eSafety
withBeConnected

Australian Government | Be Connected
Every Australian online.

Σύνδεση με άλλους

Έκδοση για τη νόσο Covid-19

Παρόλο που μπορεί να είναι απαραίτητο να απομονωθείτε από φυσικής άποψης από άλλα άτομα κατά τη διάρκεια της πανδημίας του κορονοϊού, είναι ζωτικής σημασίας να συνεχίσετε την επαφή με την οικογένεια και τους φίλους σας για να μειώσετε τα συναισθήματα μοναξιάς και απομόνωσης.

Οι βιντεοκλήσεις και η αποστολή φωτογραφιών και μηνυμάτων με τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης είναι ένας πολύ καλός τρόπος για να συνεχίσετε τις επαφές σας. Διαβάστε αυτές τις λίγες απλές συμβουλές και μυστικά για να σας βοηθήσουν να αποκτήσετε αυτοπεποίθηση όταν θέλετε να κάνετε βιντεοκλήσεις και να στέλνετε μηνύματα.

Πώς να κάνετε βιντεοκλήσεις

Για να ξεκινήσετε μια βιντεοκλήση, θα χρειαστείτε κάμερα (που λέγεται webcam), μικρόφωνο και ηχεία. Το ευχάριστο είναι ότι αυτά τα πράγματα είναι συνήθως ενσωματωμένα σε συσκευές όπως επιτραπέζιοι υπολογιστές, φορητοί υπολογιστές, tablet και έξυπνα τηλέφωνα. Ωστόσο, εάν έχετε πιο παλιό επιτραπέζιο υπολογιστή, ίσως χρειαστεί να αγοράσετε μια κάμερα web ξεχωριστά.

Skype

Το Skype είναι μια εφαρμογή τηλεπικοινωνιών που σας επιτρέπει να συνομιλείτε μέσω βίντεο και να κάνετε φωνητικές κλήσεις μέσω του διαδικτύου. Μπορεί να χρησιμοποιηθεί τόσο για τοπικές όσο και για διεθνείς κλήσεις.

Το Skype επιτρέπει απεριόριστες βιντεοκλήσεις με άλλους χρήστες του Skype. Δεν υπάρχει χρέωση για κλήση άλλου λογαριασμού Skype, ωστόσο απαιτεί δεδομένα κινητής τηλεφωνίας ή σύνδεση με Wi-Fi. Μπορείτε επίσης να καλέσετε έναν αριθμό σταθερού ή κινητού τηλεφώνου με το Skype, ωστόσο αυτό συνεπάγεται μια μικρή χρέωση.

Πώς να ανοίξετε λογαριασμό

Μπορείτε να κατεβάσετε το πρόγραμμα για το Skype από το Apple App store και το Google Play store. Θα σας δείξουμε εδώ τα βήματα για να κατεβάσετε το Skype από τον ιστότοπο:

(α) Πηγαίνετε στο skype.com.

(β) Κάντε κλικ στο κουμπί Download (λήψη).

(γ) Επιλέξτε τη συσκευή σας (επιτραπέζιος υπολογιστής, κινητό, tablet) κι αν έχετε συσκευή Apple ή συσκευή Android.

Όταν κατεβάσετε την εφαρμογή, θα σας ζητηθεί να συνδεθείτε και να καταχωρίσετε ορισμένα προσωπικά στοιχεία, όπως όνομα, αριθμό τηλεφώνου και διεύθυνση email. Θα σας ζητηθεί επίσης να δημιουργήσετε έναν κωδικό πρόσβασης. Να θυμάστε να δημιουργήσετε έναν ισχυρό, ασφαλή κωδικό πρόσβασης.

Πώς να προσθέσετε επαφές

Όταν δημιουργηθεί ο λογαριασμός σας, το Skype θα σας ζητήσει να αρχίσετε να προσθέτετε επαφές στην ατζέντα των επαφών σας. Αυτόματα θα προτείνει άτομα που βρίσκονται ήδη στην ατζέντα των επαφών του τηλεφώνου ή του email σας.

Κάντε κλικ στο εικονίδο 'Contacts' (Επαφές),

και μετά στο κουμπι 'New Contact' (Νέα Επαφή).

Πληκτρολογήστε τα ονόματα των φίλων και της οικογένειάς σας στο πεδίο 'Find people' (Εύρεση ατόμων) για να τα εντοπίσετε, επιλέξτε το σωστό πρόσωπο και μετά κάντε κλικ στο κουμπί προσθήκης.

Πώς να κάνετε κλήσεις

Είναι εύκολο να κάνετε μια κλήση στο Skype αφού προσθέσετε τις επαφές σας. Απλά επιλέξτε μια επαφή από τη λίστα των επαφών σας και μετά κάντε κλικ στο εικονίδιο για βίντεο στην επάνω δεξιά γωνία της οθόνης σας για να κάνετε μια βιντεοκλήση ή στο εικονίδιο τηλεφώνου για να κάνετε μια φωνητική κλήση.

