

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。

颱風季來襲，居家防颱準備事項

Facebook:

【9個小訣竅因應颱風季節來臨】進入颱風季節，門窗損壞、淹水、菜價浮動搞得人心惶惶，颱風來前請先 1. 清掃排水溝 2. 檢查門窗 3. 儲水備糧 4. 準備急難包í 哇！還有好多預防工作要準備，你家有準備嗎？～

請將下列連結複製到您的臉書塗鴉牆上

<http://goo.gl/cqnn1C>

Facebook:

【2014 MAIC 即將登場】創業家們你準備好了沒？2014 MAIC 即將在美東時間 8/7-10 盛大登場！隨著經濟模式轉變、科技日新月異，如何跟上世界快速變遷的腳步？2014 MAIC 知識盛會將告訴你如何運用網路科技、SHOP.COM 平台，打造你專屬個人經濟、共創新未來！ #MAIC2014

請將下列連結複製到您的臉書塗鴉牆上

<http://youtu.be/xY7vR3SNKTA>

Facebook:

【周末戶外出遊包】小貓熊圓仔滿周歲嘍！帶著一顆熱情的心到動物園幫圓仔慶生，也要注意熱情的天氣喔~！做好萬全準備保持活力才能玩得盡興，晚上就先來準備明天出遊的必備小物吧~



Facebook:

【大熱天想要健康+好人緣?!】二十四節氣小暑過，一日熱三分~汗水滴不停，衣物毛巾更要常替換清洗，以免異味讓旁人捏鼻遠去~保持身體乾淨清爽，過個健康又有好人緣的夏天!



Facebook:

【給寶貝肌膚愛的呵護】BABY 柔嫩的肌膚最需要用心呵護!看看網友林零七的小寶貝 e 媚兒,俏皮的模樣是不是跟瓶子上的表情很像呢?!好像在說:這是最愛,媽咪趕快來幫我~~



怎麼這張表情和瓶子的圖有點像呢~與林映君。

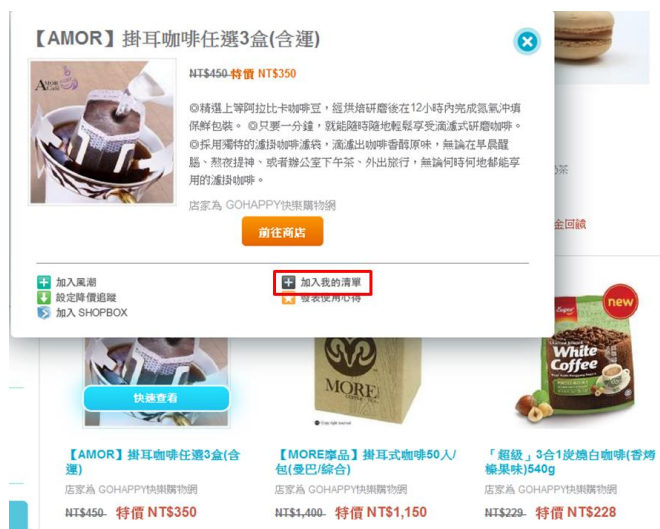


科技工具小撇步

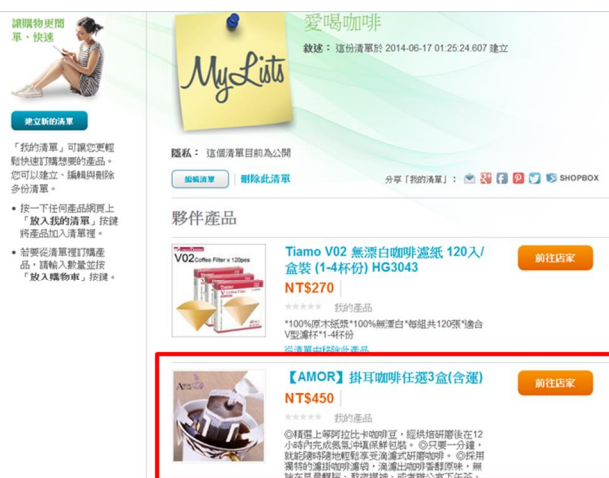
TW.SHOP.COM『我的清單』功能，讓生活採購一目了然，幫助您快速找到常用夥伴商店的商品，訂購省時又簡單，如何建立我的清單?

1.先在 TW.SHOP.COM 建立一個新的清單

2.把喜歡的夥伴商店商品加到我的清單



3.商品成功加入後便會出現該清單的列表中



未來進入 [SHOP.COM](#) 購買常用商品時，只要從首頁進入『我的清單』，就可以輕鬆找到之前儲存的商品了。購物時順手建立『我的清單』並定期整理，幫助您更快速找到常購買的商品或店家，省下更多搜尋時間。

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：

吃宵夜也有一番學問？！



總算到了屬於自己真正可以放鬆的時刻，居然已經逼近睡覺時間了，如此忙碌的生活，真想吃點宵夜補一補！情感面想彌補勞累一天的自己，理性面卻告訴我們：「吃宵夜容易造成身體負擔，影響消化與外型。」其實，吃一些幫助消化、低卡，較不會造成身體負擔的食物，再注意吃的時間跟吃法，還是可以讓自己好好犒賞自己一下的，有吃宵夜習慣的人，不妨參考下面幾個小方法。

1.油膩重口味 **OUT**

盡量不要吃油膩、重口味、高糖分及加工食物，不僅熱量高，太晚吃容易消化不良造成身體負擔。

2.清淡富飽足感 **GOOD**

建議選擇清淡、低糖、低熱量、好消化又富飽足感，富營養又較健康的食物，例如：南瓜粥、糙米粥、優格、黑巧克力、天然穀物、堅果、地瓜、香蕉、新鮮蔬果、天然水果乾、新鮮蔬果汁、黑木耳飲品或清湯¹等。

3.進食時間

吃完立刻睡覺會影響睡眠品質，也容易造成消化不良，建議最晚在睡前 2 小時禁食完畢。

4.增加咀嚼次數

吃宵夜時試著咬慢一點，並增加咀嚼次數，幫助消化還能增加飽足感。

宵夜怎麼吃還真有一番學問，平時可在家中準備一些健康、低熱量的小零嘴，吃起宵夜來心情輕鬆身體少負擔！

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)

Pinterest (www.pinterest.com/markettaiwan)