在右边可以看到与您所看视频类似的视频提示。



YOUTUBE™和FLICKR®社群让您可以与朋友（乃至世界）分享视频和照片，而SKYPE™软件让您知道谁在线上并且免费地即时与他们交谈。

- 播放控制按键在视频正下方。您可以暂停视频，或者点击进度栏的任何地方，即可跳到前面观看。
- 您可以点击视频右下角的**Maximise**（**最大化**）图标，即可使视频全屏播放。按下键盘上的Esc键，即可恢复为正常大小。

沟通

当然，您总是可以通过互联网直接与人沟通。您现在可能玩过了电子邮件，但通过互联网直接与别人交谈还有其它的方法：

- 即时短信 (IM)** - 您在个人电脑上键入一句话，这句话就会即时出现在别人的电脑上（他们也可以跟您这样做）。
- 语音聊天** - 作用很像打电话，但通常不收电话费。
- 视频聊天** - 很像打电话，但您可以在视频上实时看到交谈对象。

Skype™

Skype™软件让您可以与其他Skype™用户免费进行即时短信以及视频和语音聊天。Skype™可以从以下网站下载：www.skype.com。

在安装时需要创建帐户。您想要与之沟通的人通常也需要安装Skype™。

如果您想从自己的电脑拨打普通电话，这种情况就属于例外，也就是说，您在电脑上，而对方使用普通电话机。Skype™对此项服务收费。其它电话通常免费。若要使用语音或视频聊天，您的电脑需要有特殊的硬件。

1. 语音聊天需要有话筒或带有话筒的耳机。
2. 视频聊天需要有网络摄像机。如果您有笔记本电脑，笔记本电脑很可能配有内置的网络摄像机和话筒。

拨打Skype™语音电话

现在让我们打个电话！

1. 戴上您的语音聊天耳机或者置身于电脑网络摄像机前。
2. 您会看到在视窗中通话对象的姓名下方有两个按键：Call（电话）和Video Call（视频电话）。
3. 点击Call（电话），即可拨打语音电话；点击Video Call（视频电话），即可拨打视频电话。
4. 对方的电脑就会响铃，表示有人打来电话。在他们点击Pick Up（接听）按键时，就可以开始交谈。

5. 如果是视频电话，就会出现一个视频窗口。
6. 您想谈多长时间都行。若要结束交谈，只需点击红色Hang Up Phone（挂断电话）按键即可。



当然，这只是试用一下Skype™软件。您还可以用它来发送文件，可以一次跟多人通话。实际上还可以拨打固定电话 - 但这需要付费。有很多功能都可以探索！

“老年人科技通”（‘Tech Savvy Seniors’）项目是新州安度晚年策略（NSW Ageing Strategy）与Telstra的一项主要行动。

有关详情：http://www.adhc.nsw.gov.au/about_us/strategies/nsw_ageing_strategy 和<http://www.telstra.com.au/telstra-seniors/>

免责声明

本出版物及任何随附材料所含信息仅供用于教育和信息目的。本出版物及任何随附材料不构成对本出版物及任何随附材料所提及、显示或演示的任何产品或服务的宣传、认可或赞同。本出版物及任何随附材料设计仅可用作初步参考，无意作为综合指南或适用于所有情况。在合理程度上已尽力确保本出版物及任何随附材料中出现的信息在制作之时正确无误。然而，本出版物及任何随附材料的作者、制作者和演示者（相关人士）*对本出版物及任何随附材料中的信息的准确性、可靠性、完整性或现时性不作任何表述或保证。本出版物及任何随附材料中提供的信息以及任何建议完全是在以下基础上提供的，即观众有责任对其中讨论的事项自行做出评估，并且应对所有相关表述、声明和信息予以核实。

* 相关人士：

- 在法律允许的最大程度上，未对本出版物及任何随附材料中的任何信息做出任何种类的所有明示或暗示保证；
- 没有任何义务更新本出版物及任何随附材料中的任何信息或修正本出版物及任何随附材料日后可能变得明显的任何不准确之处；并且
- 保留在其绝对的任意决定权下并且在不预先通知下随时删除、更改或移动本出版物（及任何随附材料）以及其中任何内容（包括本免责声明中的条款和条件）的权利。

* 相关人士包括参与制作本出版物的任何个人、公司、合伙经营企业或政府部门及其各自的高级主管、雇员和代理。

商标通知

本说明性出版物中提及的所有产品名称或网站可能是澳大利亚及/或其它国家的第三方的注册商标或普通商标。Apple、Mac和MAC OS为在美国和其它国家注册的Apple有限公司的商标。HDMI为美国和澳大利亚的HDMI Licensing L.L.C的注册商标或普通商标。Microsoft和Windows为微软公司在美国和澳大利亚的注册商标或普通商标。本材料中任何提及第三方商标之处并非反映与该第三方的联系或关联或构成其对本材料的认可。

知识产权通知与免责声明

版权所有© Telstra有限公司(ABN 33 051 775 556)以及新南威尔士州老龄署。保留所有权利。本材料受到澳大利亚法律的版权保护并且通过国际条约受到其它国家法律的版权保护。除非用作您自己的参考、研究或学习，否则这些材料的任何部分不得以电子、机械、记录或者其他任何形式或手段发布、分布、复制、拷贝、存储或传输。