



IT'S HOW
WE CONNECT



TECH SAVVY वरिष्ठ नागरिक

टैबलेट्स से परिचय

त्वरित संदर्भ मार्गदर्शिका

काफी हद तक सुपर आकार के स्मार्टफोनों की तरह दिखने वाली (और उन्हीं की तरह काम करने वाली) टैबलेट्स इंटरनेट देखने, गेम खेलने, फिल्में देखने, फोटो देखने और बातचीत करने का एक शानदार तरीका हैं।

टैबलेट क्या होती है?

बड़ी स्क्रीन और एप्प चलाने की क्षमता के साथ टैबलेट एक सुपर आकार के स्मार्टफोन की तरह होती है। यह कंप्यूटर की तरह भी होती है, लेकिन माउस और कीबोर्ड के साथ नियंत्रित किए जाने के बजाय आप स्क्रीन पर तत्वों को छू कर इसका नियंत्रण करते/करती हैं।

टैबलेट्स के दो मुख्य प्रकार हैं - एप्पल आईपैड टैबलेट्स और एंड्रॉइड™ द्वारा संचालित टैबलेट्स। इनके बीच मुख्य अंतर ऑपरेटिंग सिस्टम में होता है, जिसे ओएस कहा जाता है। ऑपरेटिंग सिस्टम टैबलेट को नियंत्रित करने वाला आधारभूत सॉफ्टवेयर होता है।

टैबलेट्स आम-तौर पर आईओएस ऑपरेटिंग सिस्टम (एप्पल आईपैड श्रृंखला वाली टैबलेट्स) या एंड्रॉइड ऑपरेटिंग सिस्टम (अधिकांश अन्य निर्माताओं द्वारा निर्मित टैबलेट्स) का उपयोग करती हैं। आप आईओएस और एंड्रॉइड ऑपरेटिंग सिस्टम का कैसे उपयोग करते/करती हैं, ये दोनों इस मामले में बहुत समान हैं।

कुछ टैबलेट्स माइक्रोसॉफ्ट® विंडोज® ऑपरेटिंग सिस्टम पर चलती हैं।

टचस्क्रीन और इशारे पर नियंत्रण

टैबलेट्स स्पर्श-नियंत्रण पर निर्भर करती हैं। स्पर्श आपके पीसी पर माउस क्लिक की तरह काम करता है। जब आपको कुछ टाइप करने की ज़रूरत होती है, तो स्क्रीन पर एक कीबोर्ड दिखाई देगा और आप कुंजियों पर स्पर्श करके उन्हें टाइप कर सकते/सकती हैं।

आपको नए तरीके से टैबलेट को नियंत्रित करने में समर्थ बनाने के लिए इशारों की एक विशेष 'भाषा' भी होती है। आपको छह इशारों का ज्ञान होना चाहिए:

टैप

इसमें बस तेजी से स्क्रीन को छूना होता है। इसका प्रयोग एप्लिकेशन लॉन्च करने, आइटमों का चयन करने, वेब लिंक्स को फॉलो करने आदि के लिए किया जाता है।

टैप और होल्ड (और ड्रैग)

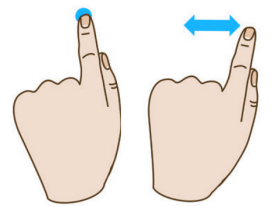
स्क्रीन के एक भाग को स्पर्श करें और अपनी उंगली को स्क्रीन के साथ संपर्क में रखें। इसके प्रभाव एप्लिकेशन के आधार पर अलग-अलग होते हैं। यह अक्सर आपके पीसी पर एक दाहिने माउस क्लिक के बराबर होती है, जिससे एक संदर्भ मेन्यू आ जाता है।

स्वाइप

यह स्क्रीन के पार एक तेजी से किया गया स्पर्श होता है। यह जिस भी दिशा में आवश्यक हो, उस दिशा में किया जा सकता है। इसका सबसे अधिक प्रयोग पृष्ठों (पुस्तक में) या चित्रों को पलटने (स्लाइड शो में) में किया जाता है।



टैप



टैप और होल्ड
(और ड्रैग)



