

प्रवासी नेपाली थेन थेनिला थेत्मादा डिजिटल
प्रविधिला सुरछित, विवेकपूर्ण थेन गोपनीय प्रयोग
: डिजिटल प्रविधिला प्रयोगला अनुभव लहाना
आरेबाजुगुदा सल्लाह



स्रोत: टिम अनविन



UNESCO Chair
in ICT4D

WP9 रि MIDEQ हबला योगदानस्वरूप
नेपालरि मुबा प्रवासी समुदायथेन लाबा
सहकार्यरि ICT4D रि UNESCO Chair से
सहजिकरन लाबा हिन्ना ।



unesco
Chair

तालिमला दोखाड



प्रवासनको प्रभाव बारे छलफल गर्दै प्रवासी नेपालीका श्रीमती (स्रोत: अनिता घिमिरे)



UNESCO Chair
in ICT4D

डिजिटल प्रविधिला प्रयोगग्याम उचित लाभ किन्सि
प्रवासी समुदायला जनजीवन थि:बारि प्रवासी नागरिक
थेन थेनिगादेला थेत्माला सदस्यदा चुराड्बा प्रविधिला
सुरछित, विवेकपूर्ण थेन गोपनीय प्रयोगला आधारभूत
जानकारी पिन्बारि हिन्ना।



unesco
Chair

डिजिटल प्रविधि बिबा तिला हिन्ना ?

- सुचना किन्बा दोन्बा थेन थान्बारि प्रयोग लाबारि बुजुलीग्याम चालाबतामा यन्त्र थेन प्रणाली
 - 0 थेन १ अङ्कला प्रयोग लासि प्रस्तुत लाबा मौलिक डाटा
- उदाहरणजुगु
 - रेडियो
 - एकोहोरो सूचना प्रवाह लाबा
 - सामान्य मोबाइल फोन
 - फोन कल लाबारि थेन सन्देश (मेसेज) पित्पारि
 - इन्टरनेट
 - विश्वव्यापी सञ्जाल ताबा सुचना (डाटा) प्रणाली
 - “स्मार्ट फोन”
 - इन्टरनेट थुत्पारि खाम्बा फोन
 - ट्याबलेट थेन कम्प्युटर (ल्यापटप थेन डेस्कटप)
 - ल्हानान सुचना (डाटा) ला भण्डारण लाबारि थेन ग्रेन स्क्रिनरि सुचना प्रवाह लाबारि प्रयोग लाबा ग्रेन थेन शक्तिशाली यन्त्र।



सौर्य उर्जा बाट चलने रेडियो तथा ब्याट्री चार्जर
स्रोत: टिम अनविन

डिजिटल प्रविधिला ज्याबा सम्भावना

- राड्ला थेत्माथेन सम्पर्क लाबारि रोलाबा
- रोजुगुथेन तोबा सुचनादा सेयर लाबारि खाम्बा
 - सान्युर
 - ग्या म्हाइबा उयाय
- (लुइ, ह्युल्बाला सुरक्षा थेन रोजगार राड्बा) ल्हानान निकायग्याम दोन्बा सेवारि दोबारि खाम्बा
 - सरकारी
 - निजि कम्पनी
 - गैर-सरकारी
- राड्दा अण्ठेरो तामा : उद्धार थेन राड्ला ह्युल याइबारि ताबा
- राडसे सोबा न्होरला व्यवस्थापन लाबारि थेन लेड्बा टाडा दिमरि पित्पारि
- ग्योत थेन अनुवाद लाबा
- राड खानाड मुला बिसी थाहा याड्बारि
- स्यान स्यान ल्हानान ...



श्रीमानले विदेशबाट पठाइदिएको ट्याबलेट खुसीसाथ देखाउँदै एक महिला
(स्रोत: अनिता घिमिरे)

चुला फाइदा किन्बारि डिजिटल
प्रविधिदा तिरेम नोन सुरछित, विवेकपूर्ण
थेन गोपनीय रूपरि प्रयोग लाबारि
तोमुला



स्रोत: टिम अनविन



UNESCO Chair
in ICT4D

गोतोबा ताम, सेनासेनान वा आसेना लाबा
डिजिटल प्रविधिला दुरुपयोगसे ह्याडदा
ल्हानान हानि तामुला



unesco
Chair

डिजिटल प्रविधिला सकारात्मक उपलब्धी खाइमा तामुला बिसाम ...

