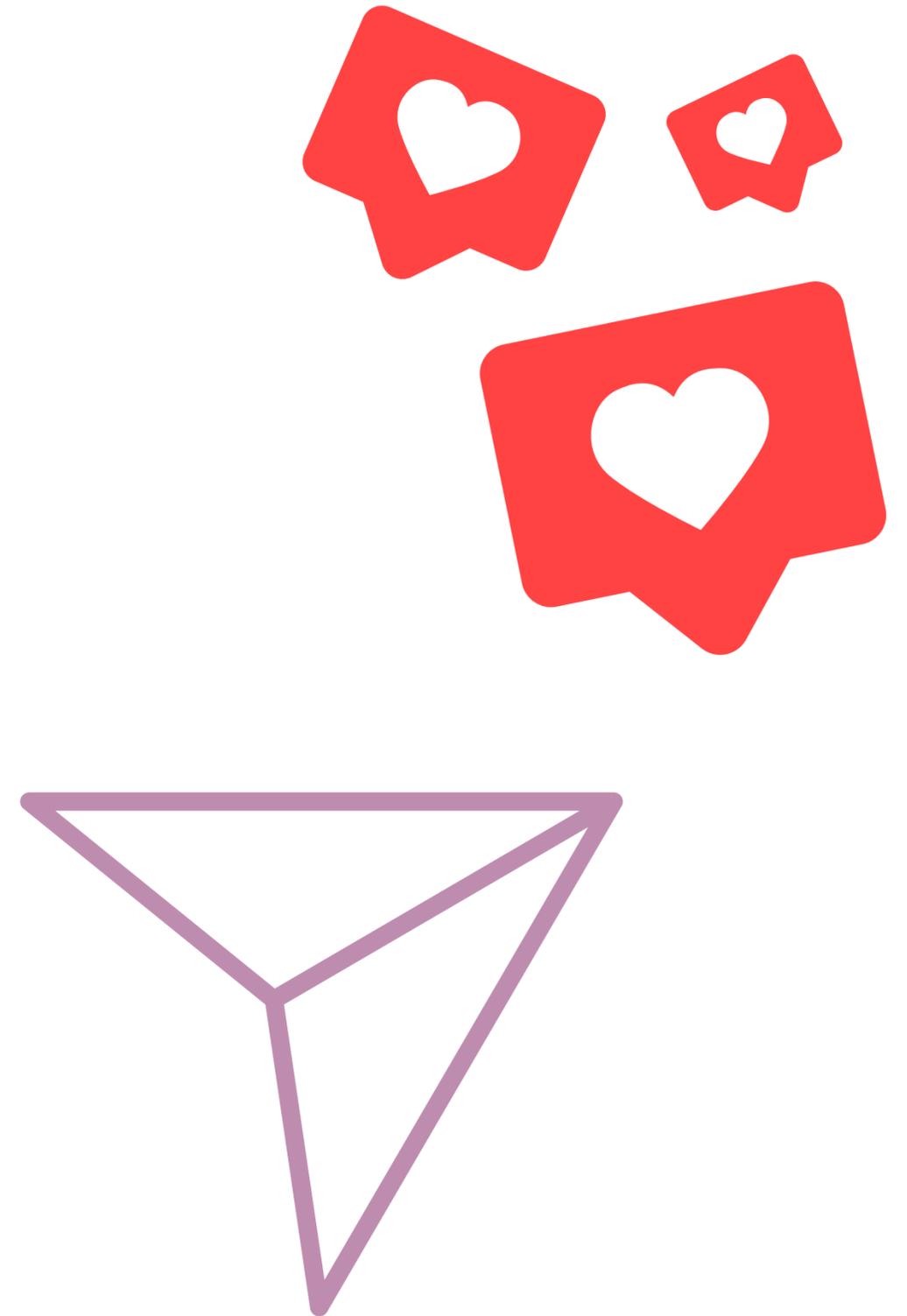
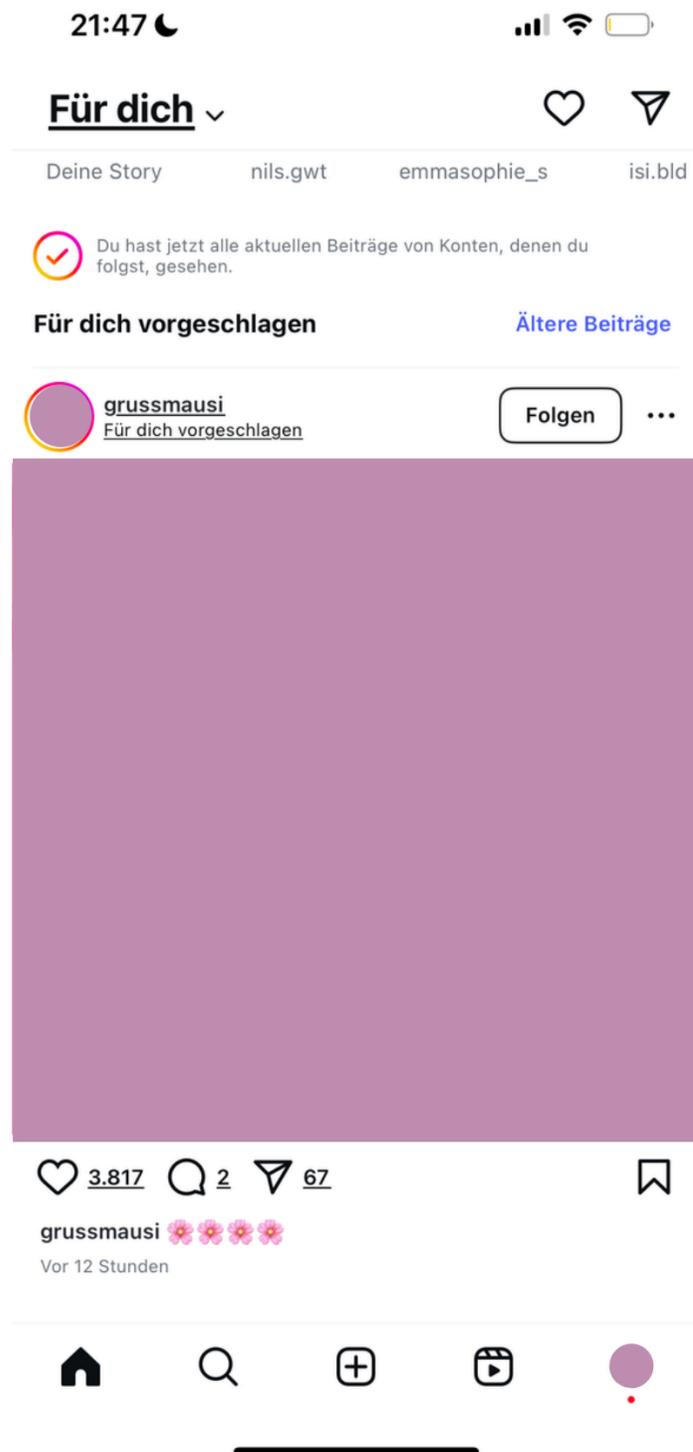


