IT'S HOW WE CONNECT

NSW GOVERNMENT | VICTORIA State Government | Queensland Government

TECH SAVVY वरिष्ठ नागरिक

इंटरनेट से परिचय

त्वरित संदर्भ मार्गदर्शिका

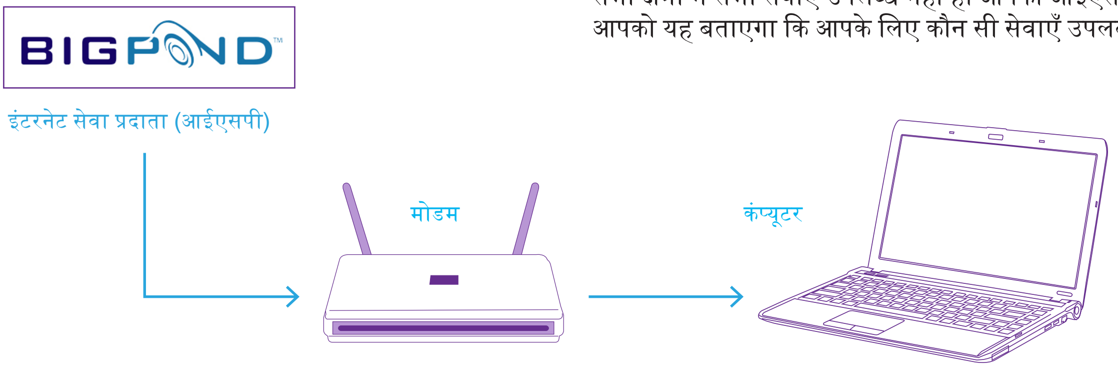
जो लोग कंप्यूटर का प्रयोग करते-करते बड़े नहीं हुए थे, उन्हें इंटरनेट अजीब और अत्यधिक पेचीदा लग सकता है। परंतु इंटरनेट उपयोगकर्ता के काफी अनुकूल होता है और कोई भी व्यक्ति लाखों वेबसाइटों तक पहुँच प्राप्त कर सकता है, ईमेल भेज सकता है, ऑनलाइन शॉपिंग और बैंकिंग कर सकता है, तथा और भी बहुत कुछ कर सकता है।

मैं इंटरनेट से कैसे कनेक्ट कर सकता/सकती हूँ?

इंटरनेट द्वारा उपलब्ध कराई जाने वाली सभी चीजों तक पहुँच प्राप्त करने के लिए आपको एक इंटरनेट सेवा प्रदाता (आईएसपी) के साथ एक इंटरनेट खाते की आवश्यकता होगी। टेल्स्ट्रा बिगपॉन्ड जैसे आईएसपी एक फोन सेवा की तरह ही आम-तौर पर एक मासिक शुल्क लेकर ये खाते उपलब्ध कराते हैं।

आपको मोडम (या मोडम राउटर) कहे जाने वाले एक उपकरण की आवश्यकता भी होगी। यह एक छोटा सा बॉक्स होता है जो आपके कंप्यूटर से डेटा सिगनलों को इंटरनेट के पार भेजे जा सकने वाले सिगनलों में बदल देता है। जब आप अपने आईएसपीके साथ एक खाता खोलेंगे, तो वह आपको एक मोडम बेचने में सक्षम होगा।

आपको कनेक्ट करने के लिए किन चीजों की आवश्यकता होगी



इंटरनेट सेवाओं के प्रकार

इंटरनेट एक्सेस के पाँच प्रमुख प्रकार हैं:

1. पुराने तरीके का डायल-अप, जोकि डेटा सँचारित करने के लिए एक आईएसपी को टेलीफोन कॉल करता है और कोडित आवाज़ों का उपयोग करता है। जब आप डायल-अप के माध्यम से इंटरनेट से जुड़े हुए होते/होती हैं, तो आप फोन से कॉल नहीं कर सकते/सकती हैं या कॉल प्राप्त नहीं कर सकते/सकती हैं।
2. एडीएसएल, जो एक विशेष मोडम का उपयोग करके आपकी मौजूदा फोन लाइन को एक उच्च गति की फोन लाइन में बदल देता है। आप इंटरनेट का उपयोग करते समय फोन पर आराम से बात भी कर सकते/सकती हैं।
3. 3जी/4जी, जोकि इंटरनेट से कनेक्ट करने के लिए मोबाइल फोन नेटवर्क का उपयोग करता है।
4. सैटेलाइट, जोकि उपग्रहों से डेटा संचारित करता है।
5. केबल, जो डेटा के लिए फॉक्स्टेल® केबलों का उपयोग करती है।

