

سالمندان زیرک تکنالوژی نیو سات ویلز

مقدمه به تابلیت ها

رهنمایی مراجع فوری

بسیار شبیه (و شیوه کار آن نیز) به تلفون های بزرگ هوشمند میماند، تابلیت ها راه بسیار خوب تماس برقرار نمودن با اینترنت، تماشای ویدیو، مشاهده تصاویر و گفتگو میباشد.

یک تابلیت چیست؟

یک تابلیت شبیه یک تلفون هوشمند بزرگ میباشد، با صفحه بزرگ و قابلیت اجرای برنامه ها را دارد. این همانند یک کمپیوتر نیز میباشد، اما به جای اینکه توسط یک ماوس و کیبورد کنترل شود، شما میتونید با تماس روی صفحه انرا کنترل کنید.

دو نوع تابلیت وجود دارد – تابلیتهای اپل و تابلیتهای که توسط اندروید قادر به اجرا اند. تفاوت اساسی در سیستم عامل (operating system)، و یا OS میباشد. سیستم عامل نرم افزاریست که تابلیت را کنترل میکند.

در تابلیت ها عموماً از سیستم عامل iOS (در اپل های اپل و انواع تابلیت های آن) و در سیستم عامل اندروید (در تابلیت های که توسط دیگران تولید میشود) استفاده میشود. iOS و سیستم های عامل اندروید در نحوه کار خویش بسیار شبیه یکدیگر میباشند.

تعداد انگشت شماری از تابلیت ها توسط سیستم عامل مایکروسافت ویندوز اجرا می کنند.

صفحه نمایش لمسی و کنترل توسط حرکت

تابلیت ها بر کنترل تماس اتکا دارند. تماس به مانند کلیک موس شما در کمپیوتر کار میکند. هنگامیکه شما ضرورت به تایپ کردن داشته باشید، کیبورد در صفحه ظاهر شده و شما با تماس برحروف قادر به تایپ خواهید بود.

همچنان در اینجا حرکات خاص "زبان" که به شما اجازه کنترل تابلیت را از راه های جدید میدهد وجود دارند. در اینجا شش حرکت است که شما نیاز به دانستن آن دارید:

تپ (تماس)

این به سادگی یک تماس سریع با صفحه میباشد. از این برای راه اندازی برنامه استفاده میشود، مانند انتخاب یک مورد، دنبال کردن ویب و غیره.

تپ و نگه داشتن (و کش کردن)

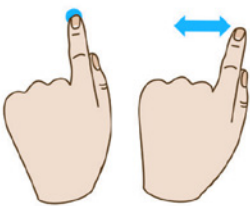
با قسمت از صفحه تماس بگیرید، و انگشت تان را در صفحه نگه دارید. اثرات آن متفاوت میباشد، ارتباط به برنامه دارد. اغلب این معادل به یک کلیک سمت راست ماوس در کمپیوتر تان میباشد، مینوی موضوعی خاص را بروز میدهد.

کش کردن (تیر کردن)

این یک حرکت سریع بر روی صفحه میباشد. و این میتواند به هر جهت که ضرورت است باشد. غالب استفاده آن برای کش کردن (تیر کردن) بین صفحات میباشد (در یک کتاب) و تصاویر (در یک خودکار).



تپ



تپ و نگه داشتن (و کش کردن)



کش کردن (تیر کردن)



اپل اپل

تابلیت اندروید

مقدمه به تابلیت ها

رهنمایی مراجع فوری

7. شما می‌توانید دکمه خانه (Home) را در اپید تان فشار دهید (این دکمه سخت افزاری در پایان اپید تان، فقط در پایان صفحه می‌باشد) که شما را دوباره به صفحه اصلی ببرد.

وصل کردن یک تابلیت اندروید

این پروسه از دستگاه تا دستگاه کمی فرق خواهد کرد، بر اساس نسخه سیستم عامل اندروید و طریق استفاده آن توسط تولید کننده.

1. در صفحه اصلی، بر ایکون تنظیمات **Settings** تپ کنید.



ایکون تنظیمات اندروید

2. تحت بیسیم و شبکه

Wireless and

(Networks) در قسمت چپ،

بالای **Wi-Fi** تپ کنید.

3. اطمینان حاصل کنید که

Wi-Fi روشن **On** باشد (اگر

آن خاموش (**Off**) باشد، بالای آن تپ و آن را **On** کنید).