- प्रवासी नागरिक थेन थेतमाला सदस्यरि आधारभुत डिजिटल साक्षरता तामा
 - डिजिटल प्रविधिला प्रयोग लाबारि खाम्मा
- होत्छेम, डिजिटल प्रविधिदा
 - सुरक्षितरूपरि प्रयोग लामा
 - सुरक्षित अभ्यासजुगुला प्रयोगरि सुनिश्चित लामा
 - विवेकपूर्ण ढंगसे प्रयोग लामा
 - डिजिटल प्रविधिदा उपयुक्त ग्यातला लागिरि प्रयोग लामा
- भरपर्दो थेन गोपनीयरूपरि प्रयोग लामा
 - डिजिटल प्रविधिला प्रयोगरि खाम्दे दोना सुरक्षा थेन गोपनीयताला सुनिश्चित लामा
 - होराड आतासाम राङ्ला मोकोन ताम ग्यापसेला म्हिसे थाहा याङ्मुला ।



स्रोत: टिम अनविन

१. चुला सुरु डिजिटल प्रविधिला आधारभूत प्रयोग ग्याम तातोमुला



स्रोत: टिम अनविन



UNESCO Chair
in ICT4D

प्रयोग लाबारि सेमा हेन्छे ज्हेन डिजिटल प्रविधिग्याम
ह्याडसे ल्हान ताम लाबारि खाममला । खाला
दामानसे नोन डिजिटल प्रविधिर्लो सेवा प्रयोगकर्ता
द्होसि लोप्पारि खाम्ला!



unesco
Chair

सामान्य मोबाइल फोनला प्रयोग

- सामान्य फोनग्याम राडला थेत्मा थेन रोजुगुदा फोन लाबारि थेन मेसेज पित्पारि खाम्मुला
- गोतोबा ताम तिला बिसाम डिजिटल फोन खाराड लासि प्रयोग लाबा मुबा बिसि गोबारि खाम्ला
 - होत्छेम चुदा ज्यानाले गोसि थेन सावधानीसे प्रयोग लातोमुला
- चु बिजुलीग्याम चलाब ताबासे चुदा आम्लेत्ना चार्ज लातोमुला
 - चु ल्हानान तरिकाग्याम लाबारि खाम्ला
- चुदा प्रयोग लाबारि फोनदा नेटवर्करि थुत्तोबा मुला
 - फोन सेवा दोन्बाथेन एकाउन्ट सोसि सिमकार्ड दर्ता लातोमुला
 - प्रीपेड सिमकार्ड (तोबा दुइरि ब्यालेन्स रकम भाबारि खाम्ला)
 - बिगे, रिड्बा दुयुदा सम्झौता लासि (पोस्टपेड)
 - फोन प्रयोग लाबारि फोन दोन्बादा सेवा दोबा ग्लारि तोमुला
 - सेवा दोन्बाथेन राडला मिनला खाता (सिमकार्ड) किन्बा
 - होजा फोन दोन्बाला नेटवर्क मुबा ग्लारि तोमुला ।



नोकियाको सामान्य मोबाइल फोन
स्रोत: टिम अनविन

(फोन) नेटवर्करि थुत्पा : सिमकार्ड

- सिमकार्ड
 - फोन नेटवर्करि थुत्पारि
- फरकफरक कम्पनी थेन सिमकार्ड
 - कम्पनी अनुसार फरक दर
 - स्यान स्यान सेवा
- दस्तुर
 - प्रिपेड (तोबा बिमा डाच्छा फाबा)
 - सम्झौता (बैंकला खाताग्याम ला लारि फाबा)
- राडऱदा तोवा आन्सारला सेवा दोन्बारि खाम्बा फोन कम्पनीदा दाम्बा



केही सिमकार्ड
स्रोत: टिम अनविन

(नोट: सिमको पूरा नाम सब्स्क्राइबर आइडेन्टिफि मोड्युल हो ।)

स्मार्टफोनला प्रयोग

- स्मार्टफोनग्याम इन्टरनेटरि थुत्पारि खाम्ला
 - चुला लागिरि राड नेटवर्क प्रदायकसे सेवा दोन्बा थुमरि तातोमुला
 - तर चुगादे ग्लुबा थेन प्रयोग लाबारि स्यान बिमा महंगो तामुला
- फोन लाबारि थेन मेसेज पित्पारि नोन प्रयोग लाबारि खाम्मुला
- ल्हानान थरिला ग्यातरि चुरि विभिन्न प्रकारला एप्लिकेसन (एप्स) नोन थान्बारि खाम्ला
 - टाडा आतोबाइ तामुला, ल्हानान चा ग्लुसि प्रयोग लातोबा तामुला
- एप्स थेन प्लेटफर्मला उदाहरण
 - इन्टरनेटरि थुत्पाला लागिरि
 - सामाजिक सञ्जाल थेन मेसेज आदानप्रदान लाबारि (पाङ्गे : ह्वाट्स्याप, फेसबुक, भाइबर, टिकटक)
 - अनलाइनला खेल क्लाड्बारि
 - फिलिम च्याबारि
 - टाडा फाबारि
 - दिरि हुन्बा राड्बा तोबा प्लेटफर्म वा एप्सरि दोबारि
 - वैदेसिक रोजगार विभाग थेन <https://pardesi.org.np>