सभी क्षेत्रों में सभी सेवाएँ उपलब्ध नहीं है। आपका आईएसपी आपको यह बताएगा कि आपके लिए कौन सी सेवाएँ उपलब्ध हैं।

आप इंटरनेट पर क्या कर सकते/सकती हैं

- ईमेल
- वीडियो और वॉइस चैट
- सिनेमा, संगीत और रेडियो का आनंद
- वेब सर्फ
- अपना वित्तीय प्रबंधन
- खरीदारी

इंटरनेट से परिचय

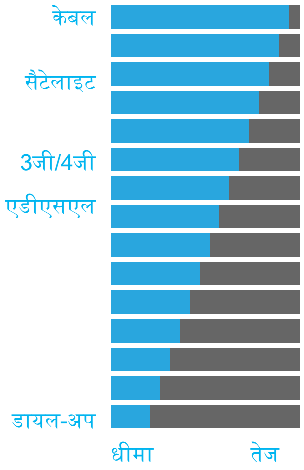
त्वरित संदर्भ मार्गदर्शिका

गति और कोटा

विभिन्न इंटरनेट खातों के लिए अलग-अलग गति और अलग-अलग मासिक कोटा उपलब्ध होता है।

- कनेक्शन की गति यह निर्धारित करती है कि कितनी तेजी से वेब पेज दिखाई देते हैं। यह वीडियो चैट की गुणवत्ता जैसी चीजों को प्रभावित कर सकती है। गति को किलोबिट्स प्रति सेकंड (केबीपीएस) या मेगाबिट्स प्रति सेकंड (एमबीपीएस) में मापा जाता है, जहाँ 1 एमबीपीएस 1000 केबीपीएस के बराबर होता है।
- मासिक डाउनलोड कोटा आपके द्वारा डाउनलोड किए जा सकने वाले डेटा और मीडिया की मात्रा को निर्धारित करता है। इसके बाद आपका आईएसपी या तो आपके कनेक्शन को काट देगा, आपके कनेक्शन को धीमा कर देगा या आपसे अतिरिक्त शुल्क लेगा (जोकि आपके इंटरनेट खाते के समझौते की विशेषताओं पर निर्भर करता है)। मात्रा को गीगाबाइट (जीबी) और कभी-कभी मेगाबाइट (एमबी) में मापा जाता है, जहाँ एक जीबी 1000 एमबी के बराबर होता है।

इंटरनेट कनेक्शन के प्रकार और गति



वेब में नेविगेट करना

अपने वेब ब्राउज़र का प्रयोग करके

एक बार इंटरनेट से कनेक्ट हो जाने के बाद ब्राउजिंग करना आसान होता है! बस इन चरणों का पालन करें:

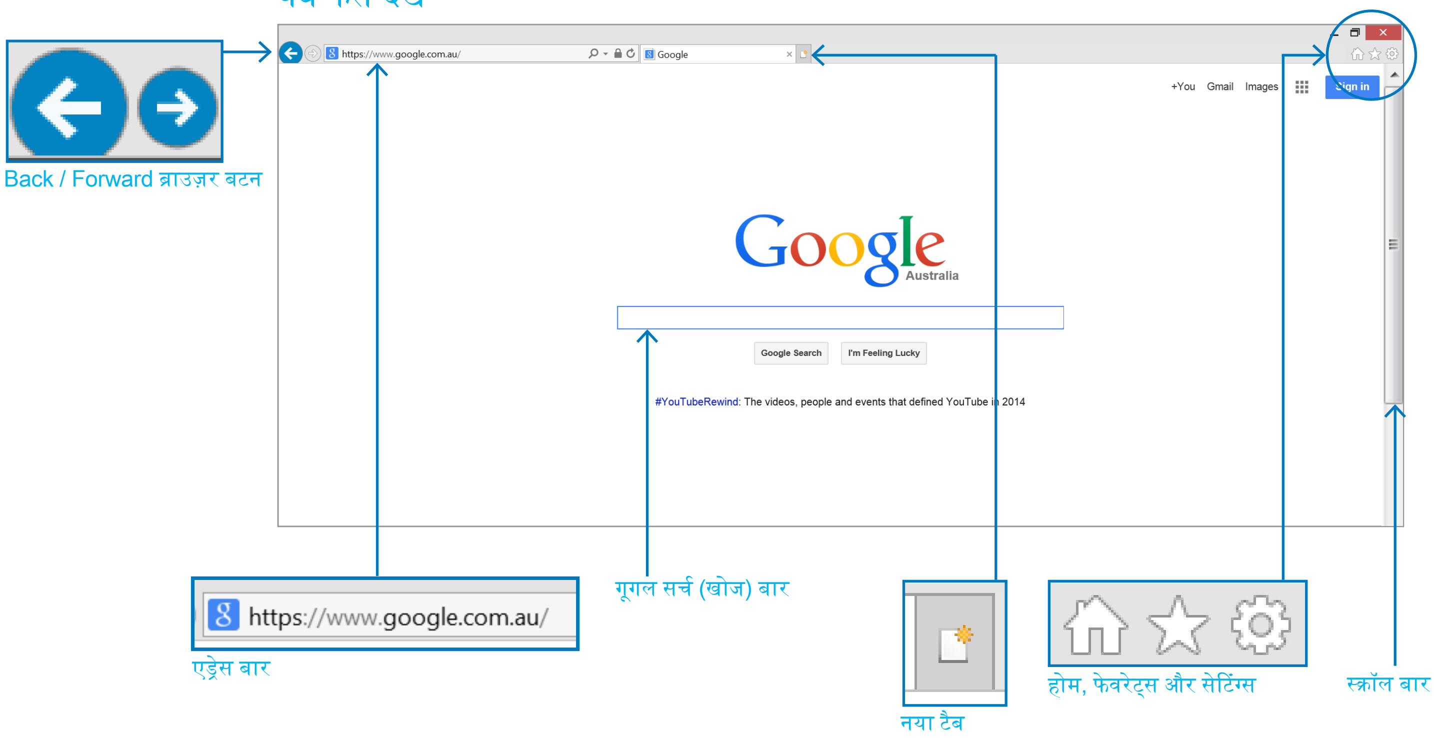
1. माइक्रोसॉफ्ट® विंडोज® ऑपरेटिंग सिस्टम का उपयोग करने वाले कंप्यूटर, इंटरनेट एक्सप्लोरर® लोगो पर क्लिक करके इंटरनेट एक्सप्लोरर® प्रोग्राम शुरू करें। एप्पल मैकिन्टोश कंप्यूटर पर सफ़ारी ब्राउज़र प्रोग्राम शुरू करें।

इंटरनेट एक्सप्लोरर चिह्न

सफ़ारी चिह्न

2. एक बार जब ब्राउज़र शुरू हो जाए, तो आपको विंडो के ऊपर एक Address बार दिखाई देगा। यहाँ हम उस वेबसाइट का पता टाइप करेंगे जिसे आप देखना चाहते/चाहती हैं। अधिकाँश कंप्यूटरों में ब्राउज़र को शुरू करने पर यह स्वचालित रूप से एक डिफ़ॉल्ट वेबसाइट पर जाएगा।
3. अपने माउस पॉइंटर को लेकर Address बार पर क्लिक करें। अब एड्रेस बार में उस साइट का वेब पता टाइप करें जिसे आप देखना चाहते/चाहती हैं (जैसेकि www.wikipedia.org), फिर अपने कीबोर्ड पर Enter दबाएं।

वेब कैसे देखें



ऑनलाइन सुरक्षित रहना

इंटरनेट खतरे से खाली नहीं है। इंटरनेट के किसी भी नए उपयोगकर्ता के लिए ऑनलाइन सुरक्षा बनाए रखना एक प्रमुख सबक होता है। कुछ महत्वपूर्ण बातें जिन्हें याद रखा जाना चाहिए:

- जब तक आप यह न जानते/जानती हों कि ईमेल संलग्नक सुरक्षित हैं, तब तक उन्हें न खोलें।
- अपनी व्यक्तिगत जानकारी अजनबियों को न दें, चाहे ईमेल से या फिर वेबसाइटों पर।
- लोग ईमेल पर अपने बारे में झूठ बोल सकते हैं। हो सकता है कि किसी ईमेल में यह कहा गया हो कि वह आपकी बैंक की तरफ से है, पर वास्तव में यह आपको लूटने की कोशिश हो। यदि आप इस बारे में चिंतित हैं, तो सीधे अपने बैंक को कॉल करें।
- अविश्वसनीय स्रोतों से डाउनलोड किए गए प्रोग्राम इंस्टॉल न करें।
- आप अपने क्रेडिट कार्ड का विवरण किसे देते/देती हैं, इस बारे में बहुत सावधान रहें।
- अपने पीसी और अपनी फाइलों की सुरक्षा करने में सहायता के लिए इंटरनेट सुरक्षा सॉफ्टवेयर इंस्टॉल करें।
- हमेशा सावधानी बरतें!

वेब देखना

जब आप वेब देखना चाहते/चाहती हों, तो इसके तीन मुख्य तरीकों में शामिल हैं:

1. ब्राउज़र के Address बार में वेबपेज का पता टाइप करना।
2. किसी लिंक पर क्लिक करना। जब आप किसी वेब पेज पर जाएँ, तो आप देखेंगे/देखेंगी कि उस पेज पर कुछ शब्द नीले रंग में दिखाई देते हैं (और कभी-कभी उन्हें रेखांकित भी किया जाता है)। इन्हें हाइपरलिंक कहा जाता है – जब आप उन पर क्लिक करते/करती हैं, तो वे आपको किसी और पेज पर ले जाते हैं। चित्र भी हाइपरलिंक हो सकते हैं। यदि कोई चित्र एक हाइपरलिंक है, तो जब आप अपने माउस पॉइंटर को उसके ऊपर घुमाएँगे/घुमाएँगी, तो आपका माउस पॉइंटर बदल जाएगा।
3. ब्राउज़र बटनों का उपयोग करना। ब्राउज़र के तीर के बटन आपको पिछले पेज पर वापस जाने के लिए, या फिर अगर आप पहले से ही किसी पेज पर हों, तो आगे जाने की अनुमति देते हैं।

आप ब्राउज़र बार में पाए जाने वाले Home और Favourites बटनों का उपयोग करके भी नेविगेट कर सकते/सकती हैं।

पेज देखना

अधिकांश वेब पेजों का आकार एक ही बार में स्क्रीन पर फिट होने के लिए बहुत बड़ा होता है। कुछ वेब पेज बहुत लंबे होते हैं, कुछ बहुत चौड़े होते हैं।

आप पेज के दाएँ किनारे या नीचे के भाग में पाए जाने वाले Scroll बार पर अपने माउस पॉइंटर को ले जाकर पेज को ऊपर और नीचे (और दाएँ और बाएँ) ले जा सकते/सकती हैं। फिर इसपर क्लिक करें और माउस बटन को दबाए रखें और बार को ऊपर और नीचे ले जाएँ।

यदि आप एक विंडोज़ कंप्यूटर का उपयोग कर रहे/रही हैं, तो आप अपने कीबोर्ड पर तीर की कुंजियों या स्क्रॉल व्हील का उपयोग कर सकते/सकती हैं (जो आपके माउस में मौजूद एक छोटा सा पहिया होता है; उस पहिए को घुमाकर आप पेज को ऊपर और नीचे ले जा सकते/सकती हैं)।

वेब सर्च (खोज) करना

आपसे यह उम्मीद नहीं की जाती है कि आप जिस भी साइट पर जाएँ, उसके पते को याद रखें। अपनी अभिरुचि के विषय के लिए प्रासंगिक पेजों को खोजने के लिए आपको बस एक खोज करनी होती है।

कई लोकप्रिय वेब खोज उपकरण उपलब्ध हैं, लेकिन सबसे लोकप्रिय गूगल™ सर्च (खोज) इंजन है।

