TECH SAVVY वरिष्ठ नागरिक

सोशल (सामाजिक) मीडिया से परिचय

त्वरित संदर्भ मार्गदर्शिका

सोशल (सामाजिक) मीडिया साइटें आपको मित्रों और प्रियजनों के संपर्क में रहने में सहायता देने का एक शानदार तरीका होती हैं, और इनके माध्यम से आप जीवन की घटनाओं को पाठ, वीडियो और तस्वीरों के माध्यम से आसानी से साझा कर सकते/सकती हैं।

सोशल (सामाजिक) मीडिया क्या है?

कई सारे इंटरनेट अनुभव एक-तरफा होते हैं: आप एक समाचार साइट, शॉपिंग साइट या हास्य पेज के जैसी वेबसाइट पर जाकर जानकारी प्राप्त करते/करती हैं।

सामाजिक मीडिया दो-तरफा होता है। यह अन्य लोगों के साथ संवाद स्थापित करने के बारे में है। ये अन्य लोग दोस्त, परिवार, साथी या बस वे व्यक्ति हो सकते हैं जो आपके साथ अभिरुचियों को साझा करते हैं। यह सामान्यत: जानकारी डाउनलोड करने के बारे में नहीं है – यह साझा करने और संप्रेषण के बारे में है।

फेसबुक और ट्विटर जैसी सामाजिक मीडिया साइटों से आप यह देखने में सक्षम हो सकते/सकती हैं कि आपके दोस्तों के जीवन में क्या हो रहा है - और यह आपको सक्षम बनाता है कि आप उन्हें इस बात से अवगत कराएँ कि आपके जीवन में क्या हो रहा है। यूट्यूब™ वीडियो समुदाय और फ्लिकर® इमेज होस्टिंग सेवा के माध्यम से आप अपने वीडियो और तस्वीरें उनके (और दुनिया के) साथ साझा कर सकते/सकती हैं, और स्काइप™ सॉफ्टवेयर आपको यह जानकारी देता है कि लोग ऑनलाइन कब हैं और आप उनके साथ तुरंत बात कर सकते/सकती हैं – और बिना किसी शुल्क के।

प्रियजनों पर नज़र रखना

फेसबुक

आज दुनिया-भर में लगभग एक अरब उपयोगकर्ताओं के साथ फेसबुक अब तक दुनिया की सबसे बड़ी सामाजिक मीडिया वेबसाइट है।

फेसबुक के अन्तर्भाग में 'मित्र' का विचार है (जिनमें परिवार के सदस्य भी हो सकते हैं)। फेसबुक में आपके मित्रों की सूची में वे लोग होते हैं जिन्हें आप जानते/जानती हैं और जिनपर आप विश्वास करते/करती हैं।

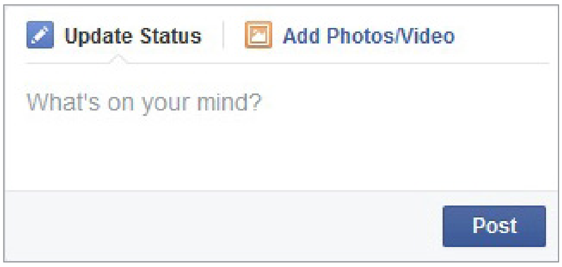
फेसबुक आपको अपने मित्रों की सूची में मौजूद लोगों के साथ बहुत कुछ करने की अनुमति देती है, जिसमें शामिल है:

1. अपनी स्थिति और स्थान के बारे में अपडेट देना
2. सार्वजनिक संदेश भेजना जिसे आपके सभी मित्र देख सकते हैं, या निजी संदेश भेजना (जैसेकि ईमेल) जिसे केवल एक ही व्यक्ति देख सकता है
3. अन्य लोगों ने फेसबुक पर जो संदेश पोस्ट किए हैं, उनपर टिप्पणी करना
4. फोटो एलबम और वीडियो क्लिप पोस्ट करना, जिसे केवल आपके मित्र ही देख सकते हैं
5. घटनाओं के लिए दोस्तों को आमंत्रित करना।