4. از لست شبکه های بیسیم در قسمت راست، بالای شبکه بیسیم خانگی تان تپ کنید.

5. از شما خواسته خواهد شد که پاسورد تان را وارد کنید.

6. صفحه کیبورد ظاهر خواهد شد. از آن استفاده کنید و پاسورد شبکه را تایپ و داخل **Enter** را فشار دهید.

7. اگر پاسورد درست باشد، شما باید وصل شوید، یک خبریه کوچک ظاهر میشود تحت نام شبکه و میرساند که شما وصل شدید.

8. دکمه خانه **Home** و یا برگشت **Back** را فشار دهید که به صفحه اصلی برگردید. در اکثر تابلیت های اندروید، اینها دکمه سخت افزاری نمیباشند، اما یک قسمت از صفحه با ایکون های مشابه به تصاویر زیر هستند.



برگشت



خانه

وصل کردن به یکی از خدمات 3G/4G

بعضی تابلیت‌ها از خدمات برودباند 3G/4G حمایت میکنند. در این مورد آنها مانند تلفون های هوشمند کار میکنند - شما نیاز به وارد کردن سیم کارت در جایگاه مخصوص سیم کارت دارید. کتاب معلوماتی تابلیت تان برایتان خواهد گفت که آن کجا می‌باشد.

یک تابلیت همراه با 3G/4G از شبکه وای فای شما استفاده میکند، و زمانیکه شبکه بیسیم در دسترس نباشد به اینترنت موبایل تغییر میکند.

سکرول

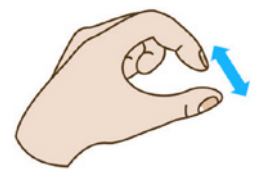
با بخشی از صفحه تماس بگیرید با قسمتی که دکمه و یا لینک نداشته باشد، و انگشت خویش را همانجا نگاه دارید، بالا و پایین، چپ و راست حرکت کنید. استفاده آن اغلب برای سکرول کردن صفحات که بزرگ باشند و در صفحه گنجايش نداشته باشند، میباشد.

تماس برای زوم کردن

دو انگشت خویش را بگذارید (اکثرا کلک شصت و سیاه) در یک قسمت صفحه که شما میخواهید آن را بزرگ بسازید. سپس دو انگشت خویش را جدا سازید که آنرا بزرگ سازد (همان قسمت صفحه بزرگ میشود)، و باز با هم آن را یکجا سازید تا آنرا دوباره کوچک سازد. استفاده این برای زوم کردن بر قسمت از صفحه ویب که شاید واضح نباشد و یا در پروگرام تصاویری که تصویری را بزرگ و کوچک نمایید.

تپ مجدد

این حرکت ساده تپ کردن مجدد بر روی صفحه به سرعت انجام میشود. اغلب استفاده آن مشابه تماس برای زوم کردن میباشد.



تماس برای بزرگ ساختن



تپ دوباره

وصل کردن به اینترنت

تمام تابلیت ها از شبکه خانگی بیسیم برای وصل کردن با اینترنت استفاده کرده میتوانند. بعضی از تابلیت ها از حساب کاربری بیسیم موبایل 3G و 4G استفاده کرده میتوانند.

شبکه بیسیم خانگی شما

برای وصل کردن تابلیت تان به اینترنت و استفاده از سیستم بیسیم **Wi-Fi** خانگی، شما نیاز به دانستن نام و پاسورد شبکه خانگی تان را دارید.

هنگامی که این جزئیات نزد تان باشد، بعد از آن فقط شما باید تابلیت تان را به آن وصل کنید.

وصل کردن iPad اپل

1. بر ایکون تنظیمات تپ کنید. پانل (صفحه) تنظیمات ظاهر میشود.

2. بر **Wi-Fi** در سمت چپ تپ کنید.

3. اطمینان حاصل کنید که **Wi-Fi** روشن و یا **On** باشد (اگر آن خاموش و یا **Off** باشد، تپ را سوچ کنید).

4. در قسمت راست، تحت انتخاب شبکه (**Choose a Network**)، بالای شبکه بیسیم خانگی تان تپ کنید.

5. از شما خواسته خواهد شد که پاسورد تان را وارد کنید. صفحه کیبورد ظاهر خواهد شد. از آن استفاده کنید و پاسورد شبکه را تایپ و داخل (**Enter**) را فشار دهید.

