

## 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:

【好消息!美安的挑戰賽開始了!】 2015 年全新生活™打造健康窈窕挑戰賽在 4 月 2 日展開了!總獎金高達 68 萬元! 想要「瘋窈窕、拿獎金」嗎?請立即報名參加! 加碼好康等著您，即日起至 4 月 30 日止只要將”2015 年全新生活™打造健康窈窕挑戰賽”好消息及網頁分享轉貼給您的好朋友，分享轉貼時以文字展現您的創意!就有機會得到用手抽出的全新生活紅花油精華膠囊 1 瓶(價值\$1660 元)! 得獎名單擇期公佈在美安台灣官方粉絲專頁 ([facebook.com/markettaiwan](https://www.facebook.com/markettaiwan))，最後獎品將寄出給中獎者喔!

2015 年全新生活™打造健康窈窕挑戰賽詳情請參閱：

[http://tw.shop.com/2015\\_tls\\_findyourfit-v.xhtml?tkr=s24053](http://tw.shop.com/2015_tls_findyourfit-v.xhtml?tkr=s24053)



立即報名



總獎金高達68萬台幣

挑戰期間: 2015/5/18-2015/8/30(105天)  
(挑戰期間為連續12週(84天)比賽, 詳細辦法詳見正式規則)

請將下列連結複製到您的臉書塗鴉牆上：

[facebook.com/markettaiwan](https://www.facebook.com/markettaiwan) [http://tw.shop.com/2015\\_tls\\_findyourfit-v.xhtml?tkr=s24053](http://tw.shop.com/2015_tls_findyourfit-v.xhtml?tkr=s24053)

**Facebook:**

【防曬 Tip】日頭赤炎炎的季節近了，防曬一年四季都要做，怎麼做才能盡量避免讓人心驚驚的外線輻射？(。●▽●。)

<http://blog.market taiwan.com.tw/%E9%98%B2%E6%9B%AC%E4%B8%8.../>

請將下列連結複製到您的臉書塗鴉牆上：

<http://blog.market taiwan.com.tw/%E9%98%B2%E6%9B%AC%E4%B8%8.../>

**Facebook:**

【影響全球美麗女性的頂尖人物－羅琳·萊丁格】想知道網路零售巨擘美安 SHOP.COM 資深副總裁羅琳·萊丁格(Loren Ridinger)如何創造莫蒂膚® 旋風、引領國際時尚彩妝趨勢，你一定要看這期的 ELLE 雜誌，了解她如何透過幫助別人成功，同時也讓自己成功的故事！

<http://blog.market taiwan.com.tw/motives%E6%99%82%E5%B0%9A.../>

請將下列連結複製到您的臉書塗鴉牆上：

<http://blog.market taiwan.com.tw/motives%E6%99%82%E5%B0%9A.../>

**Facebook:**

【我的時尚唇在感！】想要什麼顏色的唇膏繽紛今年春夏呢？熱情奔放、甜美可人、淡雅氣質的色系通通有，立馬來挑個最傾心的吧~~ξ( ❁ > ~ ◡ )

<http://tw.shop.com/莫蒂膚+reg+水漾唇膏-1001449918-p+.xhtml?tkr=s16096>



請將下列連結複製到您的臉書塗鴉牆上：

<http://tw.shop.com/莫蒂膚+reg+水漾唇膏-1001449918-p+.xhtml?tkr=s16096>

## Facebook:

【紫色力量！】什麼才是天然抗氧化成分呢？藍紫色食物富含花青素，可以增強眼睛感光物質「視紫質」的生成、提升視覺的敏銳度、加強眼部血液循環及代謝，補充對的食物，為好氣色、眼眸健康加分喔~ξ(❀>◡◡)



## 科技工具小撇步

「美安台灣行動 DM」獨家商品資訊一把罩！

美安台灣行動 DM 哪裡找？

1.請先下載免費的『美安行動商務』（mtMobile）APP：

iPhone 下載頁面 <http://tinyurl.com/9cwxhlq>；

Android 下載頁面 <http://tinyurl.com/8gjrk4n>；Android Pad 下載頁面 <http://tinyurl.com/8gsvqtb>。

2.請開啟『美安行動商務』（mtMobile），進入『分享』選單內容，再點選「美安台灣行動DM」。



3.現在，你就可以在美安台灣行動 DM 中，找到美安獨家產品的資訊，點擊後就能放大觀看。

Tips：同時按下「電源鍵+HOME 鍵」，就能將產品 DM 儲存在自己的手機或平板電腦內，離線時也可以隨時查看。



## 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：

## 頭好壯壯的生活習慣！



想要頭好壯壯，保持良好心情、多運動。之外，還能在每天的生活當中做什麼呢？試著改變生活中的習慣，說不定有意想不到的結果喔！

### 1.睡得好

規律的就寢與起床時間，養成習慣，頭腦才不會覺得混沌，做事自然就會有效率。人在下午的一段時間，有些人在下午的時候偶而會覺得昏昏欲睡，，在中午休息時間小睡片刻個 30 分鐘，可以提高午後的認知表現。

**\*好睡秘訣：**可以在睡前練習腹式呼吸：平躺，閉上眼睛，深深吸氣到腹部，邊默數到 4 後，憋住氣數到 8。接著收縮腹部，邊吐氣邊數到 4，再繼續吐氣數到 8 為止。重複 5~10 次。

### 2.均衡飲食

早餐一定要吃，且要以低脂、低油膩、少糖的食物為主，另外建議適量補充綜合維他命以補充營養不均衡，尤其維生素 C 與 E，或食物如草莓、青花菜、葡萄乾、柳橙等可以抗氧化。絕對要避免節食與完全斷食，因為飢餓容易產生低血糖的狀況，損害腦功能。

### 3.樂觀思考

工作時，抱持正面思想，樂在工作，不要把工作事務視為壓力，而把它往好處想，多去想想工作所能帶來的成就感或是有趣的新挑戰，以免長期以來造成腦部壓力，令大腦衰退。

### 4.避免發呆

別讓腦筋空轉，如果選擇不出門，也要找點事動動腦，例如：繪畫、聽音樂、唱歌等，多多活化腦袋，藉以提升創造力、正面能量。

## 5.多變化閱讀

最好能打破自己的閱讀喜好，時常看同樣類型的雜誌、書籍，無形中限制了獲取情報的來源，所以應儘量多閱讀和自己領域無關的讀物，增加大腦新鮮感，更有助了解社會趨勢，產生創意。

快樂地過每分每秒，發揮源源不絕的好奇心。多運動、多閱讀，充滿正面能量與豐沛的知識，外表散發出耀眼的自信，自然頭好壯壯啦！

---

### ※好物推薦

#### Essential Omega III 維他命 E 魚油



#### 產品資訊

Essential Omega III 維他命 E 魚油膠囊食品內含 EPA（二十碳五烯酸）和 DHA（二十二碳六烯酸）、Omega-3 脂肪酸及維生素 E，能幫助維持健康。

#### 【夥伴商店】

# TAAZE

《注目新書》



---

一起加入美安台灣社群媒體吧！



**Facebook** ([www.facebook.com/markettaiwan](http://www.facebook.com/markettaiwan))

**Twitter** (<https://twitter.com/markettaiwan>)

**YouTube** ([www.youtube.com/user/MarketTaiwanVideos](http://www.youtube.com/user/MarketTaiwanVideos))

**Plurk** ([www.plurk.com/markettaiwan](http://www.plurk.com/markettaiwan))

**Instagram** ([instagram.com/markettaiwan](http://instagram.com/markettaiwan))