

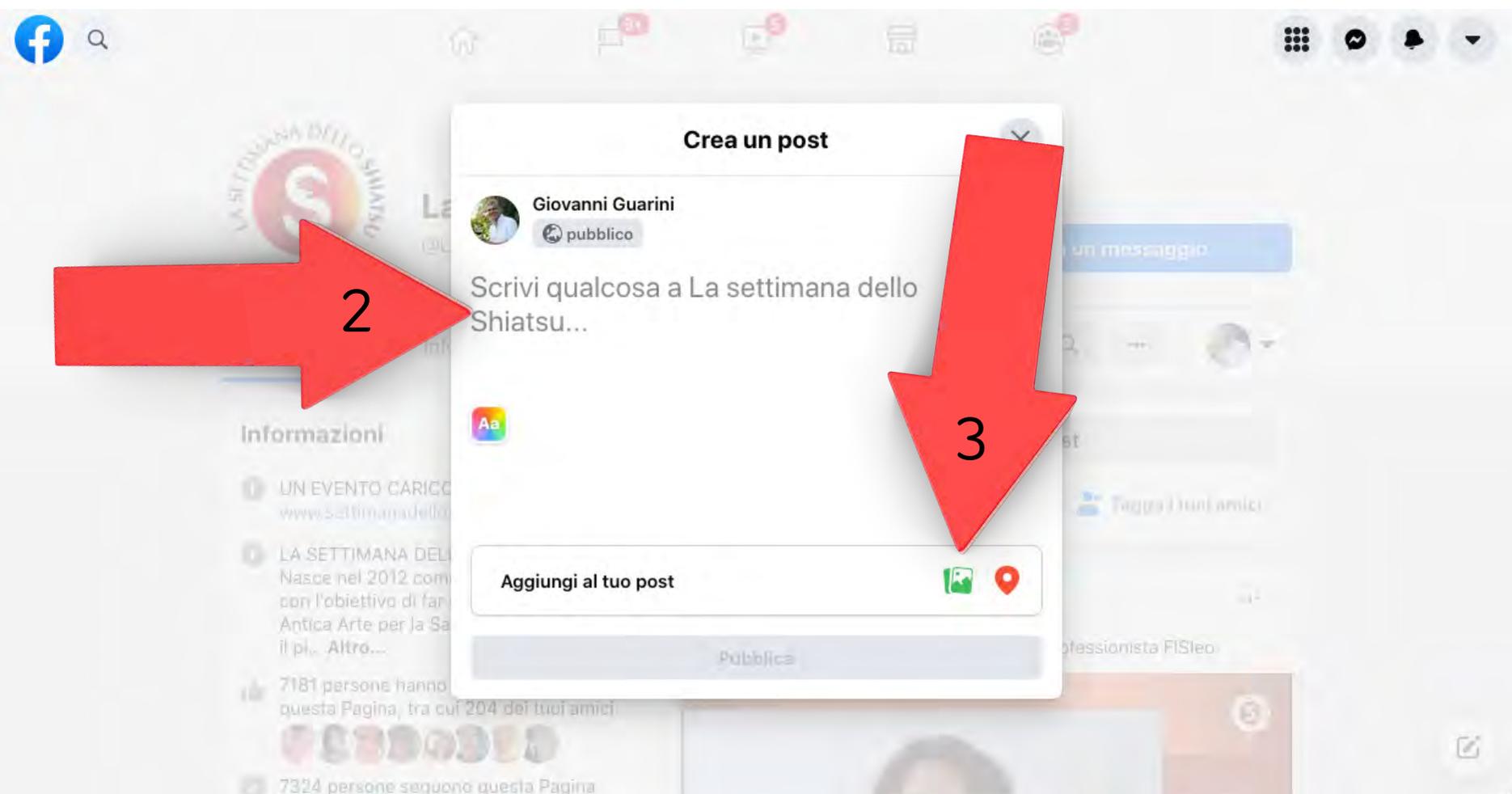
# ISTRUZIONI PER CARICARE VIDEO O FOTO

per il concorso "Se ti dico Shiatsu?..."

