

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。

代謝慢？促進新陳代謝有好方法

Facebook:

【新陳代謝】年紀越大新陳代謝率就越往下降，身材容易發胖、肌膚黯沉又粗糙（冏~），促進新陳代謝率有好方法：1.養成運動的好習慣；2.按摩身體、泡澡或泡腳；3.補充維生素 B 維持能量正常代謝…更多提升代謝率的好方法，快來這裡看~

請將下列連結複製到您的臉書塗鴉牆上

<http://goo.gl/xZQm8o>

Facebook 臉書的無牆百貨「美安台灣網路」(maNetwork)

Facebook:

【在 FB 上逛街購物】FB 可以寫網誌、交朋友、談心聊天，它其實還有粉厲害的購物功能呢~！想試試臉書上的無牆百貨：1.在 FB 搜尋欄輸入『maNetwork』；2.選擇『maNetwork』應用程式；3.下載完成立即體驗…想更瞭解 maNetwork，快來這裡看~

請將下列連結複製到您的臉書塗鴉牆上

<http://goo.gl/AAmbUP>

純淨好水只要簡單 5 步驟

Facebook:

【高溫炎熱 喝什麼最退火？】高溫炎熱的氣候，你知道喝什麼最清涼解渴、最降火氣？可以選擇：1.應景的新鮮水果打成果汁當飲料喝；2.富含多種營養素的蘆薈汁多補充；3.加裝濾水器的健康飲水安心喝…想知道如何輕鬆享受純淨好水，快來這裡看~

請將下列連結複製到您的臉書塗鴉牆上

<http://goo.gl/IC3SBo>

Facebook:

【瓶裝水 VS.濾水器】天氣好熱需要補充更多水分，你會選擇『瓶裝水』or『濾水器的潔淨水』？來看看選擇濾水器的純淨水與瓶裝水的不同：

1. 更美味：減少氯味、臭味提供純淨美味飲水
2. 更環保：減少瓶裝水製造的垃圾
3. 更省費：成本比瓶裝水便宜
4. 更健康：過濾水中未能濾除的雜質



喝好水
你有更好的選擇！

PURE
美安純淨™桌上型濾水器 | 產品代號：T4004 | NT\$4,300
美安純淨™桌上型濾水器濾芯 | 產品代號：T4025 | NT\$2,340

請上TW.SHOP.COM選購 \$

The advertisement features a white background with blue and grey text. At the top, the headline '喝好水 你有更好的選擇！' is written in a large, blue, sans-serif font. Below the headline is a photograph of the PURE water filtration system, including a white rectangular base unit with the 'PURE' logo, two cylindrical filter cartridges (one white and one blue), and a white tap attachment with a hose. At the bottom, the 'PURE' logo is displayed in a large, blue, sans-serif font. To the right of the logo, two lines of smaller text provide product details: '美安純淨™桌上型濾水器 | 產品代號：T4004 | NT\$4,300' and '美安純淨™桌上型濾水器濾芯 | 產品代號：T4025 | NT\$2,340'. Below this, a call to action reads '請上TW.SHOP.COM選購' followed by a red square icon containing a white dollar sign.

Facebook:

【分享 眼部保養步驟】想要改善眼周黯沉、淡化細紋及皺紋？海倫推薦使用若美芙™緊緻眼霜，搭配眼部專用的金屬小棒棒按摩，簡單幾步驟，讓人擁有迷人電眼好 Easy~

想找海倫用的好物？快到 <http://goo.gl/heVDY> 搜尋『眼霜』就能找得到！



海倫倫

海倫愛用的眼霜：若美芙緊緻眼霜～”品如其名”...緊緻

還附了超有質感的金屬按摩棒
可以冰在冰箱..冰涼涼再使用
除了幫助眼部微循環，還能淡化細紋與皺紋
海倫不要鬆鬆眼皮，黑黑眼圍拜拜～

相簿：手機上傳

分享對象：公開

開啓相片檢視器

下載

檢舉

科技工具小撇步

日前，Google 對免費郵件服務 Gmail 做出改版，將信件自動分類，並用分頁方式來呈現，讓使用者能快速判斷郵件的性質及優先性，節省閱讀信件、郵件處理時間。

建議您進行以下簡單動作，能確保您可即時閱讀重要『美安 e 快訊』：

輕鬆將郵件移至不同的分頁

在分頁之間任意拖放

按一下滑鼠右鍵並選擇 [移至分頁]

