

प्रवासी नेपाली ओ परिवारके सदस्यके लाग डिजिटल प्रविधिके सुरक्षित, विवेकपूर्ण ओ गोपनिय प्रयोग: डिजिटल प्रविधिके प्रयोग सम्बन्धी कम अनुभव रहल हुकनके लाग सल्लाह



श्रोत: टिम अनविन



UNESCO Chair
in ICT4D

WP9 मे MIDEQ हबके योगदान स्वरुप नेपालके प्रवासी
समुदायसंगके सहकार्यमे
ICT4D मे UNESCO Chair द्वारा सहजीकरण करगिल



unesco
Chair

<https://ict4d.org.uk>

यि तालिमके समग्र उदेश्य



प्रवासके प्रभावबारे छलफल करटी प्रवासी नेपालीके जनी
(श्रोत: अनिता घिमिरे)



UNESCO Chair
in ICT4D

डिजिटल प्रविधिके प्रयोग सम्बन्धी अनुभव कम रहल प्रवासी नागरिक ओ ओइनके परिवारहे अइसिन प्रविधिसे उचित लाभ लेके समग्र जनजीवन उप्पर उठाइक लाग अइसिन प्रविधिके सुरक्षित, विवेकपूर्ण ओ गोपनीय प्रयोगसम्बन्धी आधारभूत जानकारी डेना



unesco
Chair

डिजिटल प्रविधि कलक का हो ?

- सूचना आदानप्रदान ओ भण्डारण करक लाग प्रयोग करना बिजुलीसे चलना यन्त्र या प्रणाली
 - ० ओ १ अंकके प्रयोग करके प्रस्तुत करना मौलिक डाटा
- कुछ उदाहरण
- रेडियो
 - एक्के ओरसे सूचना प्रवाह करना
- सामान्य मोबाइल फोन
- कल करना या सन्देश (मेसेज) पठइना
- इन्टरनेट
 - विश्वव्यापी सञ्जाल रहल सूचना (डाटा) प्रणाली
- 'स्मार्ट फोन'
 - इन्टरनेट जोरे सेकजिना फोन
- ट्याबलेट ओ कम्प्युटर (ल्यापटप ओ डेस्कटप)
 - भारी मात्रामे सूचना (डाटा) के भण्डारण करकलाग वा भारी स्क्रिनमे सूचना प्रवाह करकलाग प्रयोग करजिना बरवारि वा शक्तिशाली यन्त्र



सौर्य उर्जासे चलना रेडियो तथा चार्जर
श्रोत: टिम अनविन

डिजिटल प्रविधिके सकारात्मक सम्भावना

- आपन परिवारसंग सम्पर्क करकलाग सहयोग करना
- साथसंघरियनसंग उपयोगी सूचनाके आदानप्रदान करे सेकजिना
 - सामाचार
 - काम खोजना उपाय
- (स्वास्थ्य सामाजिक सुरक्षा ओ रोजगार जइसिन) विभिन्न निकायसे प्रदान करजिना सेवामे पहुँच हुइना
 - सरकारी
 - निजी कम्पनी
 - गैरसरकारी
- व्यक्तिगत समस्या परलेसे: उद्धार ओ स्वदेश फिर्ता
- आपन कमाइके व्यवस्थापन करकलाग ओ बचल रकम घरे पठाइक लाग
- भाषा ओ अनुवाद
- मइ कहाँ बटु कहिके पटा पाइक लाग
- ओ अउरे बहुत...



ठरुवा विदेशसे पठाडेहल ट्याबलेट खुशी होके देखइटी एक जन्नी
(श्रोत: अनिता घिमिरे)

मने यि बाटसे फाइदा लेहकलाग
डिजिटल प्रविधिहे सुरक्षित, विवेकपूर्ण
ओ गोपनीय रूपमे प्रयोग करना जरूरी
रहठ



श्रोत: टिम अनविन



UNESCO Chair
in ICT4D

सम्झे परना बाट, डिजिटल प्रविधिके जानजानके या नइ जानके
करगिल दुरुपयोगसे नोक्सान हुइठ



unesco
Chair

डिजिटल प्रविधिके सकारात्मक उपलब्धी टब किल मिलठ, जब...

