

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。

即享雪克，忙碌現代人優質便利的營養補充品

Facebook:

【新品上市】早上喝了一杯全新生活™即享雪克，營養又好喝、撐到中午都不會餓~o(*°▽°*)o，因為它有：1.優質的蛋白質與鈣質 2.沖泡方便，可作為點心或正餐 3.可促進腸道蠕動及增加飽足感

一小杯裏居然有 20 多種優質成分（驚!），難怪詢問度超高，想知道更詳細的介紹，進來看就知道~

請將下列連結複製到您的臉書塗鴉牆上

<http://goo.gl/yB45b>

在 Google 日曆建立專屬的共用行事曆

Facebook:

【時間管理工具推薦】大家都很忙還要一個一個聯絡很辛苦？推薦你簡單好用 Google 日曆的共用行事曆功能，可以幫助您：

1.快速安排個人行程；2.充分掌握重要活動資訊；3.活動安排與成員時間配合更緊密…只要簡單幾步驟，就可以建立 Google 共用行事曆，下面有更詳細的介紹喔~

請將下列連結複製到您的臉書塗鴉牆上

<http://goo.gl/kSncp>

家政婦都想知道：如何選購新鮮海產？

Facebook:

【生活小訣竅】如何買到最新鮮的海鮮食材，讓海味在嘴裡活跳跳，選購技巧報乎妳知：1.不買來路不明的海產；2.善用眼、鼻、手觀察海產鮮度；3. 有明確標示…更多選購技巧，下面有更多介紹~

請將下列連結複製到您的臉書塗鴉牆上

<http://goo.gl/6RC5J>

買前必看，平板電腦選購要知道的事

Facebook:

【購買指南】身邊好多同事、朋友都拿平板電腦，我還看過 60 幾歲的阿公阿嬤拿著 iPad 在公園刷（跪拜）～你的 3C 玩具就少一台平板電腦？購買前你一定要知道：1. 確認購買需求；2. 是不是有擴充能力；3. 預算是多少…更多選購前一定要先知道的事，下面有更多介紹～

請將下列連結複製到您的臉書塗鴉牆上

<http://goo.gl/r7HZd>

Facebook:

在美國，一位顧客公佈使用 Lumière de Vie™的經驗。你沒看錯，一點也不誇張！才 1 周，肌膚就有超明顯的改善。有圖為證。

保養好物哪裡買？立即到 <http://goo.gl/heVDY> 搜尋【Lumière】或【若美芙】，就可以找到囉！

「那個皮膚很糟的我已經是過去式了。若美芙™救了我，一點也不誇張！在這之前我從來沒有聽過人對我說『你的皮膚真好！』，而現在我天天都聽到這句話，而且我的皮膚還在持續改善。」

我現在固定使用汀蘭施®酵素 MDI 複方深層潔膚乳、緊膚保濕露和若美芙™全部五種產品。在這之前我用過的任何護膚產品從未能給我如此明顯的改變。附上一張我用了產品一個星期以後的照片。我真的打從心底感激美安推出這麼好的保養品！」— 黛咪·杭博·愛利森



使用前 → 一周後 → 二周後

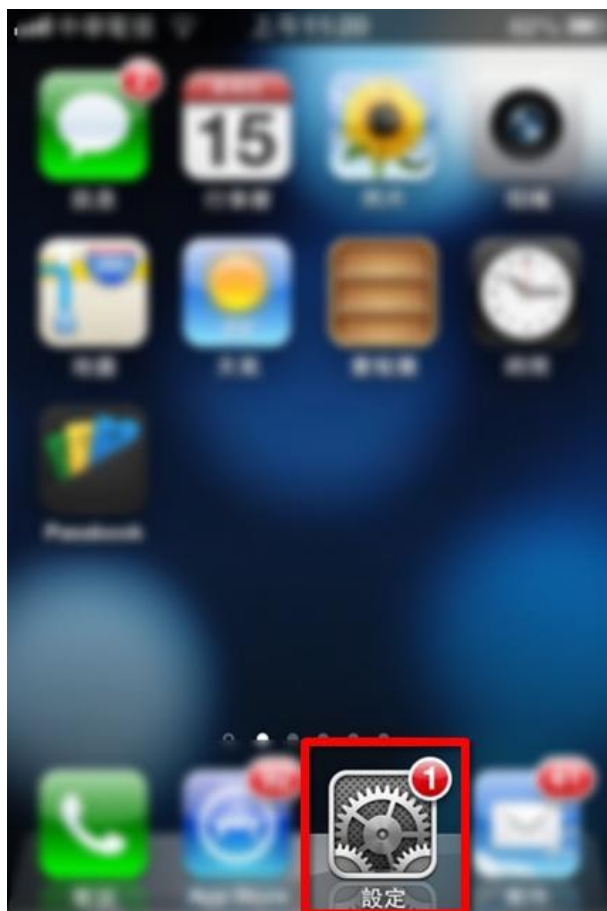


社群媒體工具小撇步

如果你已經開始使用 Google 簡單好用的線上行事曆服務，那你一定要知道如何將 Google 日曆與您的智慧型手機保持同步，重要行程隨時更新、隨時查看、還有小幫手可以幫助隨時提醒。