फेसबुक पर एक संदेश पोस्ट करना

चलिए फेसबुक पर एक टिप्पणी पोस्ट करते हैं।

1. मुख्य पेज पर एक चौखाना होता है जिसमें आप एक टिप्पणी टाइप कर सकते/सकती हैं। यह ऐसे किसी क्षेत्र के बारे में एक संक्षिप्त टिप्पणी हो सकती है जिसकी आप यात्रा करना चाहते/चाहती हैं, या किसी जगह पर जाने के लिए, या वहाँ कैसे पहुँचा जाए, इसके बारे में एक प्रश्न हो सकता है।
2. अपनी टिप्पणी को प्रकाशित करने के लिए Post पर क्लिक करें। पेज को तुरंत अद्यतन कर दिया जाएगा।



उपयोगी वेबसाइटें

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

सोशल (सामाजिक) मीडिया से परिचय

त्वरित संदर्भ मार्गदर्शिका

ट्विटर

ट्विटर थोड़ा सा फेसबुक की तरह दिखाई देता और काम करता है, लेकिन बहुत सरल होता है और इसकी अवरचना त्वरित टिप्पणियों और चित्रों को पोस्ट करने के लिए की गई है।

साथ ही यह दोस्तों के बारे में कम और Followers के बारे में अधिक होता है।

जब आप एक नई ट्विटर टिप्पणी को पोस्ट करते/करती हैं (जिसे ट्वीट कहा जाता है), तो जो लोग आपके ट्विटर फीड को फॉलो करते हैं, उनका ट्विटर पेज अपडेट हो जाएगा।

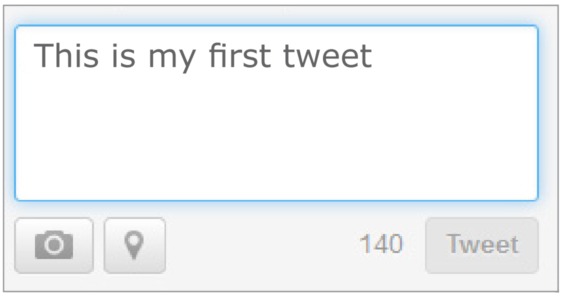
आप अन्य लोगों के ट्वीट्स को फॉलो करने के लिए अपने खाते को सेट-अप भी कर सकते/सकती हैं। इस प्रकार से जब वे कुछ ट्वीट करते हैं, तो आपका ट्विटर पेज अद्यतन हो जाएगा।

मशहूर तरीके से, व्यक्तिगत ट्वीट्स 140 अक्षरों तक सीमित होती हैं जिससे कि आप संक्षिप्त होने के लिए बाध्य हो जाते/जाती हैं (हालाँकि आप किसी ट्वीट में एक चित्र भी संलग्न कर सकते/सकती हैं)।

एक ट्वीट पोस्ट करना

1. www.twitter.com पर ट्विटर में लॉग इन करें।
2. ट्विटर पेज के बायीं ओर के पैनल पर Compose New Tweet वाले चौखाने पर क्लिक करें।
3. चौखाने का आकार बढ़ जाएगा। नीचे दायीं ओर पर आपके लिए कितने अक्षर बचे हैं, वह सँख्या दिखाई देगी। बायीं ओर के चिह्नों पर क्लिक करके अपनी ट्वीट में एक चित्र और/या अपना स्थान जोड़ें।

ट्वीट में लिखित संदेश और चित्र शामिल हो सकते हैं



4. चौखाने में 140 अक्षरों तक का एक संदेश टाइप करें।
5. फिर Tweet पर क्लिक करें।
6. आपको फॉलो करने वाले हरेक व्यक्ति की फीड तुरंत अद्यतन हो जाएगी (और वे अपनी खुद की ट्वीट्स के साथ प्रत्युत्तर दे सकते हैं)।

