

社群媒體補給站

社群媒體訊息及連結

美安台灣瞭解身為繁忙創業者的您，或許沒時間處理或撰寫社群媒體訊息。「社群媒體補給站」提供您有用的行銷工具、資訊及優惠活動相關訊息，讓您可直接轉貼於您個人社群媒體上。以下為本週推薦的動態訊息，請在閱讀後，轉貼到您個人的臉書塗鴉牆上。請記住，經常更新您的動態消息，您可以和您的客戶及潛在客戶產生更多更好的互動！請選取您所喜愛的「社群媒體補給站」訊息，一天一則轉貼在您的社群媒體而非一次全部轉貼，將能得到最佳社群媒體行銷的效果。美安台灣希望您能善加利用「社群媒體補給站」所提供的最新訊息，進行自己超連鎖®事業的「社群行銷」，搭乘這股社群風潮，航向永續收入的藍海。

Facebook:

【學習典範，活出精彩】曾獲 Vogue 雜誌封為百大最具影響力女性的羅琳·萊丁格 Loren Ridinger，不僅是網路零售巨擘--美安 SHOP.COM 的資深副總裁也因她優秀的領導、經營事業能力與熱心公益，現在又再添殊榮--獲得 NBA 慈善組織讚譽她偉大女性卓越成就。這個組織是由 NBA 明星球員他們背後偉大的女性組成，使 NBA 的影響力從精彩的比賽能夠延伸到全球的慈善事業。

想瞭解更多擁有精彩人生的羅琳，學習典範，活出精彩，千萬不要錯過羅琳的部落格 www.Lorensworld.com 及 www.myfashioncents.com。



Facebook:

【好東西要和好朋友分享】Shop Box 是簡單好用的臉書購物推薦工具，除了在 FB 推薦好物給親朋好友，如果你是 tw.shop.com 的優惠顧客，還能利用 Shop Box 在 SHOP.COM 賺取現金回饋喔！這是每個 Smart 的省錢達人都一定要知道的啦~！快來啟動你的 FB 商務吧~！



SHOPBOX

Shop in Facebook

想在臉書推薦3C賺取現金回饋？
快上 SHOP.COM



啟動您的臉書商務

Facebook:

【失敗為成功之母】每個人都曾經歷過『拒絕的挫折』，如何面『拒絕』這件事情的態度，絕對會影響個人未來成功與否的結果。即使是現在紅透半邊天的瑪丹娜當初也曾被拒絕過，來看看這些成功案例吧，讓我們懂得化拒絕為力量！

請將下列連結複製到您的臉書塗鴉牆上

[拒絕的藝術 |](#)

blog.markettaiwan.com.tw

Facebook:

【讓日常民生消費賺取現金回饋】消費就能賺現金，有沒有這麼好康？只要：1.進入 SHOP.COM；2.搜尋日常生活用品立即比價；3.消費購物還賺 2%-33%現金回饋。想知道日常消費如何賺取現金回饋，快來這瞧瞧 ~http://tw.shop.com/cashback_intro.xhtml

請將下列連結複製到您的臉書塗鴉牆上

http://tw.shop.com/cashback_intro.xhtml

[SHOP.COM](#)

Facebook:

【再讓熱血燃燒吧！】當「KANO」斗大海報掛在 SHOP.COM 辦公室，所有人們的視線都被牢牢吸引了，而那股看 KANO 時奮鬥不懈的感動又油然而生。是的，就是那股為了達成夢想讓熱血燃燒的感

覺！看過《KANO》的朋友一定知道，請分享邀請沒看過的朋友這周末就進戲院去體會這股奮鬥不懈的感動!!



社群媒體小撇步

你使用過 Facebook 的「分享」按鈕嗎？你知道「分享」的功能有哪些好處嗎？

- 一、透過「分享」，可以快速地在朋友間進行資訊的交流。
- 二、點閱分享清單，可以知道那些朋友分享過文章。
- 三、可以做為分析工具，為日後提供服務的參考依據。
- 四、按下「分享」，文章連結會轉貼到自己的 Facebook 塗鴉牆上面。
- 五、藉由「分享」，將大大提升網站曝光率、點閱率。

現在開始，如果在 Facebook 看到喜愛的文章、有益的資訊，除了給個「讚」，也要記得按下「分享」，讓更多朋友知道喔！

部落格文章轉貼大補帖

「部落格文章轉貼大補帖」每週推薦一篇精選文章，讓您方便修改、轉貼到您的個人部落格。只要您轉貼「文章轉貼大補帖」精選文章到自己的部落格上（奇摩部落格、痞客邦、yam 天空、隨意窩

Xuite…)，您就是在幫自己的美安無牆百貨商場創造更多業績和宣傳。請記住，千萬不要忘記將自己美安無牆百貨商場的網址也加入到精選文章中，這會幫忙引導更多的潛在顧客到您的美安入口網站哦～

請將下列文章轉貼到您的個人部落格或是各著名的部落格上:

擁有健康腦，頭好壯壯！



你，累了嗎？現代人用腦的時數過長，無論是學生或上班族，常常成為腦過勞一族。尤其上班族面臨企業裁員和放無薪假的威脅，因此，對於超時工作只得無怨無悔，即使身心俱疲卻也不敢喊累。

根據 104 市調中心執行的「全台上班族與中學生腦過勞大調查」中發現，近 6 成上班族為腦過勞一族，平均每天上班高達 10 小時（平均每週高達 50 小時，超標 8 小時）；而近 9 成的中學生，平均每天上課高達 9 小時（平均每週 43 小時，超標 13 小時），這還不包含學生們每天回家自習的時間。

你會不會用腦過度了呢？如果你每天平均工作在 10 小時以上，常常覺得學習力、記憶力、專注力越來越差，例如：常忘記主管交辦的事項、常弄錯要給對方的資料文件…等，那麼你很有可能過度使用大腦，累積過多代謝物，造成有害物質增加，如果不及早正視問題並改善長時間用腦的情況，很可能成為腦損傷的高危險群。

想要擁有健康的腦袋瓜，我們可以怎麼做呢？以下分享康健雜誌在第 142 期，為促進腦神經健康、強化身心靈整合，所提供的輕鬆八招，希望能帮助大家擺脫腦過勞：

- 一、經常保持微笑。
- 二、每天保持幾小時的腦袋靈活。例如：在工作中解決複雜問題、閱讀書籍、下棋…等。
- 三、身心徹底的放鬆。
- 四、每天刻意打呵欠至少 10 個。
- 五、靜觀或深層祈禱。
- 六、每天至少一次 40 分鐘的心肺鍛鍊。
- 七、跟朋友或伴侶進行正面的對話。
- 八、保持高度的信心和樂觀的態度。

另外，充足的睡眠、適度的休息、適量的運動以及補充營養品讓人體以自然的方式營造一個健康環境，均有避免腦過勞或延緩腦力退化、確保心智健康的助益。想要擁有健康聰明腦，可千萬別再過度操勞你的腦袋！

一起加入美安台灣社群媒體吧！



Facebook (www.facebook.com/markettaiwan)

Twitter (www.twitter.com/markettaiwan)

YouTube (www.youtube.com/TaiwanVideos)

Plurk (www.plurk.com/markettaiwan)