6. اگر پاسورد درست باشد، شما باید وصل شوید.



ایکون تنظیمات iPad

ایمن بودن در دنیای مجازی (انلاین)

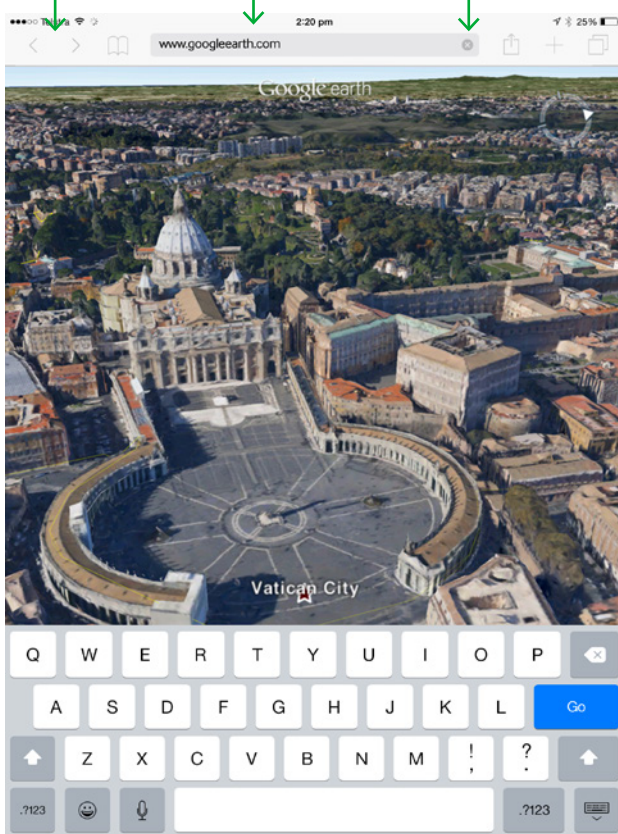
برای هر نو وارد به ایمیل و انترنت، دانستن اینکه چگونه آنلاین در امن باشید درس کلیدی میباشد، و استفاده از تابلیت فرقی با کمپیوتر ندارد. بعضی از موارد مهم را به خاطر داشته باشید:

- فایل های پیوست ایمیل را که از ان مطمئن نیستید باز نکنید. این شامل پیوست های ایمیل از کسانی را که میشناسید هم میشود.
- جزئیات شخصی خویش را (شامل ادرس تان، نمبر تیلیفون و حتی نام تان) به بیگانگان ندهید چه در ایمیل و یا ویبسایت باشد.
- برنامه ها را از منابع غیر اعتمادی دانلود و نصب نکنید. هر چند، برنامه ها از گوگل پلی **Google Play™** و فروشگاه برنامه اپل **Apple App Store** مطمئن میباشند.
- همیشه از احتیاط کار بگیریید.

استفاده اشاره گر ها برای رفتن به جلو و بازگشت (عقب)

تایپ در بار ادرس برای جستجو واژه و یا ادرس

X را تپ کنید که صفحه ویب را بسته کنید



استفاده از مرورگر ویب

تابلیت شما مرورگر ویب دارد، که بسیار شبیه به کمپیوتر تان است. شما میتونید که از همان صفحات ویب که در کمپیوتر استفاده میکنید استفاده کنید.

1. بر ایکون مرورگر **Browser** در تابلیت تان تپ کنید.



ایکون مرورگر iPad



ایکون عمومی مرورگر اندروید



ایکون مرورگر کروم اندروید

2. برای باز کردن صفحه ویب، بر بار ادرس **Address** در بالای صفحه تپ کنید.

3. کیبورد صفحه ظاهر میشود، برای شما اجازه میدهد که ادرس ویب را که شما میخواهید دیدن کنید تایپ کنید. (کیبورد بصورت اتومات در هر حالت که به آن نیاز داشته باشید ظاهر میشود).

4. شما همچنان میتونید جستجو نیز کنید. فقط مسئله جستجو را در بار ادرس تایپ کنید - مرورگر تشخیص خواهد داد که این ادرس ویب نیست و به عوض آن جستجوی گوگل را انجام خواهد داد.