Instagram-Tutorial für Einsteiger

Instagram ist eine Social-Media-Plattform zum Teilen von Fotos und Videos. Du kannst Inhalte dauerhaft als **Post** veröffentlichen, für 24 Stunden als **Story** hochladen oder kurze, unterhaltsame **Reels** erstellen.





Das Instagram-Interface

Wenn du Instagram öffnest, siehst du:

- **Startseite:** Beiträge von Leuten, denen du folgst
- **Suchfunktion (Lupe):** Entdecke neue Inhalte
- **+ Button:** Erstelle einen neuen Post, eine Story oder ein Reel
- **Herz-Symbol:** Deine Benachrichtigungen
- **Profil-Icon:** Deine eigene Profilseite

Einen Post erstellen



Schritt 1: Bild oder Video auswählen

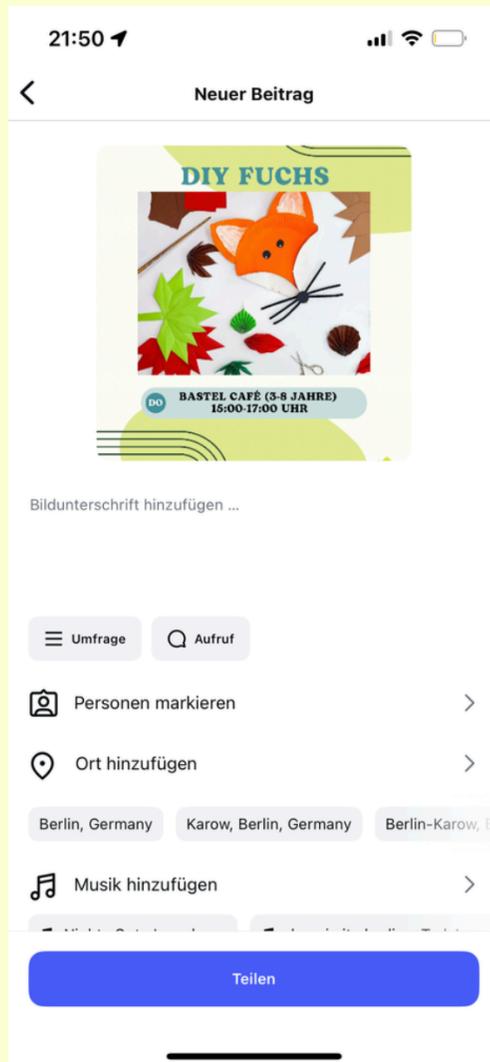
1. Klicke auf das **+** Symbol unten in der Mitte.
2. Wähle **"Post"** und lade ein Bild oder Video hoch.
3. Alternativ kannst du ein Foto direkt mit der Kamera aufnehmen.



