



# Mettersi in contatto con gli altri Edizione Covid-19

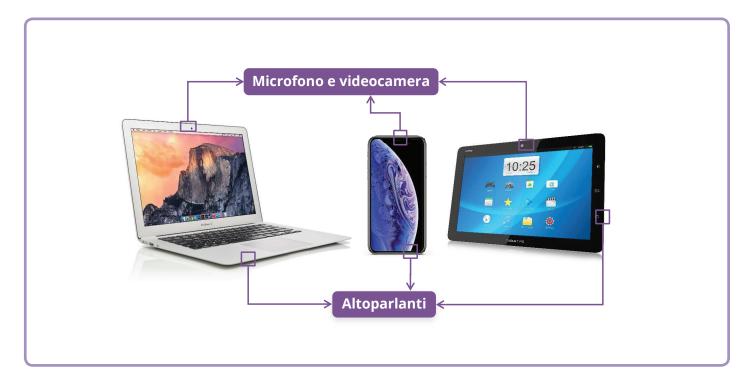
Sebbene durante la pandemia di coronavirus possa essere necessario che ti isoli fisicamente da altre persone, è essenziale che tu rimanga in contatto con familiari e amici per diminuire le sensazioni di solitudine e isolamento.

Le videochiamate, l'invio di foto e messaggi sui servizi di social media sono un ottimo modo per rimanere in contatto. Leggi questi pochi semplici suggerimenti e trucchi che ti aiuteranno ad impostare le videochiamate e i servizi di messaggistica con sicurezza.



# Come impostare le videochiamate

Per avviare la videochiamata avrai bisogno di una videocamera (chiamata webcam), un microfono e degli altoparlanti. La buona notizia è che queste cose sono solitamente integrate in dispositivi come computer desktop, computer portatili, tablet e smartphone. Tuttavia, se hai un vecchio computer desktop, potresti aver bisogno di acquistare una webcam separatamente.











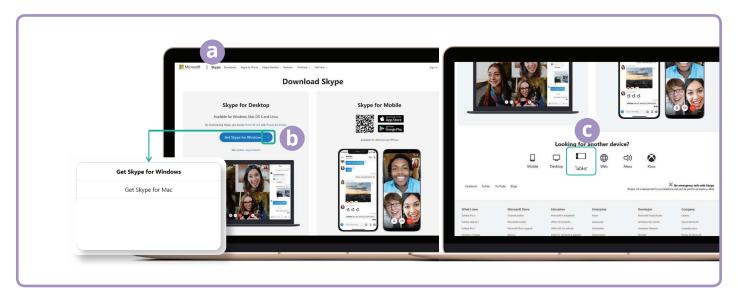
# Skype

Skype è un'applicazione (app) di telecomunicazione che ti consente di effettuare chiamate vocali e video attraverso Internet. Può essere utilizzata sia a livello locale che internazionale.

Skype consente di effettuare chiamate video illimitate ad altri utenti Skype. Non vi sono costi per chiamare un altro account Skype, però c'è bisogno dei dati mobili o di una connessione Wi-Fi. Puoi anche chiamare un numero di rete fissa o cellulare su Skype, però in questo caso c'è da pagare una piccola somma.

#### Come creare un account

Skype si può scaricare dall'Apple App Store e dal Google Play Store. Qui ti mostriamo i passaggi per scaricare Skype dal sito web:



- (a) Vai su skype.com.
- (b) Fai clic sul pulsante Scarica (Download).
- (c) Seleziona il tuo dispositivo (desktop, cellulare, tablet) e se hai un dispositivo Apple o un dispositivo Android.

Una volta scaricata l'app, ti verrà chiesto di registrarti e inserire alcune informazioni personali tra cui nome, numero di telefono e indirizzo e-mail. Ti verrà inoltre richiesto di creare una password. Ricordati di creare una password complessa e sicura.