- प्रवासी नागरिक ओ परिवारके सदस्यमे डिजिटल साक्षरता रहठ
 - डिजिटल प्रविधिके प्रयोग करे सेकना हुइना
- ओ डिजिटल प्रविधिहे:
 - सुरक्षित रूपमे प्रयोग करजाइठ
 - सुरक्षित अभ्यासके प्रयोगके सुनिश्चितता करना
 - विवेकपूर्ण रूपमे प्रयोग करजाइठ
 - डिजिटल प्रविधिहे उपयुक्त कामके लाग उपयोग करना
- भरपर्दो ओ गोपनीय रूपमे प्रयोग करजाइठ
 - डिजिटल प्रविधिके प्रयोगमे सम्भव हुइतसम सुरक्षा ओ गोपनीयताके सुनिश्चितता करना



श्रोत: टिम अनविन

१. यकर सुरुवात डिजिटल प्रविधिके आधारभूत प्रयोगसे हुइना जरूरी बा



श्रोत: टिम अनविन



UNESCO Chair
in ICT4D

प्रयोग करे जन्लेसे किल डिजिटल प्रविधिसे ढेउर करे सेकजाइठ
। जे फे डिजिटल प्रविधिके कुशल प्रयोगकर्ता बनक लाग सिखे
सेकठै ।



unesco
Chair

सामान्य मोबाइल फोनके प्रयोग

- अइसिन फोनसे परिवार ओ साथसंघरियनहे फोन ओ मेसेज पठाइ सेकजाइठ
- मने सम्झे परना बाट डिजिटल फोन कइसिक प्रयोग करगिल रहे कहिके पत्ता लगाइ सेकजाइठ
 - टबेमारे यिहिनहे विवेकपूर्ण रूपमे ओ सावधानीपूर्वक प्रयोग करेपरठ
- यि बिजुलीसे चलना हुइकल ओरसे यिहिनहे नइ बिसराके चार्ज करेपरठ
 - बहुत तरिकासे करे सेकजाइठ
- यि प्रयोग करक लाग कउनो (फोन) नेटवर्क जोरे परठ
 - फोन सेवा प्रदायकसंग एकाउण्ट बनाके सिमकार्ड दर्ता करना
 - प्राय प्रीपेड सिमकार्ड (जबफेन ब्यालेन्स रकम ठपे सेकजिना)
 - या, नम्मा समयके लाग सम्झौता करके (पोस्टपेड)
- फोन प्रयोग करकलाग फोन प्रदायकके सेवा पुगल ठाउँमे रहेपरठ
 - कउनो सेवा प्रदायकसंग आपन नाउके खाता (सिमकार्ड) लेहल
 - उ फोन प्रदायकके नेटवर्क रहल ठाउँमे हुइपरठ



नोकियाके सामान्य मोबाइल फोन
श्रोत: टिम अनविन

(फोन) नेटवर्कमे जोरजिना: सिमकार्ड

- सिमकार्ड
 - फोन नेटवर्कमे जोरक लाग
- फरकफरक कम्पनी ओ सिमकार्ड
 - कम्पनी अनुसार फरक दर
- फरकफरक सेवा
- दस्तुर
 - प्रीपेड (आवश्यकता अनुसार प्रयोग करनासे पहिले टिरना)
 - सम्झौता (प्रायः बैंकके खाता मे से मासिकरुपमे टिरना)
- आपन आवश्यकता अनुसारके सेवा प्रदान करना फोन कम्पनी रोजना