حالا باید تابلیت صفحه ویب را در حالت باز کردن باشد. حرکات تان را به یاد داشته باشید؟

- یکبار تپ کنید بروی لینک که انرا دنبال کنید.
- تپ کنید و نگاه دارید، بعداً انگشتان خود را بالا و پایین ببرید که صفحه را سکرول کنید.
- بروی X در بالا تپ کنید که این تب صفحه را بسته میکند.
- بر اشاره گر راست و چپ در بالای صفحه تپ کنید که به عقب **Back** و به جلو **Forward** بروید، همانند مرورگر کمپیوتر تان.

وقتی کار مرور شما تمام شد، فقط به دکمه خانه **Home** تپ کنید که شما را دو باره به صفحه اصلی ببرید.

کیبورد فقط حروف و علائم محدودی از نقطه گذاری را نشان میدهد. با فشار بر دکمه 123? کیبورد شماره ظاهر میشود. تپ کردن بر دکمه **ABC** دوباره انرا به حروف تغییر میدهد.

وبسایتهای مفید

صفحه اصلی اندروید
www.android.com

(اگر شما نیاز به حمایت
تابلیت های اندروید را
داشتید، اما، بهتر خواهد
بود که به صفحه تولید
کننده دستگاه بروید).

صفحه حمایت اپل
[www.apple.com/
support/ipad](http://www.apple.com/support/ipad)

صفحه تابلیت تلسترا
www.telstra.com.au/bigpond-internet/mobile-tablets

افزودن برنامه ها و رسانه ها از فروشگاه های آنلاین (مجازی)

تابلیت ها با تعدادی از برنامه های از قبل نصب شده می آیند. برنامه ها نیمه پروگرامهایی اند که به قابلیت های آن می افزاید، مانند تقویم، ساعت و مرورگر وب. برای راه اندازی یک برنامه فقط بر یک آیکون که از برنامه نمایندگی میکند تپ کنید. شما میتونید برنامه های جدید را از فروشگاه های مجازی دانلود کنید و آنرا در تابلیت تان نصب کنید. بعضی از این برنامه ها مجانی دانلود شده میتوانند، اما دیگران پول میخواهند.

شما همچنان میتونید از فروشگاه های رسانه ای: فیلم، موسیقی و برنامه های تلویزیون را مستقیم به تابلیت تان دانلود کنید.

دانلود برنامه های جدید

در تابلیت های Apple iPad

1. برای دانلود برنامه های جدید، بر آرم (نشان) فروشگاه برنامه های اپل **Apple App Store** تپ کنید.
2. برای دانلود برنامه های رسانه ای مانند موسیقی، بر آرم آیچون **iTunes** تپ کنید. آیچون، شامل هر دو دستگاه پخش رسانه ای (iTunes) و فروشگاه رسانه ای (the iTunes Store).



گوگل پلی



آیچونز اپل



فروشگاه برنامه های اپل

پیدا کردن و دانلود برنامه و رسانه در تابلیت از اندروید و فروشگاه اپل

3. شما میتونید برای جستجو برنامه ها و یا رسانه ها، آنرا با تایپ کردن در بار جستجو **Search bar** آنچه را که جستجو میکنید، کنید. شما همچنان میتونید از صفحه نمایش موضوع و یا هم دانلود های محبوب دیدن کنید.
4. بر روی نام برنامه کلیک کنید تا توضیحات کامل آن را ببینید.
5. هنگامیکه شما یک برنامه و یا رسانه ای مورد علاقه تان را یافتید، بر گزینه دانلود آن تپ کنید.

در (اکثر) تابلیت های اندروید:

1. بر گوگل پلی **Google Play** کلیک کنید. گوگل پلی فروشگاه آنلاین (مجازی) برای هر دو رسانه و برنامه ها میباشد.
2. در قسمت بالای راست، بر چیز های که شما خواستار آن باشید کلیک کنید. برنامه ها، کتابها، فلم ها.
3. و یا هم، بر دکمه بزرگنما در قسمت بالایی صفحه تپ کنید. این پنجره جستجو را باز میکند. بعداً شما میتونید چیزی را که جستجو میکنید تایپ کنید.
4. اگر شما برنامه که به آن علاقه مند هستید پیدا کردید، با تپ کردن به نام آن شرح آن ظاهر میشود. تپ کردن بر نصب **Install** آنرا در تابلیت شما دانلود نموده و در صفحه اصلی تابلیت یک آرم جدید ظاهر میشود.
5. دکمه برگشت **Back** (اشاره گر سمت چپ) را در پایان صفحه برای برگشت به صفحه قبلی فشار دهید.