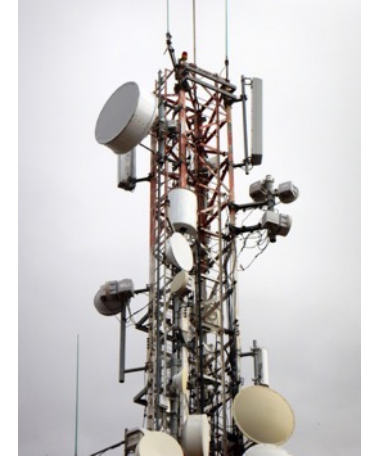


स्मार्टफोन

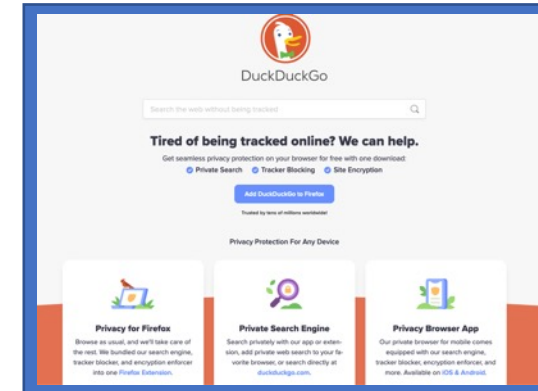
स्रोत: टिम अनविन

इन्टरनेटमा जोडिने

- 'इन्टरनेट' वा 'नेट' बिबा तिला हिन्ना ?
 - 'अनलाइन' रि निसि दोबारि खाम्बा विश्वव्यापी कम्प्युटरला सञ्जाल
- वर्ल्ड वाइड वेब (वा वेब) बिबा तिला हिन्ना?
 - इन्टरनेटि थुत्मा हेन्छे म्राड्बा पेज तथा सुचनाजुगु
- मोबाइल नेटवर्क (डाटा) थेन वाइफाइग्याम इन्टरनेटला जडान
 - मोबाइल डाटा प्याकेज
 - वाइफाइला को प्रयोग (तर डाटाला सुरक्षाला तामरि सचेत तातोमुला)
 - सार्वजनिक (खाइमा गिक निशुल्क याड्बा) थेन निजि वाइफाइ नेटवर्क
- इन्टरनेट ब्राउजरला प्रयोग लासि सुचना म्हाइबा
 - क्रोम (गुगल), सफारी, फायरफक्स, डकडकगो राड्बा लोकप्रिय ब्राउजर
- अन्तरक्रिया : एपजुगु मार्फत काइ, ब्रिबा सन्देश, भिडियोला प्रयोग लाबान