श्रोत: टिम अनविन

स्मार्टफोनके प्रयोग

- स्मार्ट फोनसे सहजे इन्टरनेट जोरे सेकजाइठ
 - स्मार्ट फोनसे सहजे इन्टरनेट जोरे सेकजाइठ
 - ओकर लाग नेटवर्क प्रदायकसे सेवा प्रदान करजिना क्षेत्र भिट्टर हुइपरठ
- मने किन्ना ओ प्रयोग करकलाग महंगा रहठ
 - सामान्य फोन करक लाग ओ मेसेज पठाइक लाग फोन प्रयोग करे सेकजाइठ
- ढेउर मेराइक कामके लाग यम्ने बहुत मेराइक एप्लिकेसन (एप्स) फेन ढारे सेकजाइठ
 - कउनो पैसा नइ परना, मने ढेउर जइसिन किनके प्रयोग करे परना
- एप्स ओ प्लेटफर्मके उदाहरण
 - इन्टरनेटमे जोरजाइक लाग
 - सामाजिक सञ्जाल ओ मेसेज आदानप्रदान करना (जस्टे: हट्स्याप, फेसबुक, भाइबर, टिकटक)
 - अनलाइन खेल खेलक लाग
 - चलचित्र हेरक लाग
 - पैसा टिक लाग
 - टरे डेहल असक उपयोगी प्लेटफर्म वा एप्समे पहुँच हुइक लाग
 - वैदेशिक रोजगार विभाग तथा <https://pardesi.org.np>

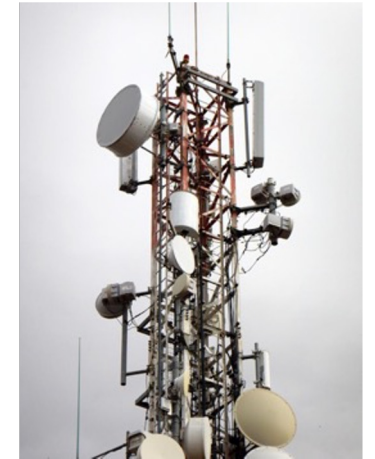


स्मार्टफोन

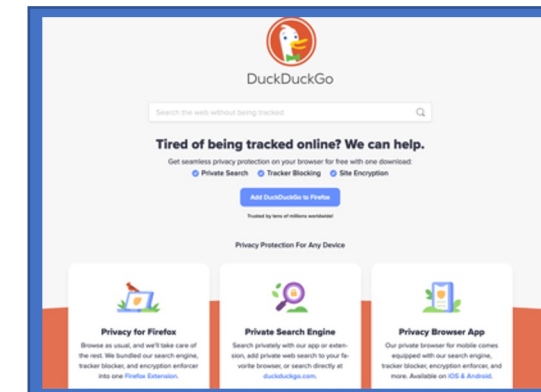
श्रोत: टिम अनविन

इन्टरनेटमे जोरजिना

- इन्टरनेट वा “नेट” कलक का हो ?
 - अनलाइन जाके पहुँच करे सेकजिना विश्वव्यापी कम्प्युटरके सञ्जाल
- वल्ड वाइड (अर्थात वेब) कलक का हो ?
 - इन्टरनेटमे जोरगिल पाछे देखइना पेज वा सूचना
- मोबाइल नेटवर्क (डाटा) वा वाइफाइसे इन्टरनेट जडान
 - मोबाइल डाटा प्याकेज
 - वाइफाइके प्रयोग मने डाटाके सुरक्षाके बारेमे सचेत हुइपरठ
 - सार्वजनिक (कबुकाल निशुल्क उपलब्ध हुइना) ओ निजि वाइफाइ नेटवर्क
- इन्टरनेट ब्राउजरके प्रयोग करके सूचना खोजना
 - क्रोम (गुगल), सफारी, फायरफक्स, डकडकगो जइसिन लोकप्रिय ब्राउजर
- अन्तरक्रिया: एप मार्फत आवाज, लिखित सन्देश, भिडियोके प्रयोग करके