स्वाइप

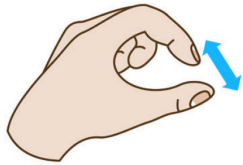


एप्पल
आईपैड

एंड्रॉइड
टैबलेट

टैबलेट्स से परिचय

त्वरित संदर्भ मार्गदर्शिका



पिंच-टु-ज़ूम



डबल टैप

स्कॉल

स्क्रीन के बिना किसी बटन या लिंक वाले भाग को स्पर्श करें और स्क्रीन के साथ अपनी उंगली को संपर्क में रखते हुए उसे ऊपर या नीचे, या दाएँ या बाएँ चलाएँ। इसका प्रयोग अधिकांशतः उन पृष्ठों को स्कॉल करने के लिए किया जाता है जो स्क्रीन पर फिट होने के लिए बहुत बड़े होते हैं।

पिंच-टु-ज़ूम

स्क्रीन के जिस भाग को आप बड़े आकार का करना चाहते/चाहती हैं, उसके किनारों पर दो उंगलियों (आम-तौर पर अंगूठे और तर्जनी) को रखें। फिर ज़ूम इन (स्क्रीन के उस भाग को बड़े आकार का) करने के लिए उन दो उंगलियों को एक-दूसरे से दूर ले जाएँ, या ज़ूम आउट करने के लिए उन्हें करीब लाएँ। इसका प्रयोग किसी वेब पेज के उस भाग पर ज़ूम इन करने के लिए किया जाता है जो स्पष्ट न हो, या इमेज प्रोग्रामों में किसी चित्र पर ज़ूम इन या आउट करने के लिए किया जाता है।

डबल टैप

इस इशारे में बस तेजी से दो बार स्क्रीन पर टैप करना होता है। यह अधिकांशतः पिंच-टु-ज़ूम के समान कार्य करता है।

इंटरनेट से कनेक्ट करना

सभी टैबलेट्स अपने ब्रॉडबैंड इंटरनेट कनेक्शन का उपयोग करने के लिए एक घरेलू वायरलेस नेटवर्क का उपयोग कर सकती हैं। कुछ टैबलेट मॉडल 3जी या 4जी मोबाइल वायरलेस एकाउंट का उपयोग भी कर सकते हैं।

आपका घरेलू वायरलेस नेटवर्क

वाई-फाई का उपयोग करते हुए अपने घर में टैबलेट को इंटरनेट से कनेक्ट करने के लिए आपको अपने घरेलू वायरलेस नेटवर्क का नाम और पासवर्ड पता करने की ज़रूरत होगी।

यह विवरण प्राप्त कर लेने के बाद आपको बस अपनी टैबलेट को उससे कनेक्ट करना होता है।



आईपैड सेटिंग्स चिह्न

एप्पल आईपैड को कनेक्ट करना

- सेटिंग्स चिह्न पर टैप करें। सेटिंग्स पैनल दिखाई देगा।
- बायीं तरफ Wi-Fi पर टैप करें।
- यह सुनिश्चित करें कि **Wi-Fi On** है (यदि यह Off है, तो स्विच पर टैप करें)।
- दायीं तरफ **Choose a Network** में से अपने घर के वायरलेस नेटवर्क के नाम पर टैप करें।
- आपको एक पासवर्ड एंटर करने के लिए कहा जाएगा। ऑनस्क्रीन कीबोर्ड दिखाई देगा। इसका प्रयोग नेटवर्क पासवर्ड टाइप करने के लिए करें और फिर **Enter** दबाएँ।

- यदि पासवर्ड सही है, तो आप कनेक्ट हो जाएँगे/जाएँगी।
- अपने गृहपृष्ठ पर वापिस जाने के लिए आप अपने आईपैड पर **Home** बटन दबा सकते/सकती हैं (यह स्क्रीन के ठीक नीचे, आईपैड की निचली तरफ स्थित हार्डवेयर बटन है)।

एंड्रॉइड टैबलेट को कनेक्ट करना

यह प्रक्रिया इस्तेमाल किए जा रहे एंड्रॉइड ऑपरेटिंग सिस्टम के संस्करण और निर्माता के अनुकूलन के आधार पर हरेक उपकरण के लिए थोड़ी सी भिन्न होती है।