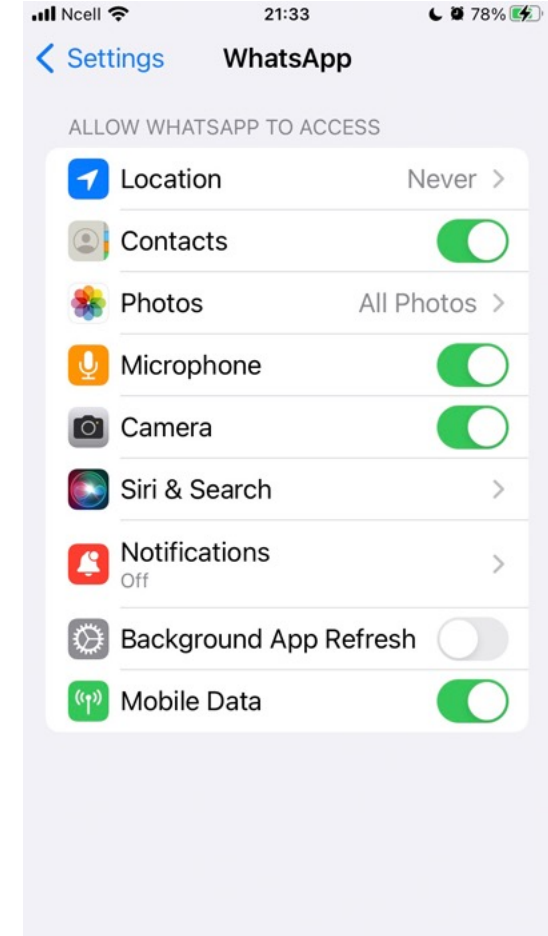


मोबाइल जडानको को लागि प्रयोग गरिने मास्ट (टावर)
स्रोत: टिम अनविन



डिजिटल साक्षरता थेन सुचनाला साक्षरता

- डिजिटल साक्षरता (GSMA guide नोन च्यागो) :
 - हार्डवेयरका प्रभावकारि प्रयोगला ताम
 - मोबाइल फोनसे लाबारि खाम्बा मोककोन ग्यात
 - फोनला स्क्रिन
 - किबोर्ड
 - फोनला स्यान स्यान प्रयोग- पाङ्गे टर्चलाइट
 - सफ्टवेयरला प्रभावकारि प्रयोग
 - ल्हानान एप्सजुगु प्रयोग लाबारि लोप्पा
 - एप्सला सेटिड गोबा थेन तोबा आन्सारला परिवर्तन लाबा
 - बिसेस लासि सामाजिक सञ्जाल (फेसबुक, ट्विटर) थेन मेसेज लाबा एप्स (व्हाट्सएप, सिग्नल)
- सुचनाला साक्षरता :
 - इन्टरनेटरि याड्बा जानकारी साँचो हिन्ना वा आहिन खाराडलासि थाहा याड्बा
 - याड्बा जानकारी विश्वसनीय थेन तथ्यपरक मुला वा आरे ?



न्हान

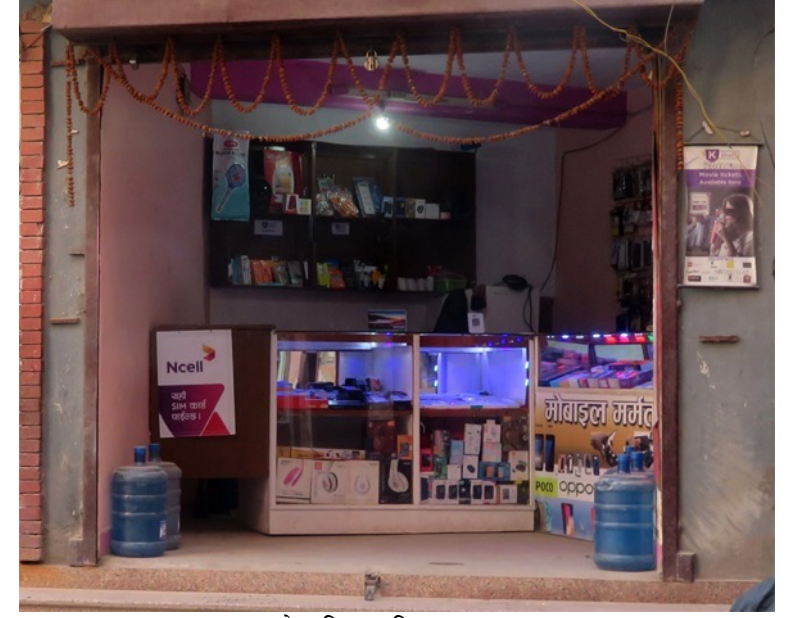


UNESCO Chair
in ICT4D



unesco
Chair

२. डिजिटल प्रविधिला सुरक्षित प्रयोग



स्रोत: टिम अनविन



UNESCO Chair
in ICT4D

“डिजिटल प्रविधिला प्रयोग लामा
राड् थेन स्यान खालाइला हानि
आतागाइ”



सुरछित ताबा ग्रेन उपायजुगु : सम्भावित जोखिम गोतोला

- हानि ताखाम्बा तामजुगु ज्यानाले गोतोमुला
 - खालाइसे टूयाक लाबान मुला (च्याबान मुला) वा
 - अनलाइन दुर्व्यवहार थेंन उत्पिडन
 - धम्कि
 - टाडा वा कागजात न्होडना गिक लाबा ठगी
 - डिजिटल प्रयोग लामा कम्पनीदा पिन्बा विवरण
 - पातिक चाबारि आखाम्बा ताम मुसाम, होजा ताम देन्बा हिन्ना सेम ...
- होराड तासाइ नोन चुग्यामसे ल्हानान लोड्तोबाला आरे
 - राड सचेत ताड, होच्छेम सुरछित थेंन गोपनीय प्रयोग लाड
 - होजाग्याम डिजिटल प्रविधिला खाम्दे फाइदा किन्बारि खाम्गाइ ।



<https://www.oceanpointins.com/ri-business-insurance/cyber-liability-insurance/8-common-hacking-techniques/>

सुरछित ताबा ग्रेन उपायजुगु : सुरछित ताबा बानि

- सुरछित अनलाइनरि चिबा बानि लातोमुला
 - राडदा प्रयोग लाबारि सेम ताबा एप्स थेन प्रविधिजुगु ज्यानेले गोउ
 - स्यानदा हानी ताबा स्यान तामजुगु सेयर आलाउ
 - स्यानदा न्होडना लाबा तामजुगु आलाउ
 - राडदा सेम आताबा एप्स थेन प्लेटफर्मरि आचिउ
 - स्यान खालाइदा ओन्छाडरि पाडबारि आखाम्बा ताम अनलाइनरि आपाडो / आब्रिउ
 - राडदा थाहा आरेबा वेबसाइटजुगु आठोङ्गो
 - Check link begins with “https” rather than just “http”
 - “http” बिबा बिमाय नोन “https” ब्रिबा वेबसाइटजुगु च्यागो
 - खाइमादामान जोखिमरि मुबाजुगुदा जोगाप लासि थानो (उदाहरण कोलाजुगु)
 - बास्तविक म्राड्बा तर कम्प्युटरग्याम सोबा “डिप फेक” ग्याम सचेत ताउ