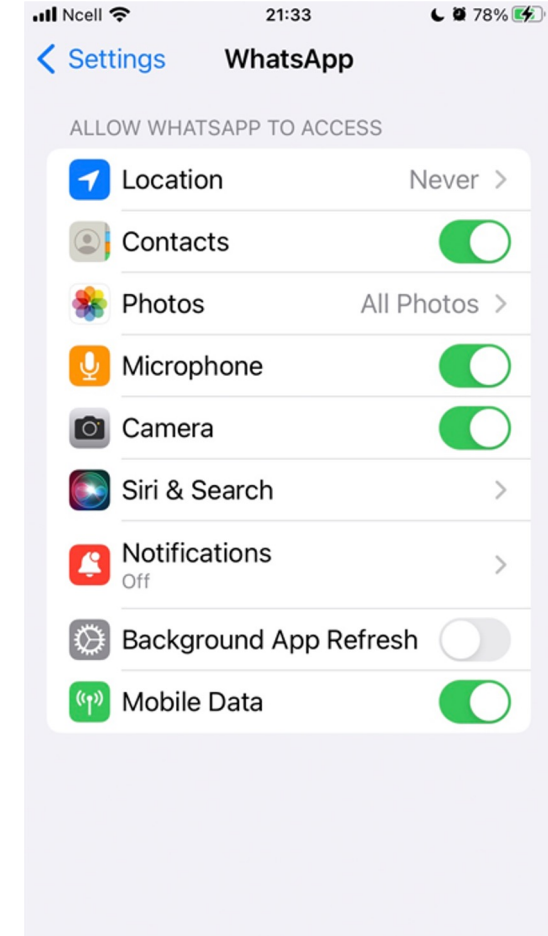


मोबाइल जडानके लाग प्रयोगके करजिना मास्ट टावर
श्रोत: टिम अनविन



डिजिटल साक्षरता ओ सूचना सम्बन्धी साक्षरता

- डिजिटल साक्षरता फेन हेरि (GSMA [guide](#))
 - हार्डवेयरके प्रभावकारी प्रयोग सम्बन्धी जानकारी
 - मोबाइल फोनसे करे सेकना सक्कु काम
 - फोनके स्क्रिन
 - किबोर्ड
 - फोनके अन्य प्रयोग जस्टे टर्चलाइट
 - सफ्टवेयरके प्रभावकारी प्रयोग
 - विभिन्न एप्स प्रयोग करे सेकजिना
 - एप्सके सेटिंग बुझना ओ आवश्यकता अनुसार परिवर्तन करना
 - विशेषकरके सामाजिक सञ्जाल (फेसबुक, ट्विटर) ओ मेसेज करना एप्स (ह्वाट्सएप, सिग्नल)
- सूचना सम्बन्धी साक्षरता
 - इन्टरनेटमे प्राप्त जानकारी जाटिक हो कि नाइ कइसिक पटा पइना
 - का जानकारी विश्वसनीय ओ तथ्यपरक बा ?



छलफल



UNESCO Chair
in ICT4D



unesco
Chair

२. डिजिटल प्रविधिके सुरक्षित प्रयोग



श्रोत: टिम अनविन



UNESCO Chair
in ICT4D

डिजिटल प्रविधिके प्रयोग करेबेर आपन हे ओ डोसरहे हानिके
जोखिम नाहोए ।



unesco
Chair

सुरक्षित रहना मुख्य उपाय: सम्भावित जोखिम बुझना

- सम्भावित हानिबारे जानकारी ढरना
 - कोइ पाछे लागल बा कि
 - अनालाइन दुब्र्यवहार ओ उत्पीडन
 - धम्की
 - पैसा ओ कागजात गुमाउने गरी हुइना ठगी
 - डिजिटल प्रयोग करेबेर कम्पनीेहे डेना विवरण
 - कुछ बाट पट्यइना कर्रा लागठ कलेसे, का उ जाटिक हुइ टे...
- मने यिहिनसे ढेउर डराइ फेन नइ परठ
 - सचेत हुइना, ओ सुरक्षित ओ गोपनीय प्रयोग करना
 - जिहिनसे जाटिक डिजिटल प्रविधिके भरपूर फाइदा लेहे सेकजाइठ