1. गूगल™ खोज इंजन से इंटरनेट पर खोज करने के लिए अपने वेब ब्राउजर के Address बार में **www.google.com** टाइप करें।
2. गूगल खोज इंजन का मुख्य पेज दिखाई देगा। पेज के मध्य में Google search bar होता है।
3. अपने माउस के पॉइंटर को उस खोज बार पर ले जाएँ, उसपर क्लिक करें, जिस जानकारी की आप खोज करना चाहते/चाहती हों, उसे टाइप करें और फिर Enter दबाएँ। आप कई सारे शब्द या केवल एक शब्द टाइप कर सकते/सकती हैं, और आप जितना विशिष्ट होंगे/होंगी, आपको उतने बेहतर परिणाम मिलेंगे।
4. Search results पेज दिखाई देगा। गूगल खोज उन पेजों को प्रस्तुत करेगा जो उसकी सोच के अनुसार आपके खोज शब्दों के लिए सबसे अधिक प्रासंगिक हैं। Results पेज पर अनेकानेक वेबपेजों के लिए क्लिक करने योग्य नीले रंग के लिंक होंगे।
5. पेज के दाएँ और ऊपर के भाग में विज्ञापन होते हैं, जिन्हें पेज में विशिष्ट रूप से दर्शाया जाता है।
6. यदि किसी वेब पेज का वर्णन आपको सही लगता है, तो अपने माउस पॉइंटर को नीले रंग के लिंक पर ले जाएँ और उसपर क्लिक करें। आप अपने ब्राउज़र में Back तीर पर क्लिक करके कभी भी यहाँ वापिस आ सकते/सकती हैं।
7. आप नीचे स्क्रॉल करके और Next पर क्लिक करके और अधिक परिणाम देख सकते/सकती हैं।
8. आप किसी भी समय एक नई खोज करने के लिए **www.google.com** पर जा सकते/सकती हैं।

उपयोगी वेबसाइटें

www.google.com
www.youtube.com/telstra
www.bbc.co.uk/webwise/
www.abc.net.au
go.bigpond.com
www.bom.gov.au
www.youtube.com
www.flickr.com
www.shopbot.com.au
www.ebay.com.au

FAVOURITES का प्रयोग करना

इस बात की संभावना है कि आप जिन वेब पेजों को देखना बहुत पसंद करते/करती हैं, उनपर बहुत बार जाएँगे/जाएँगी। बार-बार उनका पता टाइप करने के बजाय आप अपने ब्राउज़र पर एक त्वरित लिंक बना सकते/सकती हैं, जिससे कि फिर से पता टाइप करने के बजाय आप बस उस लिंक पर क्लिक कर सकते/सकती हैं। इंटरनेट एक्सप्लोरर® में इन्हें Favourites कहा जाता है। अन्य ब्राउज़रों में इन्हें केवल Bookmarks कहा जाता है।

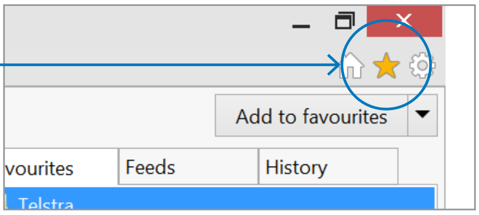
बुकमार्क जोड़ना

इंटरनेट एक्सप्लोरर® में Favourites बटन ऊपर दायीं तरफ पर तारे का चिह्न होता है। एक फेवरेट जोड़ने के लिए:

1. उस वेब पेज पर जाएँ जिसे आप बुकमार्क करना चाहते/चाहती हैं।
2. Favourites चिह्न पर बायाँ क्लिक करें। इससे आपके फेवरेट्स की वर्तमान सूची दिखाई देती है। सभी ब्राउज़र कुछ पूर्व-निर्मित फेवरेट्स के साथ आते हैं।
3. Add to Favourites पर क्लिक करें।
4. यह वेब पेज अब आपकी फेवरेट्स सूची में जोड़ दिया जाएगा। जब कभी आप फिर से फेवरेट्स पर क्लिक करेंगे/करेंगी, आप आप इसे देख पाएँगे/पाएँगी।

बुकमार्क की हुई एक वेबसाइट को खोलने के लिए बस Favourites बार को खोलें और उस पर बायाँ क्लिक करें।