Schritt 2: Filter und Bearbeitung

1. Wähle einen **Filter** aus oder passe Helligkeit, Kontrast etc. an.
2. Tippe auf **"Weiter"**.

Einen Post erstellen



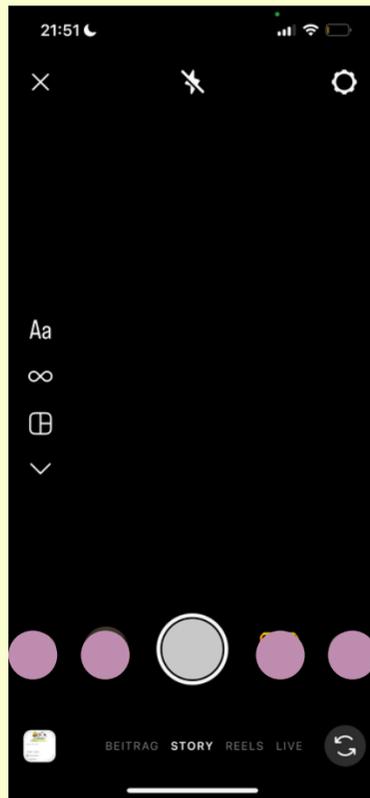
Schritt 3: Caption, Hashtags & Co.

1. **Schreibe eine Caption:** Eine kurze Beschreibung oder ein Emoji reicht oft aus.
2. **Füge Hashtags hinzu:** Sie helfen, deine Beiträge auffindbar zu machen. (Beispiel: **#Kurse #Familie #Berlin**, 5–10 sind ideal)
3. **Ortsangabe hinzufügen:** Erhöht die Reichweite deines Posts.
4. **Andere Nutzer markieren**

Schritt 4: Posten

- Tippe auf **„Teilen“** und dein Post ist online!

Eine Story erstellen



Schritt 1: Story erstellen

1. Wische auf der Startseite nach rechts oder tippe oben links auf **dein Profilbild**.
2. Wähle ein Foto oder Video aus oder nimm direkt eines auf.



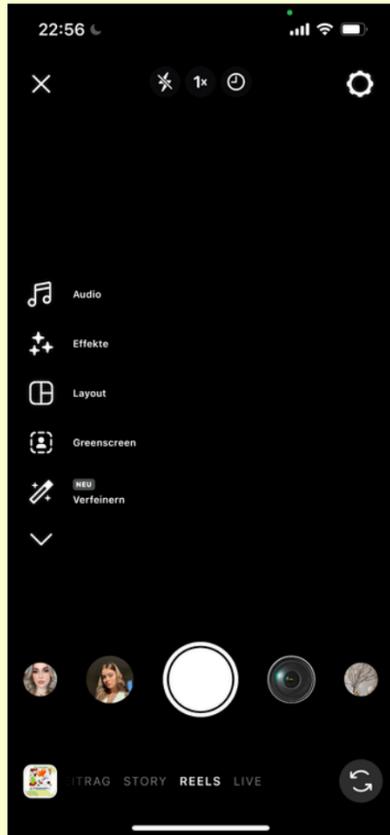
Schritt 2: Bearbeiten & Elemente hinzufügen

- **Text hinzufügen** (T-Symbol)
- **Sticker & GIFs** (Smiley-Symbol)
- **Musik einfügen**
- **Hashtags & Standort markieren**

Schritt 3: Story posten

Klicke auf "Deine Story", um sie mit allen Followern zu teilen.

Ein Reel erstellen



Schritt 1: Reel aufnehmen oder hochladen

1. Tippe auf das **+** Symbol → Wähle "**Reel**".
2. Halte den Aufnahme-Button gedrückt oder lade ein Video hoch.

Schritt 2: Musik & Effekte hinzufügen

- **Musik:** Wähle einen Song aus der Bibliothek.
- **Effekte:** Filter und Übergänge nutzen.
- **Text & Sticker** hinzufügen.

Schritt 3: Reel posten

Schreibe eine **Caption**, nutze **Hashtags** und poste dein Reel.

Tipps für mehr Reichweite

- ✓ **Regelmäßig posten** (z. B. 3–4x pro Woche)
- ✓ **Hashtags gezielt nutzen** (Themenbezogen & nicht zu viele)
- ✓ **Mit Followern interagieren** (Kommentare beantworten, Story-Umfragen nutzen)
- ✓ **Reels verwenden** (Instagram pusht Reels stärker als normale Posts)