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

सुरक्षित रहना मुख्य उपाय: सुरक्षित व्यवहार

- सुरक्षित अनलाइन व्यवहार करना
 - आपनहे प्रयोग करना मन लागल एप्स ओ प्रविधिबारे मजासे बुझना
 - डोसर जहन हानी करना कउनो बाट शेयर नइ करना
 - डोसर जहन रिस उठइना मेराइक बाट नइ करना
 - आपनहे इच्छा नइ लागल एप्स ओ प्लेटफर्ममे जोरजाइक लाग राजी नइहुइना
 - डोसर जहन प्रत्यक्ष कहे नइ सेकना बाट अनलाइनमे नइ कहना ओ नइ लेखना
 - पटा नइ रहल वेबसाइट नइ खोलना
 - “http” से “https” सुरु हुइना वेबसाइटमे ध्यान डेना
 - जोखिममे रहल हुकन सड्ड बचाके ढरना (उदाहरण बालबालिका)
 - स्तविक देखइना मने कम्प्युटरसे बनागिल ‘डीप फेक’ से सचेत रहना



सुरक्षित रहना मुख्य उपाय: प्राविधिक

- टरे डेहल मसे कुछ हुइ कलेसे हालि रिपोर्ट करना (एप्लिकेसन भित्रे या अन्य निकायमे जानकारी करइना)
 - फिसिंग (Phishing) - झक्याके गलित करे लगइना
 - पूर्णरूपमे निश्चित नहुइले ओ शंका लागल लिंकमे कबुफेन क्लिक नइ करना
 - अनाधिकृत रूपमे डिजिटल प्रणाली बिगारडेना, टोरफोर करना (Hacking)
 - अनलाइन घोटाला (Scam)- बहुत प्रकारके ठगी प्राय पैसा चोरी वा व्यक्तिगत विवरण ओ कागजात पाइक लाग करजिना
 - (QR) कोडके प्रयोग करके घोटाला हो कि नइ हो कहिके पहिचान करक लाग सतर्क रहना
- प्रमाणीकरण
 - प्रत्येक अनलाइन प्रयोगके लाग जटिल ओ मौलिक पासवर्डके प्रयोग
 - कम्तीमे १ ण अंक वा चिन्ह, अन्य संकेत, ओ भारी ओ छोट अक्षर मिलाके बनाइना
 - औठाछाप ओ मुहक पहिचान जइसिन बायोमेट्रिक प्रमाणीकरण
 - मल्टी फ्याक्टर (एकसे डेउर प्रमाण)
 - उपकरण पहिचान (भलमउयप्लत सुरक्षा: नोकसान करना चिजसे उपकरणहे सुरक्षित ढरना)
 - सामाजिक सञ्जाल व अन्य अनलाइन प्लेटफर्ममे अन्तरक्रिया करटि रहल व्यक्तिके खास पहिचान सुनिश्चित करना



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	1.2m 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 सुरुमे करेबेर उपयोगी हुइना सुझावः रोज अभ्यास करना

- पहिले कोइ प्रयोग करसेकल (सेकेन्ड ह्यान्ड) प्रयोग करनासे पहिले फ्याक्ट्री रिसेट करना जिहिनसे फोनमे रहल सककु डाटा ओ सूचना मेटजाइठ ।
- आपन एप्स ओ अपरेटिंग सिस्टममे लौव संस्करण अपडेट करके अद्यावधिक ढरना ।
- आपन सिमकार्डके सेटिंग मिलाइबेर या एकाउण्टमे पैसा (ब्यालेन्स) ठपेबेर आपन विश्वसनीय व्यक्तिहे किल डेना ।
- आपन पासवर्ड कबु डोसर जहन नइ बटइना ओ जटिल पासवर्ड प्रयोग करना
- फोनहे बचाइकलाग बलगर खोल ओ स्क्रिन कभर लगइना ।
- फोन चोरी हुइना या हेरइना अवस्थामे फोनमे ढरना व्यक्तिगत विवरणके मात्राहे कम करना ।