सुरक्षित ताबा ग्रेन उपायजुगु : प्राविधिक

- दिरि पिन्बाजुगु राड्बा तिलाइ मुसाम योनान रिपोर्ट लाउ (एप्स न्हाडरिन वा स्यान निकायजुगुरदा जानेकारी पिनी) :
 - फिसिड (Phishing) : झुक्याप लासि गलित लापुड्बा
 - राडदा ज्यानाले निश्चित आरेबा लिंकजुगुरि खाइमाइ क्लिक आलाउ
 - ह्याकिड (Hacking) : अनाधिकृत रूपरि डिजिटल प्रणाली न्होड्ना लाबा, तोडफोड लापिन्बा
 - अनलाइन घोटाला (Scam) : ल्हानान प्रकारला ठगी - टाडा ह्यो लाबा या व्यक्तिगत विवरण थेन कागजातजुगु दोन्ना लाबा
 - QR कोडला प्रयोग्याम लाबा घोटाला हिन्ना वा आहिन बिबा तामरि सतर्क ताउ
- प्रमाणीकरण
 - पासवर्ड (अनलाइन प्रयोगलामा जटिल थेन मौलिक पासवर्ड) प्रयोग लाउ
 - गोर १० अड्क वा चिन्ह, स्यान सड्केत, होत्छेम ग्रेन थेन जाजा अक्षर डिकना लासि सोऊ
 - याजुम्बिला छाप थेन लिस्पाल राड्बा बायोमेट्रिक प्रमाणीकरण
 - मल्टी-फ्याक्टर (गिक बिमा ल्हानान प्रमाण)
 - उपकरण पहिचान (endpoint सुरक्षा : हानि लाबा तामग्याम उपकरणदा सुर्छित थानो)
 - सामाजिक सञ्जाल वा स्यान अनलाइन प्लेटफर्मरि अन्तरक्रिया लासिचिबा व्यक्तिला खास पहिचान सुनिश्चित लाउ।



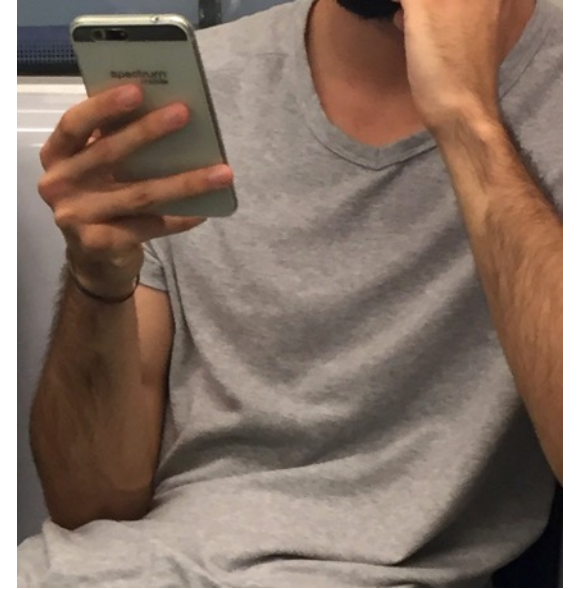
TIME IT TAKES A HACKER TO BRUTE FORCE YOUR PASSWORD IN 2023

Number of Characters	Numbers Only	Lowercase Letters	Upper and Lowercase Letters	Numbers, Upper and Lowercase Letters	Numbers, Upper and Lowercase Letters, Symbols
4	Instantly	Instantly	Instantly	Instantly	Instantly
5	Instantly	Instantly	Instantly	Instantly	Instantly
6	Instantly	Instantly	Instantly	Instantly	Instantly
7	Instantly	Instantly	1 sec	2 secs	4 secs
8	Instantly	Instantly	28 secs	2 mins	5 mins
9	Instantly	3 secs	24 mins	2 hours	6 hours
10	Instantly	1 min	21 hours	5 days	2 weeks
11	Instantly	32 mins	1 month	10 months	3 years
12	1 sec	14 hours	6 years	53 years	226 years
13	5 secs	2 weeks	332 years	3k years	15k years
14	52 secs	1 year	17k years	202k years	1m years
15	9 mins	27 years	898k years	12m years	77m years
16	1 hour	713 years	46m years	779m years	5bn years
17	14 hours	18k years	2bn years	48bn years	380bn years
18	6 days	481k years	126bn years	2tn years	26tn years