好，我知道了！

1. 若您在『促銷活動』及『最新快訊』分頁中發現『美安 e 快訊』相關郵件，請用滑鼠左鍵點選郵件標題不放。
2. 直接將郵件拖拉至『主要』分頁上面，您可看到『主要』分頁的底色已經反白，此時請放開滑鼠左鍵。
3. 或是，在郵件上按一下滑鼠右鍵，並選擇『移至分頁』。
4. 系統會詢問您『日後是否將這個信箱所寄來的郵件都套用相同的變更』，請點選『是』。以後只要是『美安 e 快訊』郵件，就會自動被歸類到『主要』分頁中了。

這將確保您可即時閱讀重要『美安 e 快訊』，使您隨時掌握重要訊息，以利發展您的超連鎖事業！

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：

代謝慢？促進新陳代謝有好方法



爲什麼飲食作息都沒改變，但身材卻逐漸發胖走樣，就算節食少吃效果還是很有限？爲什麼以前膚質狀況較差時，休息幾天就能恢復，現在卻是每況愈下？還有體力變差、記憶力不足等問題，這些很可

能是因爲新陳代謝變慢所致。

新陳代謝速度的快或慢，與體質、年齡、生活習慣…等都有關係，靠後天的保養與調整，還是能達到促進新陳代謝、維持身體健康的目的，以下幾個提升新陳代謝的方法，可做爲參考：

1. 保持運動的習慣

要提升身體新陳代謝的速度，運動是最有效且最自然、健康的方式，運動促進血液循環，幫助多餘的脂肪代謝。平時多利用午休或上下班時間走路、假日多從事戶外活動，隨時隨地找到運動的最佳時機。

2. 補充足夠的飲水

補充足夠的水分，可以加速腸胃蠕動、幫助身體的代謝率，人體內很多毒素、廢物是透過流汗或尿液排出體外，多喝水可以促進新陳代謝，炎炎夏日還可避免體內過於燥熱或中暑。

3. 停止無效的節食

爲了保持窈窕體態，很多人會採取斷食、或只攝取某種營養的節食方式來控制體重，這樣一來不僅新陳代謝率變慢，體重無法獲得控制，身體還會因爲營養攝取不均衡而發生狀況，有效的體重控制應注意均衡營養，提高新陳代謝率。

4. 維持充足的休息

多休息、避免經常熬夜成爲夜貓族，盡早就寢可消除一天的疲勞、恢復身體的機能；因工作需經常熬夜者，可以多補充營養補充品，幫助修補身體組織、調整體質，促進新陳代謝，天天都精神有活力！

5. 按摩身體、泡澡或泡腳

正確的按摩方式能使肌肉代謝更加旺盛，幫助體內廢物排出；而泡熱水澡、洗三溫暖，能刺激汗腺發汗、消耗能量、促進老舊角質更新，如果天氣太熱、有心血管疾病，建議以泡腳來取代。

另外，定期進行健康檢查，特別是有家族遺傳疾病者，更應隨時注意是否有代謝疾病發生的風險。

=====

※ 好物推薦

[美安純淨™桌上型濾水器](#)



美安純淨™桌上型濾水器利用獨家的雙濾式淨水系統，安裝簡易又省時，結合碳濾心、離子交換程序與亞微型濾心，讓您從居家廚房的水龍頭就能製造出健康、好喝的飲水。

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)