श्रोत: टिम अनविन

डिजिटल प्रविधिके प्रयोग करेबेर सांस्कृतिक मान्यताप्रति सचेत हुइपरठ



UNESCO Chair
in ICT4D

- आप्रवासी होके काम करटि रहल ठाउँके स्थानय संस्कृति ओ नियमकानूनबारे जानकारी ढारे परठ
- बहुट देशमे कुछ ठाउँमे फोटो नइ खिचना मजा मन्ठै
 - सरकारी भवन ओ सैनिक इलाका
 - विमान ओ विमानस्थल
 - दुर्घटना हुइल ठाउँ आदि
- डोसर जहनके गोपनीयताके सम्मान करटि स्वीकृति बिन लेले फोटो नइ खिचना
 - विशेष करके महिला ओ परिवारके
- सेल्फी खिचेबेर आपन किल खिचना



दुबइमे आप्रवासी श्रमिक
श्रोत: टिम अनविन

छलफल



UNESCO Chair
in ICT4D



unesco
Chair

३. डिजिटल प्रविधिके विवेकपूर्ण प्रयोग



श्रोत: टिम अनविन



UNESCO Chair
in ICT4D

विवेक ओ सुझबुझ सहित डिजिटल प्रविधि के प्रयोग



unesco
Chair

डिजिटल प्रविधिके विवेकपूर्ण प्रयोगके लाग मुख्य उपाय: का करना ?

- आपन आवश्यकता अनुसार ईउत्पादनशील बनाके प्रयोग करन
 - कम्पनी वा सरकारके कहल अनुसार प्रयोग करक लाग बाध्य नइ हुइना
- अनलाइनमे लेखना ओ बोलना विषयमे ढेउर सचेत रहना
- आपन प्रयोग करना प्रविधि ओ एप्सके प्रयोगके बारेमे पर्याप्त जानकारी ढरना
 - नियम ओ शर्त पहरना
 - सेटिंग मिलइना
- सम्झे परना बाट: एकचो अनलाइनमे पोष्ट करल चिज कबुनै मेटाई सेकजाइठ, मेर कहु ना कहु बैठल रहठ
- सामाजिक सञ्जालके प्रयोग करेबेर संवेदनशील ओ विनम्र हुइना
- समय समयमे विश्राम लेके डिजिटल प्रविधिसे डुर बैठना
- एकसे ढेउर इमेल ओ प्रयोगकर्ता बन्नाबारे सोचना (किनमेलके लाग किल एकठो बनइना)
 - ओ आपतकानि प्रयोगके लाग फोनहे स्वच्छ ढरना



डिजिटल प्रविधिके विवेकपूर्ण प्रयोगके लाग मुख्य

उपाय: का नइ करना ?

- आपन नइ चाहल कोइ फेन मनै हेरे मिल्ला कइके मनलगिटक बाट पोष्ट नइ करना
 - आपन करल पोष्ट के हेरे सेकठ ?
 - गोपनीयतासम्बन्धी प्राइभेसी सेटिंग मिलइना
 - बहुट निराश या उदास हुइल बेला पोष्ट नइ करना
- विश्वास नइ लागल या शंका लागल कउनो फेन म्यासेज या लिंक कबु नइ खोल्ला, जवाफ नइ डेना
 - विशेष करके बैंकसे पठाइल जइसिन डेखइना मेसेज
- समय बर्बाद नइ करना
 - सामाजिक सञ्जाल मार्फत अनलाइन गेम खेलके
 - पैसासे अनलाइन जुवातास खेलके
 - डिजिटल हिंसा
- पैसा बर्बाद नइ करना
 - जस्टे, टिकटकमे गिफ्ट डेके
- डिजिटल प्रविधिके जाखिम नइ लेना
 - जस्टे, क्रिप्टो मुद्रामे लगानी
- अपरिचित ट्रोल आक्रमणसे डुर रहना, ओइसिन आक्रमण हुइलेसे कबु फेन उत्तेजित होके प्रतिक्रिया नइ डेना
 - यिहिनसे अवस्था ठेउर बिगरठ