आसानी से एक्सेस करने के लिए उन वेबसाइटों को फेवरेट्स में स्टोर करें जिन पर आप बार-बार जाते/जाती हैं



किसी वेब पेज को बड़े आकार का बनाना

कभी-कभी आपको ऐसा कोई वेब पेज दिखाई देगा जिसे पढ़ना वास्तव में मुश्किल होगा। यदि आपको लगे कि पाठ का आकार बहुत छोटा है, तो इसे बड़ा करना वास्तव में आसान है। अपने कीबोर्ड पर कंट्रोल (Ctrl) कुंजी को दबाए रखें और ज़ूम इन करने व पाठ को बड़ा बनाने के लिए + बटन दबाएँ। (आप Ctrl को नीचे दबाए रखकर और – दबाकर फिर से ज़ूम आउट कर सकते/सकती हैं)

डाउनलोड करना

टैब का उपयोग करना

ब्राउज़र टैब आपको एक बार में एक से अधिक वेब पेज खोलने देते हैं।

आप अपने ब्राउज़र विंडो के शीर्ष पर टैब देख सकते/सकती हैं। डिफ़ॉल्ट रूप से केवल एक ही टैब होता है। यह वह बॉक्स होता है जिसमें वेब पेज का विवरण होता है।

यदि आप अन्य टैब खोलना चाहते/चाहती हैं, तो इन चरणों का पालन करें:

1. मुख्य टैब के बगल में आपको एक छोटा सा बॉक्स दिखाई देगा। इस पर अपने माउस को ले जाएँ और आपको एक नए टैब का चिह्न दिखाई देगा। उस चिह्न पर क्लिक करें।
2. एक नया टैब दिखाई देगा। आप इस नए टैब में किसी भी पते पर जा सकते/सकती हैं; यह आपके मूल टैब को प्रभावित नहीं करेगा।
3. खुले हुए टैबों के बीच बदलने के लिए आपको केवल उस टैब पर क्लिक करना होता है जिस टैब पर आप जाना चाहते/चाहती हैं।
4. आप New Tab बटन पर क्लिक करके कभी भी और अधिक टैब खोल सकते/सकती हैं।
5. किसी टैब को बंद करने के लिए उस टैब पर मौजूद छोटे से X पर क्लिक करें।

'Tech Savvy वरिष्ठ नागरिक' कार्यक्रम एनएसडब्ल्यू आयुर्वृद्धि कार्यनीति और टेलस्ट्रा की एक प्रमुख पहल है।
और अधिक जानकारी के लिए: http://www.adhc.nsw.gov.au/about_us/strategies/nsw_ageing_strategy
और http://www.telstra.com.au/telstra-seniors/