- गृहपृष्ठ पर **Settings** चिह्न पर टैप करें।
- बायीं तरफ **Wireless and Networks** के नीचे **Wi-Fi** पर टैप करें।
- यह सुनिश्चित करें कि **Wi-Fi On** है (यदि यह Off है, तो इसे On कर दें)।
- दायीं तरफ वायरलेस नेटवर्क की सूची में से अपने वायरलेस नेटवर्क के नाम पर टैप करें।
- आपको एक पासवर्ड एंटर करने के लिए कहा जाएगा।
- ऑनस्क्रीन कीबोर्ड दिखाई देगा। इसका प्रयोग नेटवर्क पासवर्ड टाइप करने के लिए करें और फिर **Enter** दबाएँ।
- यदि पासवर्ड सही है, तो आप कनेक्ट हो जाएँगे/जाएँगी; नेटवर्क के नाम के तहत एक छोटा सा नोट दिखाई देगा जो यह बताएगा कि यह कनेक्ट हो गया है।
- गृहस्क्रीन पर वापिस जाने के लिए **Home** या **Back** बटन दबाएँ। अधिकांश एंड्रॉइड टैबलेट्स में ये हार्डवेयर बटन नहीं होते हैं, लेकिन नीचे दिखाए गए चित्रों के समान स्क्रीन का एक भाग होते हैं।



एंड्रॉइड सेटिंग्स चिह्न



Back



Home

3जी/4जी सेवा से कनेक्ट करना

कुछ टैबलेट्स 3जी/4जी मोबाइल ब्रॉडबैंड सेवाओं का समर्थन करती हैं। इस मामले में वे स्मार्टफोनों की तरह काम करती हैं - आपको टैबलेट के सिम स्लॉट में एक सिम कार्ड डालने की ज़रूरत होती है। आपकी टैबलेट की निर्देशिका आपको बताएगी कि यह स्लॉट कहाँ है।

जब आप घर पर होंगे/होंगी, तो 3जी/4जी नेटवर्क वाली टैबलेट आपके वाई-फाई नेटवर्क का उपयोग करेगी, और जब यह आपके घरेलू नेटवर्क की रेंज में नहीं होगी तो यह मोबाइल इंटरनेट पर बदल जाएगी।

ऑनलाइन सुरक्षित बने रहें

इंटरनेट के किसी भी नए उपयोगकर्ता के लिए ऑनलाइन सुरक्षा बनाए रखना एक प्रमुख सबक होता है, और इस संबंध में टैबलेट का प्रयोग करना पीसी से कोई भिन्न नहीं 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। इसमें उन ईमेल के संलग्नक भी शामिल हैं जो आपके परिचित लोगों से आती हैं।
- अपनी व्यक्तिगत जानकारी अजनबियों को न दें (जिसमें आपका पता, फोन नंबर या यहाँ तक कि आपका नाम भी शामिल है), चाहे ईमेल से या फिर वेबसाइटों पर।
- अविश्वसनीय स्रोतों से डाउनलोड किए गए प्रोग्राम इंस्टॉल न करें। परंतु गूगल प्ले™ और एप्पल एप्प स्टोर से डाउनलोड किए गए प्रोग्राम ठीक होते हैं!
- यदि कोई अजनबी आपको ईमेल करता है और आपको पैसे देने की पेशकश करता है (या पैसों के लिए पूछता 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 यह आपको लूटने की कोशिश हो। यदि आप इस बारे में चिंतित हैं, तो सीधे अपने बैंक को कॉल करें।
- आप अपने क्रेडिट कार्ड का विवरण किसे देते/देती हैं, इस बारे में बहुत सावधान रहें।
- हमेशा सावधानी बरतें!