پروگرام **Tech Savvy Seniors** یک ابتکار راهکرد سالمندی ایالت نیو سوت ویلز و تیلسترا میباشد. برای اطلاعات بیشتر:

www.adhc.nsw.gov.au/about_us/strategies/nsw_ageing_strategy
www.telstra.com.au/telstra-seniors/

DISCLAIMER

معلوماتیکه در این نشریه درج است و سایر مواد همراه آن منحصراً برای مقاصد تعلیمی و معلوماتی میباشد. نشریه و مواد همراه آن برای استفاده به حیط مرجع اولیه دیزاین شده است. منظور این نیست که مواد مذکور به حیط راهنمایی کامل استفاده شده و در هر موردی بکار رود.

سعی بعمل آمده تا یقین حاصل گردد که معلوماتی که در این نشریه و مواد همراه آن در زمان درج آن درست و صحیح بوده است. اما مولفین، تولید کنندگان و ارائه کننده گان این نشریه و مواد همراه آن (اشخاص دخیل)* نمایندگی از کدام مرجعی نمیکند و تعهدی در قسمت صحت، و مورد اعتماد بودن، و تکمیل بودن معلومات مندرج در نشریه و مواد مربوط به آن نمیدهند. معلومات و هر راهنمایی که در این نشریه و یا مواد متعلق به آن تهیه گردیده تنها بر اساس آن است که در بافت کنندگان در ارزیابی شخصی خود مسئول آنچه در اینجا مطرح شده خواهند بود و به آنها توصیه میگردد تا همه معلومات، بیانات و معلومات را را خود بعد از دقت تأیید بدارند.

* اشخاص دخیل

- تا حد اعظمی که توسط قانون اجازه داده شده است همه اخطار ها و بیانی ها از هر نوعی که در رابطه با این نشریه و هر یک از مواد مربوطه باشد خارج می سازد.
- هیچ مکلفیتی برای تجدید تاریخ معلومات در این نشریه و یا مواد مربوط آن ویا تصحیح هر نوع غلطی در این نشریه و یا مواد همراه آن که ممکن است بعدها ظاهر گردد وجود ندارد. و
- حق مولف، به حیط صلاحیت مطلق برای حذف، تغییر، محتویات نشریه (و مواد مربوط آن) و سایر محتویات محفوظ است. (به شمول شرایط و ضوابط رفع مسئولیت) در هر زمان بدون تفهیم قبلی.
- اشخاص مربوط عبارت اند از هر فرد، کمپنی، شراکت و موسسات حکومتی که در تهیه این نشریه دست دارند، و مامورین، کارمندان و اجنتهای آنها.

یادداشت در باره علامت تجاری

نام همه محصولات و یا وبسایت هایی که به آنها در این نشریه و راهنمایی مراجعه گردیده ممکن است علامت تجاری ثبت شده داشته باشند و یا ثبت تجاری شخص سوم در استرالیا باشد ویا کشور دیگری. Apple, Mac and Mac OS علامت تجاری اپل میباشد که در ایالات متحده و کشور هایی دیگر ثبت گردیده اند. HDMI یا علامت ثبت شده است و یا علامت ثبت شده HDMI است که LLC را در امریکا و استرالیا اجازه میدهد. میکرو سافت و ویندوز یا علامت تجاری ثبت شده ویا علامت ثبت شده و تجارتی میکرو سافت در امریکا و استرالیا میباشد. مراجعه به علامت تجاری پارتی سوم در حدود این مواد نشان دهنده اتحاد و پیوستگی با آنان و یا تأیید این مواد توسط آن پارتی سوم بوده نمیتواند.

یادداشت در مورد دارایی های معنوی و سلب مسئولیت

کاپی رایت توسط **Telstra corporation Limited** (ABN 33 051 775 556) و دفتر سالمندی ایالت نیو سوت ویلز. همه حقوق آن محفوظ است. مواد مندرج به اساس قانون کاپی رایت استرالیا و معاهدات بین المللی حمایت میشود. هیچ قسمتی از این مواد نباید نشر شود، توزیع گردد و یا مجدداً تهیه گردد و نباید کاپی، ذخیره، و یا به هر شکلی چه برقی، تخنیکی، ثبت و یا نوع دیگری به غیر از استفاده برای ریسرچ و امتحان انتقال آن صورت بگیرد.