WhatsApp

Το WhatsApp είναι μια εφαρμογή τηλεπικοινωνιών που σας επιτρέπει να στέλνετε μηνύματα και να κάνετε τοπικές και διεθνείς φωνητικές κλήσεις και βιντεοκλήσεις. Το WhatsApp σάς επιτρέπει να στέλνετε μηνύματα ή να συνομιλείτε με άτομα ή ομάδες.

Μπορείτε να κάνετε κλήσεις ή να στέλνετε και να λαβαίνετε μηνύματα, φωτογραφίες και βίντεο. Το WhatsApp μπορείτε να το κατεβάσετε δωρεάν, απαιτεί όμως δεδομένα κινητής τηλεφωνίας ή σύνδεση με Wi-Fi για να κάνετε και λαβαίνετε κλήσεις.

Πώς να ανοίξετε λογαριασμό

Μπορείτε να κατεβάσετε την εφαρμογή για το WhatsApp από το Apple App store και το Google Play store. Μπορείτε να κατεβάσετε την εφαρμογή στον επιτραπέζιο υπολογιστή, τον φορητό υπολογιστή ή το έξυπνο τηλέφωνό σας.

(α) Πηγαίνετε στο Google Play ή στο Apple App store και πληκτρολογήστε WhatsApp στο πεδίο αναζήτησης.

(β) Κάντε κλικ στο κουμπί 'Install' (Εγκατάσταση) ή 'Get' (Λήψη) για να εγκαταστήσετε την εφαρμογή.

(γ) Αφού κατεβάσετε την εφαρμογή, θα σας κάνει ορισμένες ερωτήσεις για να το ρυθμίσετε, όπως ο αριθμός τηλεφώνου και το όνομά σας.

(δ) Επιτρέψτε στο WhatsApp να έχει πρόσβαση στις επαφές σας. Αυτό θα μεταφέρει αυτόματα τις επαφές του τηλεφώνου σας στο WhatsApp.

(ε) Επιτρέψτε στο WhatsApp να έχει πρόσβαση στις φωτογραφίες σας. Αυτό σας επιτρέπει να ανταλλάσσετε φωτογραφίες με την οικογένεια και τους φίλους σας και να αποθηκεύετε φωτογραφίες που σας στέλνουν.

Το WhatsApp θα σας στείλει ένα γραπτό μήνυμα για να επαληθεύσει τον αριθμό τηλεφώνου και τον κωδικό της χώρας σας.

Πώς να δημιουργήσετε ομάδες

Το WhatsApp σάς επιτρέπει να δημιουργήσετε διαφορετικές ομάδες για συνομιλία και ανταλλαγή μηνυμάτων. Μπορείτε να έχετε όσες ομάδες θέλετε, για την οικογένεια, φίλους, γείτονες ή ακόμη και μια ομάδα για να παρακολουθείτε μαζί την αγαπημένη σας τηλεοπτική εκπομπή.

Η δημιουργία μιας ομάδας είναι εύκολη. Κάντε κλικ στο εικονίδιο 'Chats' (Συνομιλίες) στο κάτω μέρος της οθόνης σας και μετά στο σύνδεσμο 'New Group' (Νέα ομάδα) New Group στην επάνω δεξιά γωνία της οθόνης.

Το WhatsApp θα δείχνει τώρα τις επαφές σας. Επιλέξτε τις επαφές που θέλετε να προσθέσετε κάνοντας κλικ στον κύκλο δίπλα από το όνομά τους. Dad Mobile

Αφού επιλέξετε τα μέλη της ομάδας σας, δώστε ένα όνομα στην ομάδα σας και κάντε κλικ στο κουμπί 'Create' (Δημιουργία).

Πώς να κάνετε μια κλήση

Τώρα είστε έτοιμοι να κάνετε μια κλήση! Απλά επιλέξτε την ομάδα ή το άτομο που θέλετε να καλέσετε και μετά κάντε κλικ στο εικονίδιο βίντεο για να κάνετε μια βιντεοκλήση ή στο εικονίδιο τηλεφώνου για να κάνετε μια φωνητική κλήση.

Πώς να στείλετε μήνυμα

Για να στείλετε μήνυμα με το WhatsApp είναι σαν να στέλνετε ένα κανονικό γραπτό μήνυμα. Απλά επιλέξτε την ομάδα ή το άτομο που θέλετε να στείλετε το μήνυμα και μετά πληκτρολογήστε το μήνυμά σας στο κενό πεδίο μηνύματος. Μπορείτε επίσης να στείλετε φωτογραφίες και συνημμένα επιλέγοντας το σύμβολο συν (+) δίπλα από το πεδίο μηνύματος και μετά επιλέξτε φωτογραφίες από τον άλμπουμ φωτογραφιών της συσκευής σας.