वेब ब्राउज़र का उपयोग करना

आपकी टैबलेट में आपके पीसी की तरह ही एक वेब ब्राउज़र होता है। आप अपने पीसी पर जिन वेब पेजों को ब्राउज़ करते/करती हैं, उन्हीं वेब पेजों को टैबलेट पर ब्राउज़ करने के लिए आप इसका इस्तेमाल कर सकते/सकती हैं।



आईपैड ब्राउज़र चिह्न



एंड्रॉइड जेनेरिक ब्राउज़र चिह्न



एंड्रॉइड क्रोम ब्राउज़र चिह्न

- अपनी टैबलेट पर **Browser** चिह्न पर टैप करें।
- किसी वेब पेज को खोलने के लिए स्क्रीन के ऊपर की तरफ **Address** बार पर टैप करें।
- ऑनस्क्रीन कीबोर्ड दिखाई देगा। आप जिस साइट पर जाना चाहते/चाहती हैं, उसके वेब पते को टाइप कर सकते/सकती हैं। (जहाँ आपको टाइप करने की ज़रूरत होगी, वहाँ कीबोर्ड स्वतः ही दिखाई देगा।)
- आप खोज भी कर सकते/सकती हैं। बस **Address** बार में खोज शब्द टाइप करें - ब्राउज़र यह पता लगा लेगा कि यह एक वेब पता नहीं है और वह एक गूगल खोज करेगा।

अब टैबलेट को वेब पेज लोड करना चाहिए। क्या आपको अपने इशारे याद हैं?

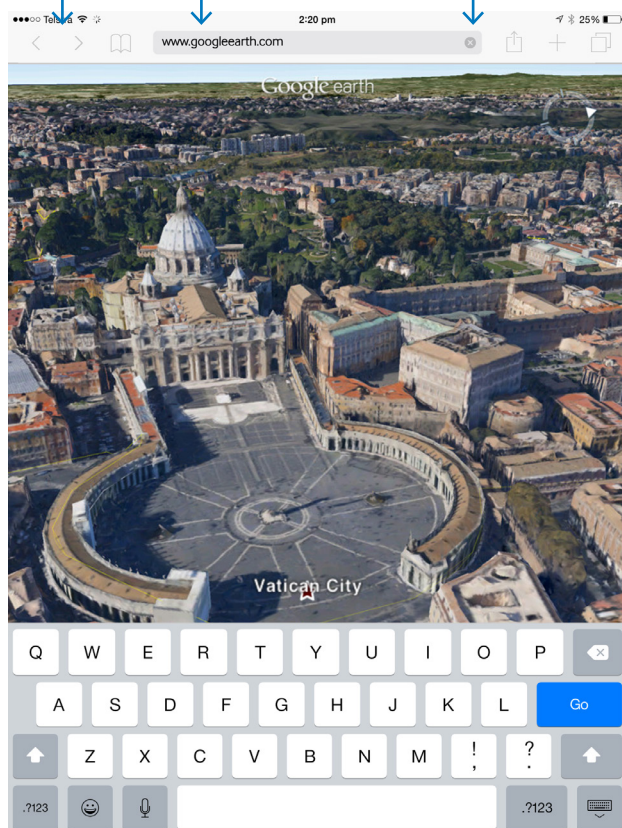
- किसी लिंक को फॉलो करने के लिए उसपर एक बार टैप करें।
- टैप और होल्ड करें, फिर पेज को स्क्रॉल करने के लिए अपनी उंगली ऊपर और नीचे करें।
- किसी टैब को बंद करने के लिए ऊपर टैब में **X** पर टैप करें।
- स्क्रीन के ऊपर की तरफ **Back** और **Forward** जाने के लिए बायें और दायें तीर पर टैप करें, बिल्कुल अपने पीसी ब्राउज़र की तरह।

जब आपने ब्राउज़िंग पूरी कर ली हो, तो वापिस मुख्य पृष्ठ पर जाने के लिए **Home** बटन पर टैप करें।

Forward और Back जाने के लिए तीर का उपयोग करें

Address बार में एक पता या खोज शब्द टाइप करें

वेब पेज को बंद करने के लिए X पर टैप करें



कीबोर्ड में केवल अक्षर और कुछेक विराम-चिह्न ही प्रदर्शित होते हैं। 123 बटन दबाने से कीबोर्ड में नंबर आने लगते हैं। ABC बटन दबाने से कीबोर्ड में अक्षर दिखाई देने लगते हैं।

उपयोगी वेबसाइटें

एंड्रॉइड गृह पृष्ठ
www.android.com
(यदि आपको एंड्रॉइड-संचालित टैबलेट्स के लिए समर्थन की जरूरत है, तो बेहतर होगा कि आप उपकरण निर्माता के पेज पर जाएँ।)