本周先介紹 Google 日曆與 Apple 裝置進行同步（以 iPhone 手機為例）：

1. 開啓裝置主畫面上的「設定」應用程式



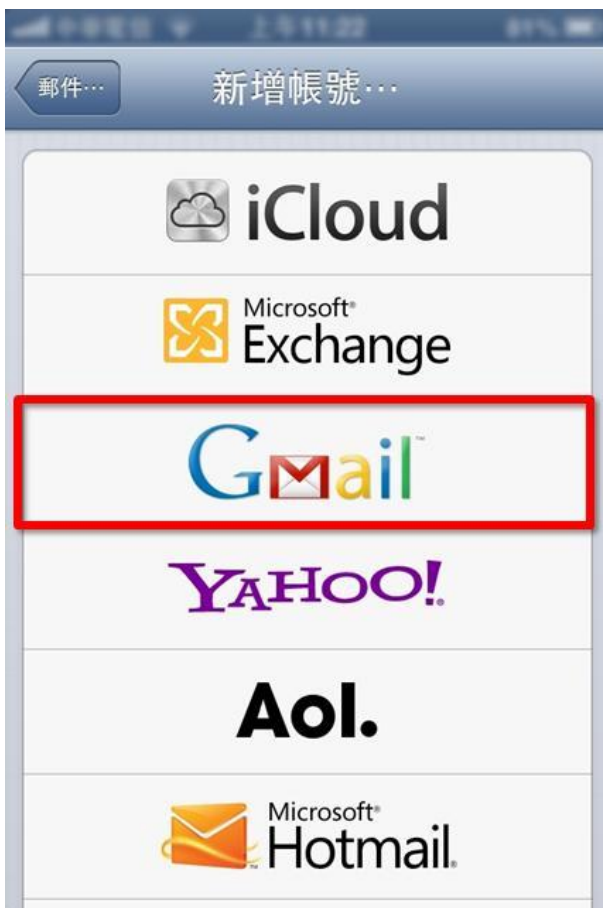
2. 開啓 [郵件、聯絡資訊、行事曆]



3. 選取 [新增帳號...]



4. 選取 [Gmail]



5. 輸入您的帳戶資訊



名稱	王大明
電子郵件	example@gmail.com
密碼	必填
描述	我的 Gmail 帳號

- (1) 在 [名稱] 欄位中，輸入您要向他人顯示的名稱。
 - (2) 在 [電子郵件] 欄位中，輸入您完整 Google 帳戶或 Google Apps 電子郵件地址。
 - (3) 在 [密碼] 欄位中，輸入您的 Google 帳戶或 Google Apps 密碼。
 - (4) 在 [描述] 欄位中，輸入日曆的描述（例如「個人日曆」）。
6. 選取畫面上方的 [下一步]。



7. 確定 [行事曆] 選項已啓用。



設定完畢後，請在裝置上開啓「行事曆」應用程式，這樣手機行事曆就會自動與網頁版 Google 日曆

同步。



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（無名、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：

即享雪克，忙碌現代人優質便利的營養補充品

全新生活™即享雪克 營養成分



詢問度超高的全新生活™即享雪克，是忙碌的現代人最佳營養補充食品，可以當早餐、當點心、還可以當代餐，隨時補充身體不足的營養素，還能滿足口慾維持飽足感，簡單又沒有身材負擔！

全新生活™即享雪克不僅是優質蛋白質補充品，同時提供豐富膳食纖維以及維生素、礦物質、等 20 多種重要營養素，只要喝一小份即可達到 1/3 的「國人膳食營養素參考攝取量」對維生素及礦物質建議攝取量，給你滿滿的營養，它含有以下成分：

