Добавил(а) Ольга
13.06.09 11:40 - Последнее обновление 21.01.10 06:47

Если Вы не знаете как подступиться к форуму, где - чего искать и как - куда писать, тогда ознакомьтесь с правилами и инструкцией по форуму, их не много и они очень просты.

1. Прежде всего, если Вы пришли в первый раз, - **давайте познакомимся** с Вами на странице
Знакомства
.

2. На любой странице сайта, под каждым рецептом есть ссылочка - **Обсудить на форуме** . Если у Вас появилось желание обсудить кулинарный рецепт или прокомментировать его Вы можете смело жать на эту ссылочку и по ней попадёте на форум в соответствующий раздел обсуждения, например обсудить блюда можно по ссылкам:
Первые блюда | Вторые блюда | Салаты | Закуски | Пицца, Пироги | Выпечка | Торты
|
Рыбные блюда
|
Напитки, Десерты
Возможно у Вас есть собственные коронные или просто любимые кулинарные рецепты, здесь же (на форуме) **Вы можете их разместить** для остальных пользователей.
- А если рецепт и качество фотографий будет выполнен в стиле самого сайта, тогда самые лучшие рецепты будут размещены и на основном сайте.

3. **Как закачать фотографии? Для этого Вы должны быть зарегистр**

ированы **-**
это можно сделать на странице
регистрации
.

4. - Введите свой логин и пароль и войдите на форум или сайт, как зарегистрированный пользователь, либо по ссылочке под каждым рецептом на сайте.
- Выберите интаресующую Вас тему и в ней, либо продолжайте тему, либо создайте свою, нажав по кнопочке - **Новая тема**.
- Здесь же, Вы можете **загрузить свои фотографии и файлы**. Максимальные размеры фотографий
499X499 px.
с размером не более
50кб
. и файлы в форматах
zip, txt, doc, gz
размером не более
120Кб
.

5. О том, **как загружать фотографии** на форум можно **почитать здесь**
6. О том, **как редактировать** (уменьшать, обрезать и т.д.) **фотографии** можно **почитать здесь**
- Если Вы не умеете работать с изображеиями (уменьшать, обрезать и т.д.) **воспользуйтесь сторонними сервисами**
, которые сделают это всё за Вас, а Вам останется только разместить на нашем форуме ссылки на обработанные фотографии. Это можно сделать, например, на одном из сторонних бесплатных сервисов типа -
www.radikal.ru

7. **Посмотреть и разместить советы** по кулинарии и не только по ней, можно на странице Полезные Советы .
8. А если Вам хочется **просто пообщаться** и поделиться любыми новостями, то сделать это можно на странице Обо всём
.

9. Ищите способы ухода за кожей ? Вам сюда - Уход за кожей лица и тела
10. Хотите похудеть - здесь - Худеем вместе
11. У Вас проблемы со здоровьем или есть чем поделиться? - Здоровье
12. Вы не любите мясо. знаете вегетарианские рецепты? - Рецепты вегетарианской пищи
13. О наших детках - Наши дети
14. Ну конечно же - ОН + ОНА
15. Любителям садоводства сюда - Садоводство

16. Духовная пища здесь - Стихи, рассказы

Вообщем ещё много всего интересного - следите за форумом, он постоянно обновляется и новые темы постоянно добавляются!Если **есть вопросы** лично к владельцу сайта - можно написать ему (вернее ей - Ольге) письмо в разделе
Контакты
или сделать это по внутренней почте из своего
профиля
.

Приятного времяпрепровождения Вам, на нашем форуме!