एप्पल आईपैड समर्थन
www.apple.com/support/ipad/

टेलस्ट्रा का टैबलेट पेज
www.telstra.com.au/bigpond-internet/mobile-tablets/

ऑनलाइन स्टोर से एप्प और मीडिया जोड़ना

टैबलेट्स में पहले से इंस्टॉल की गई कई सारी एप्प आती हैं। एप्प मिनी-प्रोग्राम्स होती हैं जो कैलेंडर, घड़ी या वेब ब्राउज़र जैसी कार्यात्मकता उपलब्ध कराती हैं।

किसी एप्लिकेशन को लॉन्च करने के लिए उस एप्लिकेशन का प्रतिनिधित्व करने वाले चिह्न पर टैप करें।

आप ऑनलाइन स्टोर से नई एप्लिकेशन डाउनलोड करके उन्हें अपनी टैबलेट पर इंस्टॉल कर सकते/सकती हैं। इनमें से कुछ एप्स को निःशुल्क डाउनलोड किया जा सकता है; अन्य के लिए शुल्क लगता है।

आप ऑनलाइन मीडिया स्टोर से अपनी टैबलेट पर सीधे फिल्में, संगीत और टीवी शो डाउनलोड कर सकते/सकती हैं।

नई एप्स डाउनलोड करें

एप्पल आईपैड टैबलेट पर

1. नई एप्स डाउनलोड करने के लिए **Apple App Store** लोगो पर टैप करें।
2. संगीत या फिल्मों की तरह मीडिया डाउनलोड करने के लिए **iTunes** के लोगो पर टैप करें। आईट्यून्स में एक मीडिया प्लेयर (आईट्यून्स) और एक मीडिया स्टोर (आईट्यून्स स्टोर) दोनों शामिल होते हैं।
3. आप **Search** बार में टाइप करके जो भी एप्प या



एप्पल एप्प स्टोर



एप्पल आईट्यून्स



गूगल प्ले

एंड्रॉइड और एप्पल स्टोर से अपने टैबलेट पर एप्प और मीडिया की खोज करें और उन्हें डाउनलोड करें

मीडिया खोजना चाहते/चाहती हैं, उसकी खोज कर सकते/सकती हैं। आप श्रेणियाँ भी देख सकते/सकती हैं, या टॉप पिक्स और लोकप्रिय डाउनलोड देख सकते/सकती हैं।

4. किसी एप्प का संपूर्ण विवरण देखने के लिए उसके नाम पर टैप करें।
5. जब आपको अपनी पसंद की कोई एप्प या मीडिया मिल जाए, तो उसे डाउनलोड करने के विकल्प पर टैप करें।

(अधिकांश) एंड्रॉइड टैबलेट्स पर:

1. **Google Play** पर टैप करें। गूगल प्ले - मीडिया और एप्प - दोनों के लिए एक ऑनलाइन स्टोर है।
2. ऊपर की तरफ दायें हाथ में उन चीजों के प्रकार पर टैप करें जिनकी आप खोज कर रहे/रही हैं: एप्पस, पुस्तकें, फिल्में।
3. वैकल्पिक रूप से, स्क्रीन के सबसे ऊपर की तरफ स्थित आवर्धक लेंस पर टैप करें। इससे **Search** विंडो खुल जाती है। फिर आप जिस चीज की खोज कर रहे/रही हों, वह टाइप कर सकते/सकती हैं।
4. यदि आपको ऐसी कोई एप्प मिलती है जिसमें आपकी अभिरुचि हो, तो उसके नाम पर टैप करने से उसका वर्णन सामने आ जाएगा। **Install** पर टैप करने से यह आपकी टैबलेट पर डाउनलोड हो जाएगी और आपकी होम स्क्रीन पर एक नया चिह्न दिखाई देगा।
5. पिछले किसी पेज पर वापिस जाने के लिए स्क्रीन के नीचे की तरफ स्थित **Back** बटन (बायें की ओर इशारा करता हुआ तीर) दबाएँ।

'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 अवचना 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 है।

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 व्यक्ति 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।