FaceTime

FaceTime είναι η εφαρμογή για βίντεο και ήχο της Apple. Όπως και το WhatsApp, χρησιμοποιεί τη σύνδεσή σας Wi-Fi ή τα δεδομένα του κινητού σας, αντί την παραδοσιακή γραμμή τηλεφώνου. Σε αντίθεση όμως με το WhatsApp μπορείτε να το χρησιμοποιήσετε μόνο από μια συσκευή της Apple για να καλέσετε μια άλλη συσκευή της Apple (iPhone, iPad , Macbook, επιτραπέζιος υπολογιστής iMac ή ρολόι Apple). Η εφαρμογή FaceTime είναι ενσωματωμένη στη συσκευή σας Apple, οπότε δεν χρειάζεται να την εγκαταστήσετε.

Πώς να ρυθμίσετε το FaceTime

Δεν χρειάζεται να ρυθμίσετε το FaceTime στο iPhone ή iPad της Apple επειδή η εφαρμογή είναι ήδη ενσωματωμένη σ' αυτή τη συσκευή.

Εάν χρησιμοποιείτε το FaceTime στον υπολογιστή σας Macbook ή iMac, θα πρέπει να εισάγετε το email και τον κωδικό πρόσβασης που συνδέεται με το Apple ID του υπολογιστή σας και μετά μπορείτε να συνδεθείτε. Μετά θα μπορείτε να κάνετε κλήσεις FaceTime από τον υπολογιστή σας Mac.

Πώς να κάνετε μια κλήση

Για να κάνετε μια κλήση FaceTime, απλά επιλέξτε το άτομο που θέλετε να καλέσετε από τις επαφές σας και μετά επιλέξτε την επιλογή FaceTime για να κάνετε την κλήση FaceTime.

Προσοχή! Είναι σημαντικό να θυμάστε ότι το Skype, το WhatsApp και το FaceTime δεν μπορούν να χρησιμοποιηθούν για επείγουσες κλήσεις στο τρία μηδενικά.

Πότε να χρησιμοποιείτε βιντεοκλήσεις

Με τους ισχύοντες νόμους κοινωνικής αποστασιοποίησης είναι πιο σημαντικό από ποτέ να συνεχίσουμε να έχουμε επαφή με φίλους και την οικογένειά μας και να επικοινωνούμε με αγαπημένα μας πρόσωπα που μπορεί να αισθάνονται ιδιαίτερα απομονωμένα. Υπάρχουν πολλοί διασκεδαστικοί και δημιουργικοί τρόποι για να χρησιμοποιήσετε τις βιντεοκλήσεις για να συνδέεστε με άλλους. Μερικά παραδείγματα είναι:

- Οργανώστε ένα εικονικό ραντεβού για μεσημεριανό γεύμα ή καφέ με φίλους, αντί να ιδωθείτε αυτοπροσώπως.
- Συνδεθείτε με φροντιστές ή γιατρούς.
- Δημιουργήστε μια διαδικτυακή λέσχη βιβλίου.
- Παίξτε διάφορα παιχνίδια με την οικογένεια ή φίλους.
- Διαβάστε ένα παραμύθι στα εγγόνια σας πριν πάνε για ύπνο.
- Μαγειρέψτε ένα γεύμα «μαζί», ο καθένας χωριστά στο σπίτι του.
- Παρακολουθήστε μια τηλεοπτική εκπομπή ή ταινία με φίλους.
- Εάν έχετε μια κινητή συσκευή, κάντε μια βόλτα ταυτόχρονα με κάποιον φίλο σας αλλά σε διαφορετικά μέρη. Μπορείτε να δείχνετε ο ένας στον άλλο το τοπίο που βρίσκεστε.

Αφιερώστε χρόνο για να ανακαλύψετε το πρόγραμμα Be Connected

Be Connected είναι ένας ολοκληρωμένος ιστότοπος με δωρεάν ενημερωτικό υλικό ειδικά σχεδιασμένο για να βοηθάει ηλικιωμένους Αυστραλούς να συνδέονται με ασφάλεια στο διαδίκτυο και να περιηγηθούν με σιγουριά στον ψηφιακό κόσμο. Ο ιστότοπος είναι επίσης χρήσιμος για οικογένειες και κοινοτικούς συλλόγους που θέλουν να βοηθήσουν τα ηλικιωμένα μέλη να έχουν πρόσβαση σε όλα τα οφέλη του διαδικτύου.

beconnected.esafety.gov.au