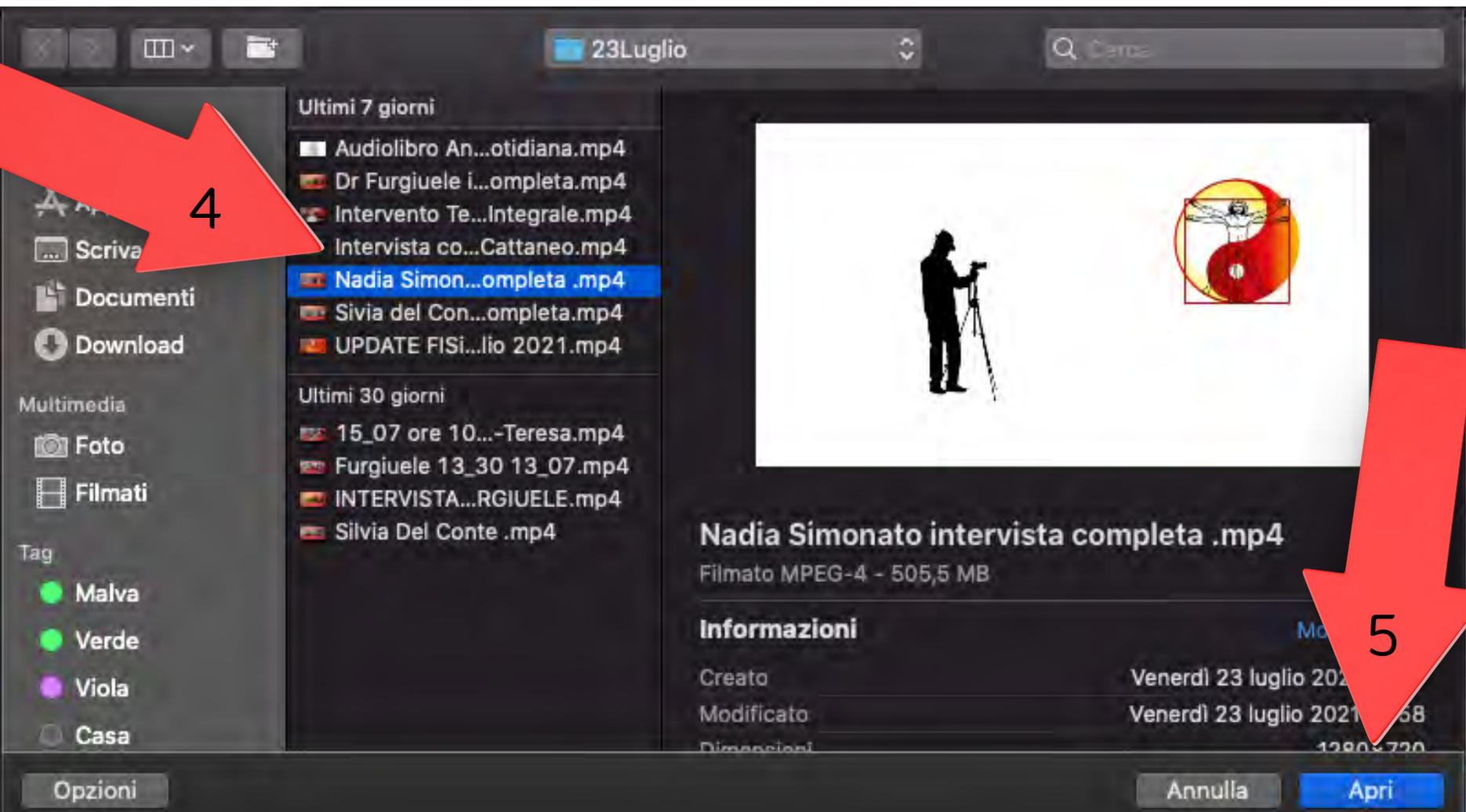
1. Sulla pagina della Settimana dello Shiatsu cliccare su "crea un post"

The image shows a screenshot of the Facebook profile page for 'La settimana dello Shiatsu'. The profile picture is a circular logo with a red and white 'S' and the text 'LA SETTIMANA DELLO SHIATSU' and 'FISieo'. The page name is 'La settimana dello Shiatsu' with the handle '@LaSettimanaDelloShiatsu' and the category 'Salute/bellezza'. A blue button labeled 'Invia un mess' is visible. Below the navigation bar, there are tabs for 'Home', 'Eventi', 'Informazioni', 'Video', and 'Altro'. A 'Ti piace' button is also present. On the left, the 'Informazioni' section is expanded, showing details about the event and the organization. On the right, the 'Crea un post' button is highlighted with a large red arrow. Below this button are options for 'Foto/video', 'Registrati', and 'Tagga i tuoi amici'. A recent post from 'La settimana dello Shiatsu' is visible, featuring a video thumbnail and the text 'L'intervista ad Annalisa Alessi operatrice professionista FISieo'.

2. Scrivere titolo dell'opera e la categoria per la quale si concorre
3. Cliccare sull'icona per caricare il file del progetto



4. Selezionare il file da condividere
5. Cliccare su "apri"



6. Cliccare su "Pubblica"

7. Il video sarà pubblicato appena uno degli amministratori lo avrà approvato