श्रोत: टिम अनविन

छलफल



UNESCO Chair
in ICT4D



unesco
Chair

४. डिजिटल प्रविधिके 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 प्रविधिहे भरपर्दो ओ गोपनीय रूपमे
प्रयोग करना



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 प्रविधिके सुरक्षित प्रयोगके मुख्य उपाय: सामाजिक आचरण



UNESCO Chair
in ICT4D

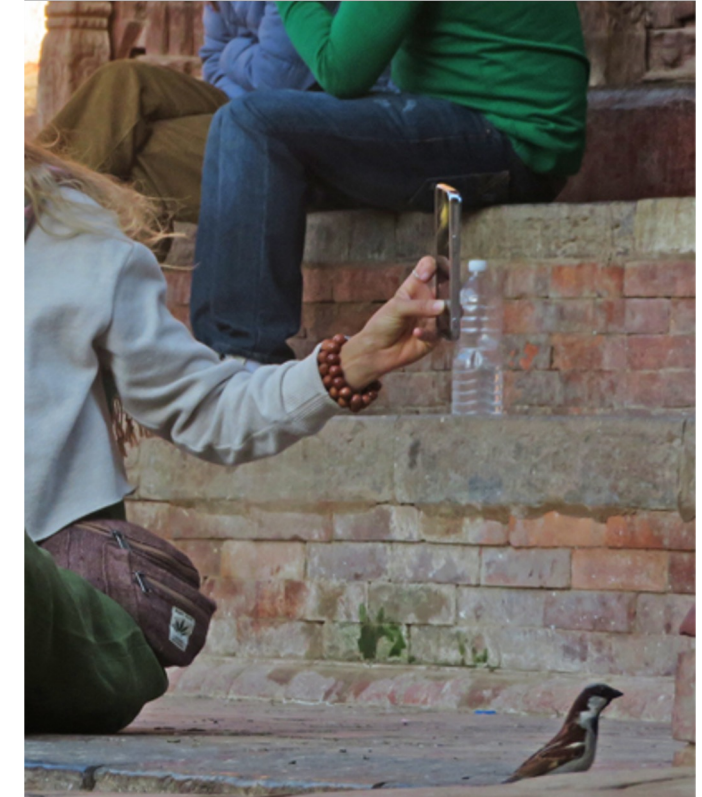
- अनलाइन रहेबेर अउरेजे पटा नइ पइना मेराइक प्राइभेट रहना
 - सम्झो, इन्टरनेटमे एकचो ढारल चिज सड्डकलाग रहठ
 - अपने ओ डोसर जे सन्तुष्ट हुइना चिज किल पोष्ट करना
 - आपन पासवर्ड किहुहे फेन नइ बटइना
 - सम्भव हुइसम वेबसाइटमे जाइबेर कुकिज (अययपष्भक) अस्वीकर (चभवभअत) करना
 - एकपटक किल प्रयोग हुइना पासवर्ड (ओटीपी) डोसर जहन नइ देखइना
- किहिसे सुरक्षित ओ गोपनीय रहना
 - सरकार
 - याद करो, मोबाइल उपकरण निगरानीके लाग फेन प्रयोग करजाइठ
 - निजि कम्पनी
 - सम्झे परना बाट, सक्कुअसक सामाजिक मिडिया कम्पनी अपनेहमे प्रयोगकर्ताहि सितैमे डेहल डाटा से पैसा कमइठै
 - अउरे व्यक्ति
 - कोइकोइ डिजिटल प्रविधिके प्रयोग करके सताइ खोज्ठै