 [Learn how we made this table at hivesystems.io/password](https://hivesystems.io/password)

मोबाइल प्रयोग लाभा उपयोगी ताबा सुझाव : दिनाउनु अभ्यास लास्युगो

- डाच्छा खालाइसे प्रयोग लाबा (सेकेन्ड-ह्यान्ड) फोन प्रयोग लाबा बिमा डाच्छा "फ्याक्ट्रि रिसेट" लाउ । चु लामा फोनरि मुबा मोकोन डाटा थेन सुचना मेटापूतामुला।
- राड्ला एप्स थेन अपरेटिड सिस्टमरि छार संस्करण अपडेट लासि अद्यावधिक लाउ।
- राड्ला सिमकार्डला सेटिड डिक्ना लाबारि वा एकाउन्टरि टाडा (ब्यालेन्स) भाबारि राड्ला सेमसे डाबा म्हिदा ज्हेन पाडो।
- राड्ला पासवर्ड खाइमाइ स्यानदा आपाडो (होत्छेम जटिल पासवर्ड प्रयोग लाउ)
- फोनदा जोगाबा लाबारि बाड्बा खोल थेन स्क्रिन कभर थानो ।
- फोन खालाइसे ह्यो लामा वा म्हामा फोनरि थान्बा व्यक्तिगत विवरणला मात्रादा च्याड्ना लाउ।



स्रोत: टिम अनविन

डिजिटल प्रविधिला प्रयोग लामा सांस्कृतिक मान्यतारि सचेत तातोमुला



UNESCO Chair
in ICT4D

- राड आप्रवासी तामा हेन्छे ग्यात लाचिबा ग्लाला स्थानिय रिमठिम थेन नियमकानुनजुगु सेतोमुला
- ल्हानान ह्युलरि केही ग्लाजुगुरि फोटो खिचाप आलाबा ठिक म्हानमुला बिगे
 - सरकारी भवन थेन सैनिक इलाका
 - प्लेन थेन विमानस्थल
 - दुर्घटना ताबा ग्लाजुगु
- स्यान म्हिला गोपनीयताला सम्मान लाबान स्वीकृति आकिन्ना फोटो खिचाप आलाउ
 - विशेषे सासि प्रिडकोला थेन थेत्माजुगुला
- सेल्फि किन्मा राडले झेन किन्तोबा मुला



दुबईमा आप्रवासी श्रमिक
स्रोत: टिम अनविन

न्हान



UNESCO Chair
in ICT4D



unesco
Chair

३. डिजिटल प्रविधिदा खेन्सि ज्यानाले प्रयोग



स्रोत: टिम अनविन



UNESCO Chair
in ICT4D

“ज्यानाले सेमरि खेन्सि थेन म्हानसि डिजिटल प्रविधिला प्रयोग”



unesco
Chair

डिजिटल प्रविधिदा ज्यानाले खेन्सि प्रयोग लातोबा ग्रेन उपायजुगु : तिला लाबा ?

- राडदा तोबा आनुसारला उत्पादनशील सोसि प्रयोग लाउ
 - कम्पनी वा सरकारसे पाड्बा आन्सार प्रयोग लाबारि बाध्य आरे
- अनलाइनरि राड्से पाड्बा थेन ब्रिबा तामरि सचेत ताउ
- राड्से प्रयोग लाबा प्रविधि थेन एप्स प्रयोग लाबा तामरि तोदे जानकारी थानो
 - नियम थेन सर्तजुगु ज्यानाले डोगो
 - सेटिडजुगु डिकना लाउ
- म्हान तोबा तामजुगु : तिरेम अनलाइरि पोस्ट लाबा ताम खाइमाइ मेटापआताबा लासि खानाइ न खानाइ चिमुला
- सामाजिक सञ्जालला प्रयोग लामा संवेदनशील थेन विनम्र ताउ
- खाइमा गिक डिजिटल प्रविधिग्याम थारिड ताउ
- गिक बिमा ल्हानान इमेल थेन प्रयोगकर्ताला ID सोबा तामरि म्हानो (किनमेल लाबारि आइडि गिक जेन थानो)
 - होत्छेम आपत्कालीन प्रयोग लाबारि फोनदा 'स्वच्छ' थानो ।



डिजिटल प्रविधिदा खेन्सि प्रयोग लातोबा ग्रेन उपायजुगु : तिला आलाबा ?