अस्वीकरण
इस प्रकाशन और इसके साथ आने वाली किसी भी सामग्री में निहित जानकारी केवल शैक्षिक और सूचना प्रयोजनों के लिए ही है। यह इस प्रकाशन में और इसके साथ आने वाली किसी भी सामग्री में संदर्भित किए गए, दिखाए गए या दर्शाए गए किसी भी उत्पाद या सेवा को बढ़ावा देने, अनुमोदन देने या सहमति देने के लिए नहीं है। इस प्रकाशन और इसके साथ आने वाली किसी भी सामग्री की अवरचना केवल एक प्रारंभिक संदर्भ के रूप में इस्तेमाल किए जाने के लिए ही की गई है। इनका उद्देश्य एक व्यापक निर्देशिका के रूप में प्रयोग किया जाना या सभी परिस्थितियों में लागू होना नहीं हैं।
यह सुनिश्चित करने के लिए उचित प्रयास किए गए हैं कि इस प्रकाशन और इसके साथ आने वाली किसी भी सामग्री में प्रदर्शित जानकारी उत्पादन के समय सही थी। परंतु इस प्रकाशन और इसके साथ आने वाली किसी भी सामग्री के लेखक, उत्पादक और प्रस्तुतकर्ता (प्रासंगिक व्यक्ति)* इस प्रकाशन और इसके साथ आने वाली किसी भी सामग्री में प्रस्तुत की गई जानकारी की सटीकता, विश्वसनीयता, संपूर्णता या वैधता की अवधि का कोई प्रतिनिधित्व नहीं करते हैं और न ही कोई वारंटी देते हैं।
इस प्रकाशन और इसके साथ आने वाली किसी भी सामग्री में उपलब्ध कराई गई जानकारी केवल इस आधार पर प्रदान की गई है कि पाठक इसमें चर्चित मामलों का आकलन करने के लिए स्वयं जिम्मेदार होंगे और उन्हें इस बात की सलाह दी जाती है कि वे सभी प्रासंगिक निरूपणों, बयानों और जानकारी को सत्यापित करें।
* प्रासंगिक व्यक्ति:
• कानून द्वारा अनुमत अधिकतम सीमा तक, इस प्रकाशन और इसके साथ आने वाली किसी भी सामग्री में किसी भी जानकारी के संबंध में किसी भी तरह की व्यक्त या निहित वारंटी से वर्जना करते हैं;
• इस प्रकाशन और इसके साथ आने वाली किसी भी सामग्री में किसी भी जानकारी को अद्यतन करने या बाद में सामने आ सकने वाली किसी भी अशुद्धि को दूर करने के लिए बाध्य नहीं हैं; और
• अपने पूर्ण विवेक में, बिना किसी सूचना के, किसी भी समय इस प्रकाशन (और इसके साथ आने वाली किसी भी सामग्री) को हटाने, बदलने और स्थानांतरित करने का अधिकार अपने पास सुरक्षित रखते हैं (जिसमें इस अस्वीकरण के नियम और शर्तें शामिल हैं)।
* प्रासंगिक व्यक्तियों में इस प्रकाशन के निर्माण में शामिल कोई भी व्यक्ति, कंपनी, साझेदारी या सरकारी विभाग और उनके संबंधित अधिकारी, कर्मचारी और एजेंट शामिल हैं।

ट्रेडमार्क सूचना
इस अनुदेशात्मक प्रकाशन में निर्दिष्ट सभी उत्पादों के नाम या वेबसाइटें ऑस्ट्रेलिया और/या अन्य देशों में पंजीकृत ट्रेडमार्क या किसी तीसरे पक्ष के ट्रेडमार्क हो सकते हैं। एप्पल, मैक और मैक ओएस संयुक्त राज्य अमेरिका और अन्य देशों में पंजीकृत एप्पल इंक. के ट्रेडमार्क हैं। एचडीएमआई या तो एक पंजीकृत ट्रेडमार्क है या संयुक्त राज्य अमेरिका और ऑस्ट्रेलिया में एचडीएमआई लाइसेंसिंग एल.एल.सी का ट्रेडमार्क है। माइक्रोसॉफ्ट और विंडोज़ या तो पंजीकृत ट्रेडमार्क हैं या संयुक्त राज्य अमेरिका और ऑस्ट्रेलिया में माइक्रोसॉफ्ट कॉर्पोरेशन के ट्रेडमार्क हैं। इस सामग्री के अंदर तीसरे पक्ष के ट्रेडमार्क के लिए कोई भी संदर्भ उन तीसरे पक्षों के साथ किसी भी गठबंधन या संबद्धता को नहीं दर्शाता है या उन तीसरे पक्षों द्वारा इस सामग्री को एक विज्ञापन के रूप में इंगित नहीं करता है।

बौद्धिक संपदा सूचना और अस्वीकरण
कॉपीराइट© टेलस्ट्रा निगम लिमिटेड (एबीएन 33 051 775 556) और न्यू साउथ वेल्स आयुर्वृद्धि कार्यालय। सर्वाधिकार सुरक्षित। यह सामग्री ऑस्ट्रेलिया के कानूनों और अंतरराष्ट्रीय संधियों के माध्यम से अन्य देशों के कॉपीराइट के अंतर्गत संरक्षित है। इस सामग्री के किसी भी अंश को किसी भी रूप में जारी, वितरित, प्रजनित, प्रतिलिपित, संग्रहित, या प्रेषित नहीं किया जा सकता है, चाहे वह इलेक्ट्रॉनिक, मैकेनिकल, रिकॉर्डिंग या अन्य स्वरूप में हो। इसमें स्वयं अपनी जानकारी, अनुसंधान या अध्ययन के प्रयोजनों के लिए अपवाद है।