#### Aggiungere i contatti

Una volta impostato l'account, Skype ti chiederà di iniziare ad aggiungere dei contatti alla tua rubrica. Suggerirà automaticamente le persone che sono già presenti nella rubrica del tuo telefono o della tua posta elettronica.

Fai clic sull'icona "Contatti" (Contacts), e poi sul pulsante "Nuovo contatto" (New Contact).



Digita i nomi dei tuoi amici e familiari nel campo "Trova persone" (Find people) per individuarli, seleziona la persona corretta e poi fai clic sul pulsante Aggiungi (Add).

### Effettuare una chiamata

Effettuare una chiamata su Skype è facile dopo aver aggiunto i contatti. Basta selezionare uno dei contatti dall'elenco dei contatti e poi fare clic sull'icona del video nella parte superiore destra dello schermo per effettuare una videochiamata o l'icona del telefono (s) per effettuare una chiamata audio.











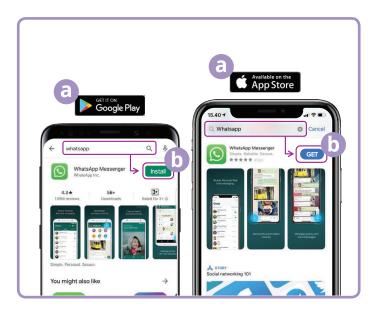
# WhatsApp

WhatsApp è un'applicazione (app) di telecomunicazione che ti consente di mandare messaggi, effettuare chiamate vocali e video sia a livello locale che internazionale. WhatsApp ti consente di inviare messaggi o chattare con singoli individui o gruppi.

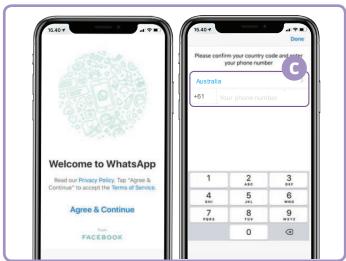
Puoi effettuare chiamate o inviare e ricevere messaggi, foto e video. WhatsApp può essere scaricata gratuitamente, però c'è bisogno dei dati mobili o di una connessione Wi-Fi per fare e ricevere chiamate.

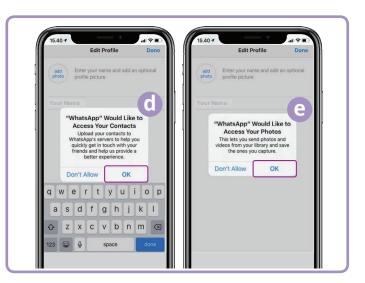
#### Come creare un account

WhatsApp si può scaricare dall'Apple App Store e dal Google Play Store. Puoi scaricare l'app sul tuo computer desktop, computer portatile o smartphone.



- (a) Vai su Google Play o sull'Apple App Store e digita WhatsApp nel campo di ricerca.
- (b) Clicca sul pulsante "Installa" (Install) o "Ottieni" (Get) per installare l'app.
- (c) Una volta scaricata l'app, ti verranno chieste una serie di domande per la registrazione tra cui numero di telefono e nome.
- (d) Consenti a WhatsApp di accedere ai tuoi contatti. Così facendo trasferirai automaticamente i tuoi contatti telefonici su WhatsApp.
- (e) Consenti a WhatsApp di accedere alle tue foto. Ciò ti consente di condividere immagini con la tua famiglia e i tuoi amici e di salvare le immagini che ti inviano.





WhatsApp ti invierà un messaggio di testo per verificare il numero di telefono e il prefisso internazionale.









#### Come creare i gruppi

WhatsApp ti consente di creare diversi gruppi con cui chattare e scambiare messaggi. Puoi avere tutti i gruppi che vuoi, per la famiglia, gli amici, i vicini o anche un gruppo con cui guardare il tuo programma TV preferito.