- राडदा सेम आनिबाजुगु खाल्दामानसे च्याबारि ताबा लासि तिल्दामान ताम पोस्ट आलाउ
 - राडसे लाबा पोस्ट खालासे च्याबारि खाम्ला ?
 - राड्ला न्हाडतामजुगु प्राइभेसि सेटिडरि डिकना लाउ
 - राडला सेम आछुमा वा सेम आताबा द्युरि पोस्ट आलाउ
- राडदा विश्वास आरेबा वा शंका ताबा खाचिबाइ मेसेज वा लिंक खाइमाइ आठुडो, जोवाफ आपिनो
विशेस लासि बैकसे पित्पा राडबा म्राड्बा मेसेजजुगु
- राडला द्युदा खेरो आलाउ
 - सामाजिक सञ्जाल ग्याम अनलाइन गेम क्लाड्सि
 - टाडारि अनलाइन जुवातास कलाडसि
 - डिजिटल हिंसा
- टाडा बर्बाद आलाउ
 - पाड्गे टिकटकरि गिफ्ट पिन्सि
- डिजिटल प्रविधिला जोखिम आकिनो
 - पाड्गे, क्रिप्टो मुद्रारि लगानि
- डोआसेबा 'ट्रोल'ला आक्रमणग्याम थारेड चिउ – होराड्बा आक्रमण तासाम खाइमाइ उत्तेजित तासि प्रतिक्रिया आपिनो ।
 - चुसे ल्हानान न्होडना लामुला ।



स्रोत: टिम अनविन

न्हान



UNESCO Chair
in ICT4D



unesco
Chair

४. डिजिटल प्रविधिको गोपनीय प्रयोग



<https://www.smartcitiesworld.net/ai-and-machine-learning/ai-and-machine-learning/ai-expands-capabilities-of-surveillance-and-public-safety-tech>



UNESCO Chair
in ICT4D

“डिजिटल प्रविधिदा भरपर्दो थैन गोपनीय रूपरि
प्रयोग लाऊ”



unesco
Chair

<https://www.telegraph.co.uk/news/2018/11/06/chinese-surveillance-grows-stronger-technology-can-recognise/>

<https://ict4d.org.uk>

See also video at

<https://www.facebook.com/scmp/videos/246038106344865/?t=34>

डिजिटल प्रविधिला सुरक्षित प्रयोगला ग्रेन उपायजुगु – सामाजिक आचरण



UNESCO Chair
in ICT4D

- खालाग्याम सुरक्षित थेन गोप्य चिबा ?
 - सरकार
 - राड्से म्हान्गो मोबाइल उपकरणजुगु निगरानी लाबारि प्रयोग लामुला
 - निजि कम्पनी
 - म्हान्तोबा ताम : लहानान सामाजिक मिडिया कम्पनीजुगुसे आइ डा राड्बासे होस्नोन दोन्बा डाटाग्याम नोन टाडा सोबा लामुला !
 - स्यान्दो म्हि
 - खालाइ खालाइसे डिजिटल प्रविधिला प्रयोग लासि ह्याडदा ड्याक्पारि म्हाइमुला



स्रोत: टिम अनविन

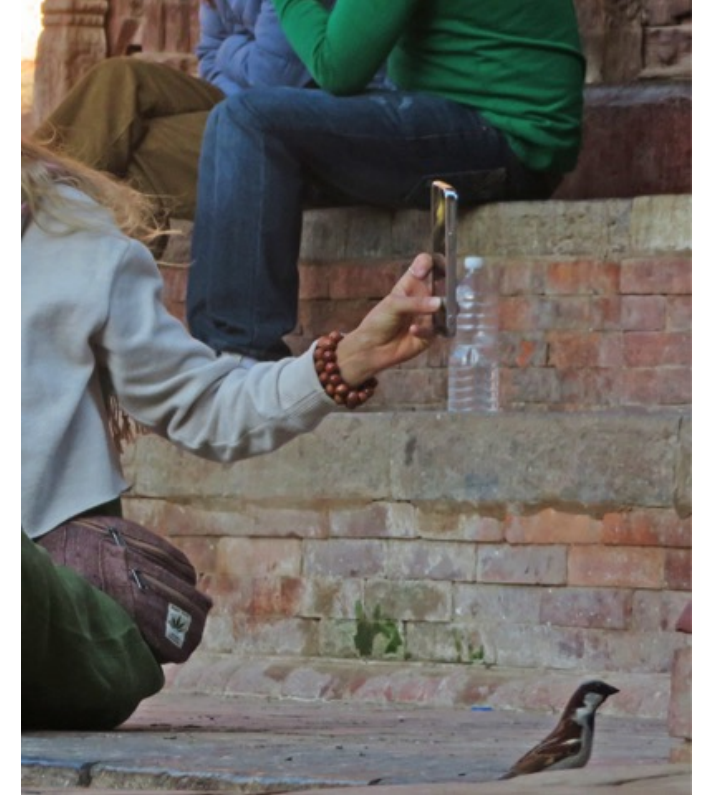
डिजिटल प्रविधिला सुरक्षित प्रयोगला ग्रेन उपायजुगु