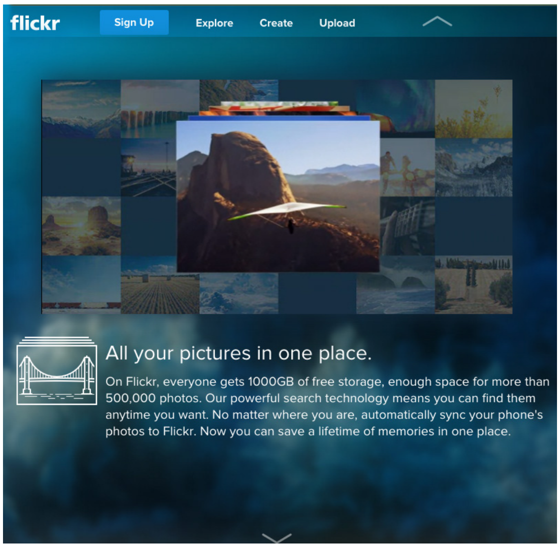
मीडिया की साझेदारी करना

कुछ साइटें केवल मीडिया साझा करने के बारे में हैं। उदाहरण के लिए यूट्यूब और फ्लिकर®, क्रमशः वीडियो और चित्र साझा करने का शानदार तरीका हैं।

फ्लिकर®

जिस तरह से यूट्यूब लोगों को वीडियो साझा करने की सुविधा देती है, उसी तरह से फ्लिकर® इमेज होस्टिंग सेवा लोगों को उनके द्वारा खींची गई फोटो साझा करने देती है। इस साइट पर पाँच अरब से भी अधिक चित्र साझा किए गए हैं।

इसे www.flickr.com पर पाया जा सकता है।



यदि आप फोटो अपलोड करना चाहते/चाहती हैं, तो आपको एक खाता बनाने की ज़रूरत होगी। लेकिन अगर आप बस अच्छे चित्रों को देखना पसंद करते/करती हैं, तो आपको खाते की आवश्यकता नहीं होगी।

शुरू करने के लिए बस Explore पर क्लिक करें, या स्क्रीन के ऊपर की तरफ मौजूद Search बार में आप जो कुछ देखना चाहते/चाहती हैं, वह टाइप करें।

यूट्यूब

यूट्यूब™ वीडियो समुदाय अब तक दुनिया की सबसे लोकप्रिय वीडियो साझा करने वाली साइट है।

यह उपयोगकर्ताओं को उनके द्वारा बनाए गए वीडियो को अपलोड करने की अनुमति देती है। साइट पर आने वाले आगंतुक फिर वेब ब्राउज़र में वीडियो देख सकते हैं।

आप वाकई में यूट्यूब पर अपलोड किए गए लाखों वीडियो देख सकते/सकती हैं।

ऑनलाइन सुरक्षित रहें

सोशल (सामाजिक) नेटवर्किंग की तुलना में ऐसी बहुत कम जगहें हैं जहाँ साइबरसेफ्टी और अधिक महत्वपूर्ण होती है। सामाजिक नेटवर्क पर अजनबियों के साथ बहुत अधिक जानकारी साझा करना बहुत आसान होता है! सामाजिक नेटवर्किंग के साथ कुछ महत्वपूर्ण बातें जिन्हें याद रखा जाना चाहिए:

- यह सुनिश्चित करें कि आप जो भी सामाजिक नेटवर्किंग उपकरणों का उपयोग करें, उनमें अपनी गोपनीयता सेटिंग्स की जाँच कर लें।
- निजी जानकारी को निजी बनाए रखें - फेसबुक बहुत सारी व्यक्तिगत जानकारी के लिए पूछ सकती है, लेकिन इसका मतलब यह नहीं है कि आपको यह जानकारी दे देनी चाहिए। अपनी प्रोफाइल के कुछ हिस्सों को खाली छोड़ देना ठीक रहता है।

और सामान्य तौर पर:

- यदि कोई अजनबी आपको ईमेल करता है और आपको पैसे देने की पेशकश करता है (या पैसे माँगता है), तो शायद वह एक धोखेबाज है।
- 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 कोई आपको लूटने की कोशिश कर रहा हो। यदि आप इस बारे में चिंतित हैं, तो सीधे अपने बैंक को कॉल करें।
- जब तक आप यह न जानते/जानती हों कि ईमेल संलग्नक सुरक्षित हैं, तब तक उन्हें न खोलें। इसमें उन लोगों के ईमेल संलग्नक भी शामिल हैं जिन्हें आप जानते/जानती हैं।
- अपने पीसी पर इंटरनेट सुरक्षा सॉफ्टवेयर इंस्टॉल करें।
- हमेशा सावधानी बरतें!

फ्लिकर® की तरह ही आपको वीडियो देखने के लिए यूट्यूब के साथ कोई खाता स्थापित करने की ज़रूरत नहीं होती है, लेकिन यदि आप अपने खुद के वीडियो अपलोड करना चाहते/चाहती हैं, तो आपको एक खाते की आवश्यकता होगी।

आप जो वीडियो अपलोड करते/करती हैं, वे निजी (केवल आपके द्वारा मंजूरी दिए गए लोगों द्वारा देखने के लिए) या सार्वजनिक हो सकते हैं।

यदि आप एक खाता स्थापित करते/करती हैं, तो आप चैनलों की सदस्यता भी ले सकते/सकती हैं, जोकि किसी विशिष्ट विषय या किसी विशेष व्यक्ति से संबंधित वीडियो की सूची होते हैं।

चलिए कुछ यूट्यूब देखते हैं

1. यूट्यूब वीडियो देखने के लिए किसी खाते की आवश्यकता नहीं होती है। बस एक वेब ब्राउज़र में **www.youtube.com** पर जाएँ।
2. फ्रंट पेज पर लोकप्रिय वीडियो की एक सूची होगी। आप देखना शुरू करने के लिए किसी एक पर क्लिक कर सकते/सकती हैं।
3. आप विंडो के ऊपरी भाग में मौजूद टेक्स्ट क्षेत्र में खोज शब्दों में टाइप करके किसी विशिष्ट विषय के लिए खोज कर सकते/सकती हैं। मान लीजिए हम **puppy love** के लिए खोज करते हैं।

अपनी कंप्यूटर स्क्रीन को पूरा भरने के लिए वीडियो को 'Maximise' करें

यूट्यूब™ और फ्लिकर® समुदाय आपको अपने दोस्तों (और दुनिया) के साथ वीडियो और फोटो साझा करने की अनुमति देते हैं और स्काइप™ सॉफ्टवेयर आपको यह बताता है कि लोग कब ऑनलाइन हैं और बस पल भर में उनसे बात करने की अनुमति देता है – और वह भी बिना किसी शुल्क के।

4. जो वीडियो आप देख रहे/रही हैं, दायीं तरफ उसी तरह के वीडियो के लिए सुझाव दिखाई देंगे।
5. प्ले नियंत्रण वीडियो के बस नीचे दिए हुए होते हैं। आप वीडियो को रोक सकते/सकती हैं, या आगे जाने के लिए प्रोग्रेस बार पर कहीं भी क्लिक कर सकते/सकती हैं।
6. आप वीडियो के नीचे दायीं तरफ मौजूद **Maximise** चिह्न पर क्लिक करके वीडियो का आकार अधिकतम करके स्क्रीन को पूरा भर सकते/सकती हैं। अपने कीबोर्ड पर **Esc** दबाकर यह सामान्य आकार में वापस आ जाएगा।

संप्रेषण

बेशक, आप इंटरनेट पर हमेशा लोगों के साथ सीधे संवाद कर सकते/सकती हैं। आपने शायद अब तक ईमेल के साथ आज़माइश कर ली है, लेकिन इंटरनेट पर अन्य लोगों के साथ सीधे बात करने के अन्य तरीके भी हैं:

1. **Instant Messaging (IM)**, जिसमें आप अपने पीसी पर एक वाक्य टाइप करते/करती हैं और यह तुरंत उनके कंप्यूटर पर दिखाई देता है (और वे आपके साथ ऐसा ही कर सकते हैं) ।
2. **Voice chat**, जो बहुत कुछ एक फोन कॉल की तरह ही काम करती है, लेकिन आम-तौर पर कॉल की लागत के बिना।
3. **Video chat**, जो एक फोन कॉल की तरह ही है जिसमें आप जिस व्यक्ति के साथ बातें कर रहे होते/होती हैं, उसका सीधा वीडियो भी देख सकते/सकती हैं।

स्काइप™

स्काइप™ सॉफ्टवेयर आपको अन्य स्काइप™ उपयोगकर्ताओं के साथ आईएम वीडियो और वॉइस चैट की सुविधा देता है। स्काइप™ को **www.skype.com** से डाउनलोड किया जा सकता है।

इसे इंस्टॉल करते समय आपको एक खाता बनाना होगा। आप जिस व्यक्ति के साथ बातचीत करना चाहते/चाहती हैं, उसे भी सामान्यत: स्काइप™ इंस्टॉल करने की ज़रूरत होगी।

यदि आप अपने कंप्यूटर से एक नियमित फोन पर बात करना चाहते/चाहती हैं, तो इसमें अपवाद है – यानि कि आप अपने कंप्यूटर पर हैं, लेकिन दूसरा व्यक्ति अपने सामान्य फोन पर है। स्काइप™ इस सेवा के लिए शुल्क लगाता है। अन्य कॉलें आम-तौर पर नि:शुल्क होती हैं।

वॉइस या वीडियो चैट का उपयोग करने के लिए आपको अपने कंप्यूटर पर विशेष हार्डवेयर की आवश्यकता होगी:

1. वॉइस चैट करने के लिए आपको एक माइक्रोफोन या एक वॉइस हेडसेट की ज़रूरत होगी।
2. वीडियो चैट करने के लिए आपको एक वेबकैम की ज़रूरत होगी। यदि आपके पास एक नोटबुक कंप्यूटर है, तो इस बात की काफी अधिक सँभावना है कि इसमें एक वेबकैम और माइक्रोफोन अंदर मौजूद है।

एक स्काइप™ वॉइस कॉल करना

चलिए अब एक कॉल करते हैं!

1. अपना वॉइस चैट हेडसेट लगाएँ या कंप्यूटर के वेब कैमरे के सामने बैठें।
2. आपको व्यक्ति के नाम के नीचे विंडो में दो बटन दिखेंगे: **Call** और **Video Call**।
3. अब वॉइस कॉल करने के लिए **Call** पर क्लिक करें या वीडियो कॉल करने के लिए **Video Call** पर क्लिक करें।
4. उस व्यक्ति का कंप्यूटर रिंग करने लगेगा जिससे यह इंगित होगा कि एक इनकमिंग कॉल आ रही है। जब वे **Pick Up** बटन पर क्लिक करते हैं, तो बातचीत शुरू हो जाएगी।
5. यदि यह एक वीडियो कॉल है, तो एक वीडियो विंडो दिखाई देगी।
6. जितने समय तक आप बात करना चाहते/चाहती हैं, उतने समय तक बात करें। बातचीत खत्म करने के लिए बस लाल रंग के **Hang Up Phone** बटन पर क्लिक करें।

ज़ाहिर है, यह स्काइप™ सॉफ्टवेयर का बस एक अनुभव है। आप फाइलें भेजने के लिए भी इसका इस्तेमाल कर सकते/सकती हैं। आप कई लोगों के साथ एक साथ बात कर सकते/सकती हैं। आप वास्तव में लैंडलाइन फोन पर कॉल कर सकते/सकती हैं – हालाँकि इसमें पैसे लगते हैं। खोज करने के लिए बहुत कुछ है!

'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।