Creare un gruppo è facile. Fai clic sull'icona "Chat" (Chats) nella parte inferiore dello schermo e poi sul link "Nuovo gruppo" (New group) in alto a destra dello schermo.

WhatsApp ora mostrerà i tuoi contatti. Seleziona i contatti che desideri aggiungere facendo clic sul cerchio accanto al loro nome.

Dopo aver selezionato i membri del gruppo, dai un nome al gruppo e fai clic sul pulsante "Creat" (Create).

#### Come fare una chiamata

Ora sei pronto per fare una chiamata! Basta selezionare il gruppo o la persona che vuoi chiamare e poi fare clic sull'icona del video per effettuare una videochiamata o sull'icona del telefono per effettuare una chiamata audio.

#### Come mandare un messaggio

Inviare un messaggio attraverso WhatsApp è come inviare un normale messaggio di testo. Basta selezionare il gruppo o la persona a cui desideri inviare un messaggio e digitare il messaggio nel campo del messaggio vuoto. Puoi anche inviare immagini e allegati selezionando il simbolo del segno più accanto al campo del messaggio, 

persona del messaggio, e poi selezionando le foto dalla galleria del tuo dispositivo.

#### **FaceTime**

FaceTime è il servizio di Apple per effettuare chiamate audio e video. Come WhatsApp, utilizza la tua connessione dati Wi-Fi o mobile invece delle tradizionali linee telefoniche. Tuttavia, a differenza di WhatsApp, puoi utilizzarlo solo da un dispositivo Apple per chiamare un altro dispositivo Apple (iPhone, iPad, Macbook, computer desktop iMac o Apple Watch). L'app FaceTime è integrata nel tuo dispositivo Apple, quindi non è necessario installarla.

#### Configurare FaceTime

Non devi configurare FaceTime sul tuo iPhone o iPad poiché l'app è già integrata nel dispositivo.



Se stai utilizzando FaceTime sul tuo Macbook o desktop iMac, dovrai inserire l'indirizzo e-mail e la password dell'ID Apple e quindi accedere. Sarai poi in grado di utilizzare FaceTime dal tuo Mac.











#### Come fare una chiamata

Per effettuare una chiamata con FaceTime, basta selezionare la persona che desideri chiamare dai tuoi contatti e poi selezionare l'opzione FaceTime per effettuare una chiamata FaceTime.

Nota bene! È importante ricordare che Skype, WhatsApp e FaceTime non possono essere utilizzati per chiamate di emergenza a Triple Zero.



### Quando usare le videochiamate

Con le attuali leggi sul distanziamento sociale in atto, è importante più che mai rimanere in contatto con i nostri amici e familiari e sentire i nostri cari che possono sentirsi particolarmente isolati. Esistono molti modi divertenti e creativi per utilizzare le videochiamate per mettersi in contatto con gli altri. Alcuni esempi sono:

- Organizza un pranzo virtuale o un appuntamento per prendere un caffè con gli amici invece di trovarti di persona.
- · Mettiti in contatto con operatori sanitari o medici.
- · Crea un club del libro online.
- · Gioca a sciarade o "vedo vedo" con gli amici o la famiglia.
- · Leggi una storia della buonanotte ai tuoi nipoti.
- Cucina qualcosa "insieme", ma ognuno a casa propria.
- Guarda un programma TV o un film con gli amici.
- Se hai un dispositivo cellulare, fai una passeggiata insieme a un amico in posti diversi. Potete mostrarvi il paesaggio in cui vi trovate.



# Scopri con calma Be Connected

Be Connected è un sito web completo con risorse gratuite appositamente progettato per assistere le persone anziane australiane a connettersi online senza correre rischi e a navigare in modo sicuro nel mondo digitale. Il sito è utile anche per le famiglie e le organizzazioni comunitarie che vogliono aiutare i membri più anziani della comunità ad accedere a tutti i vantaggi di Internet.

beconnected.esafety.gov.au