श्रोत: टिम अनविन

डिजिटल प्रविधिके सुरक्षित प्रयोगके मुख्य उपाय: व्यवहारिक आचरण

- आपन प्रयोग करना सफ्टवेयर सकेसम अद्यावधिक (अपडेट) करना
 - एप्लिकेसनके सबसे लौव संस्करणमे सुरक्षा सम्बन्धी प्रावधान सुधार करगिल रहठ
- सम्भव हुइट सम अनुमति (कुकिज) बन्द करना
 - नइ होके काम नइ बन्ना कुकिजहे किल अनुमति डेना या सक्कु कुकिजहे अस्वीकार (रिजेक्ट) करना
 - यिहिनसे अनलाइनमे करजिना सक्कु मेराइक कामके विवरण कम्पनीके पहुचमे नइ पुगठ ।
- भर्चुअल प्राइभेट नेटवर्क ९ख्एल्० के प्रयोग करके इन्टरनेट चलइना बाट
 - अइसिन नेटवर्क प्रयोगकर्ताके डिजिटल स्थान ओ पहिचान नुकाइट ओ अज्ञात' बनाइट



श्रोत: टिम अनविन

छलफल



UNESCO Chair
in ICT4D



unesco
Chair

निष्कर्ष: सोची



श्रोत: टिम अनविन



UNESCO Chair
in ICT4D

- का यि सुरक्षित बा ?
- का यि विवेकपूर्ण बा ?
- का यि गोपनीय ओ भरपर्दो बा ?



अन्तिममे सम्झेपरना: सुरक्षित, विवेकपूर्ण ओ गोपनीय हुइकलाग



UNESCO Chair
in ICT4D

का करना



- डिजिटल प्रविधिके प्रयोग करे सिखना
- जटिल ओ बलगर पासवर्ड ढरना
- एकसे ढेउर प्रमाणीकरणके उपाय प्रयोग करना
- अपने प्रयोग करना एप्स ओ सफ्टवेयर प्रणाली समयसमयमे अपडेट करना
- सामाजिक सञ्जालमे सचेत ओ विनम्र हुइना
- डिजिटल प्रविधिसे फुर्सद लेना

का नइ करना



- डिजिटल प्रविधिके प्रयोग करे सिखना
- जटिल ओ बलगर पासवर्ड ढरना
- एकसे ढेउर प्रमाणीकरणके उपाय प्रयोग करना
- अपने प्रयोग करना एप्स ओ सफ्टवेयर प्रणाली समयसमयमे अपडेट करना
- सामाजिक सञ्जालमे सचेत ओ विनम्र हुइना
- डिजिटल प्रविधिसे फुर्सद लेना

यि प्रशिक्षण सामग्रीके विकास (२०२२-२३)



UNESCO Chair
in ICT4D

AuraEd हाम्रोपात्रो, Helvetas SaMi, NNSM, पौरखी,
PNCC, NIC, NISER काठमाण्डौस्थित UNESCO
कार्यालय, उज्यालो, गण्डकी विश्वविद्यालय, MRC पोखरा ओ
NEST पोखराद्वारा सामूहिकरूपमे विकास करगिल



unesco
Chair

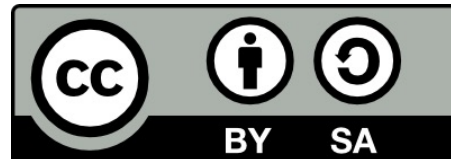
MIDEQ हब (2019–2024) अन्तर्गत UKRI GCRF को के आर्थिक सहायतामे

साथमे अन्य सहयोगी संस्थाहुके



GSMA™





यि काम क्रियटिभ कमन्स- एट्रिब्युसन ४.० अन्तर्राष्ट्रिय लाइसेन्स अन्तर्गत इजाजत प्राप्त बा ।

<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0>

यि दस्तावेजके कउनो फेन अंश अनुमति बिना पुनरुत्पादन करे सेकजाइ, मने उ काम करे बेर क्षत्रत्द्धम् मे गल्भक्त्रइ ऋजबष्य, रोयल होलोवे, लन्डन विश्वविद्यालय, ओ लेखकहुकन साभार करेक परि । यम्ने रहल जानकारी स्वतन्त्र रुपमे प्रयोग करि, मने यकर कउनो फेन सम्पादित अंश प्रयोग करेबेर कृपया यम्ने समावेश करगिल कामके प्रतिलिपि अधिकारके सम्मान करि ।