: व्यावहारिक ताम



UNESCO Chair
in ICT4D

- राडसे प्रयोग लाबा सफ्टवेयरदा खाम्देदोना अद्यावधिक अपडेट लाथानो
 - एप्सला दोक्से बिमा लिसाडला संस्करणजुगुरि सुरक्षाला प्रावधान सुधार लाबा तामुला
- सम्भव मुबागादे अनुमतिजुगु (कुकिज) बन्द लाउ
 - आरेना आताबा कुकिजजुगुदा थान्बा (वा मोकोन कुकिजदा अस्वीकार “रिजेक्ट” लाउ)
 - चुराड लामा अनलाइनरि लाबा मोकोन ग्येला विवरण अनुमति आपिन्बा कम्पनीजुगुरि आदोमुला
- भर्चुअल प्राइभेट नेटवर्क (भीपीएन) ला प्रयोग लासि इन्टरनेट चलापलाबाला ताम
 - चुराड्बा नेटवर्कसे प्रयोगकर्ताला डिजिटल ग्ला थेन पहिचान सुम्मुला होत्छेम “अज्ञात” सोमुला ।



स्रोत: टिम अनविन

न्हान



UNESCO Chair
in ICT4D



unesco
Chair

टा ताम : म्हान्गो



स्रोत: टिम अनविन



UNESCO Chair
in ICT4D

- तिला चु सुरछित मुला ?
- तिला चु विवेकपूर्ण मुला ?
- तिला चु गोपनीय थेन भरपर्दो मुला ?



सेमरि थान्तोबा तामजुगु : सुरक्षित, विवेकपूर्ण थेन गोपनीय हिन्ना



UNESCO Chair
in ICT4D

तिक लाउ



- डिजिटल प्रविधिदा खाराडले लातोबा ज्यानाले लोपो
- खालाइसे आसेबा जटिल थेन बाडबा पासवर्ड थानो
- गिक बिमा ल्हानान प्रमाणीकरणला उपाय प्रयोग लाउ
- राडसे प्रयोग लाबा एप्स थेन सफ्टवेयर प्रणाली बेलाबेलारि अपडेट लाउ
- सामाजिक सञ्जालरि सचेत ताउ थेन बिनम्र ताउ
- डिजिटल प्रविधिरि ल्हानान आचिउ।

तिक आलाउ



- राडला पासवर्ड स्यानदा आपाडो
- खाम्दे दोना डिजिटल प्रविधिला प्रयोग आलाउ
- राडसे आसेबा अपरिचित मेसेजजुगु आच्यागो/जवाफ आपिनो
- डिजिटल प्रविधि थेन सामाजिक सञ्जालग्याम राडला औकात बिमा ल्हाना टाडा खर्च आलाउ
- डोआसेबा अपरिचित म्हिदा अनलाइनग्याम टाडा वा महत्त्वपूर्ण कागजात आपितो
- राडदा सेम आनिबा खालदामानसे च्याबारि ताबा लासि तिकदामान ताम अनलाइनरि पोष्ट आलाउ ।

चु तालिम लाबा साइस्येला विकास (२०२२ - २३)



UNESCO Chair
in ICT4D

AuraEd, हाम्रोपात्रो, Helvetas SaMi,
NNSM, पौरखी, PNCC, NIC, NISER,
याम्बुरि मुबा UNESCO कार्यालय, उज्यालो,
गण्डकी विश्वविद्यालय, MRC पोखरा, र NEST
पोखराला गेजाड थेन उज्यालोसे डिक्सिस सोबा

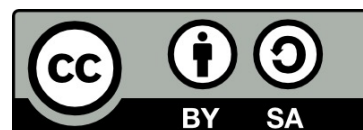


MIDEQ हब (2019–2024) रि UKRI GCRF ला न्होरसे रोलासि

छयामरि स्यान रोलाबा गेन्दुनजुगु

GSMA™





यो कामलाई क्रिएटिभ कमन्स – एट्रिब्युशन 4.0 अन्तर्राष्ट्रिय लाइसेन्स अन्तर्गत इजाजत प्राप्त छ ।
<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/> यो दस्तावेजको कुनैपनि अंश अनुमति बिना पुनरुत्पादन गर्न सकिनेछ, तर
सो कार्य गर्दा ICT4D मा UNESCO Chair, रोयल होलोवे, लन्डन विश्वविद्यालय, र लेखकहरूलाई साभार गरिनुपर्नेछ । यसमा रहेका
जानकारी स्वतन्त्ररूपमा प्रयोग गर्नुहोस्, तर यसको कुनैपनि सम्पादित अंश प्रयोग गर्दा कृपया यसमा समावेश गरिएका कार्यहरूको
प्रतिलिपि अधिकारको सम्मान गर्नुहोस् ।