1. 蛋白質：

蛋白質不會令血糖急速升高，並有助於達到飽足感。蛋白質於維持及建立肌肉以輕易進行一般工作亦非常重要。

2. 膳食纖維：

膳食纖維可促進腸道蠕動、增加飽足感、使糞便比較柔軟而易於排出。膳食中有適量的膳食纖維時，可增加糞便量。

3. 維生素 A（棕櫚酸維他命 A）：

維生素 A 是脂溶性維生素，有助於維持在暗處的視覺。增進皮膚與黏膜的健康。幫助牙齒和骨骼的發育與生長。

4. 維生素 B1（硫胺素）：

維生素 B1 有助於維持能量正常代謝，幫助維持皮膚、心臟及神經系統的正常功能。有助於維持正常的食慾。

5. 維生素 B2（核黃素）：

維生素 B2 的角色是輔酵素的一種成分，與其他維生素 B 合作。維生素 B2 為水溶性，因此，必須每日補充，有助維持能量正常代謝，及維持皮膚健康。

6. 維生素 B3（菸鹼酸）：

菸鹼酸作為多種酵素的輔酵素，有助於維持能量正常代謝，並增進皮膚、神經系統、黏膜及消化系統的健康。

7. 維生素 B5（泛酸）：

維生素 B5 屬水溶性維生素群的一種，有助於維持能量正常代謝。增進皮膚和黏膜的健康。有助於體脂肪、膽固醇的合成及胺基酸的代謝。

8. 維生素 B6：

維生素 B6 是構成輔酵素的一種成分，參與胺基酸的代謝。有助於維持胺基酸正常代謝、紅血球中紫質的形成、幫助色胺酸轉變成菸鹼素，紅血球可維持正常型態，並增進神經系統的健康。

9. 維生素 B12（鈷氨素）：

維生素 B12 是細菌產物，對於素食者而言，服用維生素 B12 以維持健康狀態是很必要的。維生素 B12 有助於紅血球的形成。增進神經系統的健康。

10. 維他命 C (抗壞血酸)：

維生素 C 是相當脆弱的維生素，營養價值很容易在烹煮過程、或曝露於氧氣而受到傷害。維生素 C 能促進膠原蛋白的形成，有助於傷口癒合。有助於維持細胞排列的緊密性。增進體內結締組織。骨骼及牙齒的生長。促進鐵的吸收。具抗氧化作用。

11. 維他命 D：

維生素 D 能增進鈣吸收。幫助骨骼與牙齒的生長發育。促進釋放骨鈣，以維持血鈣平衡。有助於維持神經、肌肉的正常生理。

12. 維他命 E：

維生素 E 少不飽和脂肪酸的氧化，有助於維持細胞膜的完整性、具抗氧化作用。增進皮膚與血球的健康。有助於減少自由基的產生。

13. 鈣質：

鈣有助於維持骨骼與牙齒的正常發育及健康，幫助血液正常凝固功能。有助於肌肉與心臟的正常收縮及神經的感應性。活化凝血酶元轉變為凝血酶，幫助血液凝固。調控細胞的通透性。

14. 鉻：

鉻是必要的微量礦物質。鉻的食物來源包括：啤酒酵母、全穀類、青花椰菜、梅乾、菇類、魚類、啤酒、香料、紅糖、咖啡、茶、葡萄酒、肉類製品。

15. 銅：

銅是人體營養中必需的微量礦物質，在維持人體健康的扮演重要的角色。銅的最佳飲食來源是：內臟、海鮮、堅果、種籽、小麥麩皮穀類、全穀類製品和可可製品。

16. 碘：

碘存在於大部份海產及加碘食鹽。碘為合成甲狀腺激素的主要成分，有助於維持正常生長、發育、神經肌肉的功能。調節細胞的氧化作用。有助於維持甲狀腺激素的正常分泌。有助於維持正常基礎代謝。

17. 鎂：

鎂有助於骨骼與牙齒的正常發育。有助於維持醣類的正常代謝。有助於心臟、肌肉及神經的正常功能。有助於身體正常代謝。

18. 錳：

錳是一種存在於植物及動物物質內的礦物質。含錳最豐富的食物來源包括：全穀物、堅果、葉菜類及茶。

19. 鉀：

富含鉀的食物包括了新鮮蔬果，例如：香蕉、柳丁、哈密瓜、鱷梨、生菠菜、高麗菜和芹菜。

20. 硒：

硒的最佳食物來源包括堅果、未加工穀類、糙米、小麥胚芽和海產。

21. 鋅：

鋅為胰島素及多種酵素的成分。有助於維持能量、醣類、蛋白質與核酸的正常代謝。增進皮膚健康。有助於維持正常味覺與食慾。有助於維持生長發育與生殖機能。

22. 維生素 B7(生物素)：

生物素有助於維持能量與胺基酸的正常代謝。有助於脂肪與肝醣的合成。有助於嘌呤的合成。增進皮膚和黏膜的健康。

全新生活™即享雪克含有優質的維生素、礦物質、蛋白質與鈣質等，不論是想要維持窈窕體態，或是三餐老是在外、飲食不正常希望能夠補給營養，即刻補充就能提供活動所需要的體力與營養。

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)