

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:

【擁抱窈窕新生活】2015 年全新生活™打造健康窈窕挑戰賽已經到了最後倒數階段啦！參賽者們，敬請把握最後衝刺的機會！完成 12 週的挑戰後，也別忘了將所有相關資料繳交給美安台灣公司全新生活™小組喔！全新的生活，全新的你。秀出最完美的自己，就有機會贏得高額獎金喔～



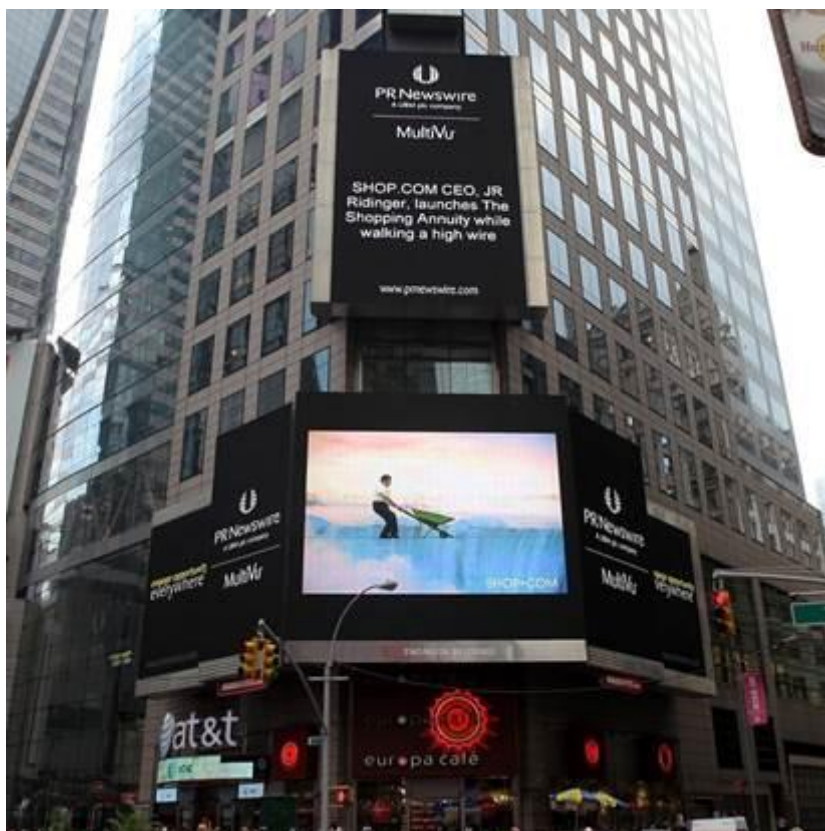
Facebook:

【歡慶十周年，消費做公益】為了慶祝美安台灣 | TW.SHOP.COM 十周年，我們特別與兒福聯盟合作，更感謝 TW.SHOP.COM 夥伴商店的熱情參與。請大家呼朋引伴，踴躍前往連結中的 19 家夥伴商店，購買你喜愛的商品。同時還可以賺取 [#現金回饋 \(#Cashback\)](#)、累積 [#購物年金 \(#ShoppingAnnuity\)](#)，轉消費為收入。愛心不落人後，讓我們一起消費做公益，衝吧！活動內容連結：http://tw.shop.com/10th_anniversary-v.xhtml?tkr=s28133



Facebook:

【相信就是力量】只要秉持信念，沒有什麼是辦不到的！JR 在 2015 美安國際年會（[#maic2015](#)）推著獨輪車在高空走鋼索的畫面，出現在紐約時代廣場（[#TimesSquare](#)）的電視牆上，向世人展現，「只要相信，你一定做得到！」



Facebook:

【健康更加分】現代人生活忙碌，營養補充也要講求效率！現在，你再也不用費力吞膠囊和錠劑了！試試用喝的等滲透營養品，吸收效果快，讓營養價值不易流失！只要一次，你就會愛上它！

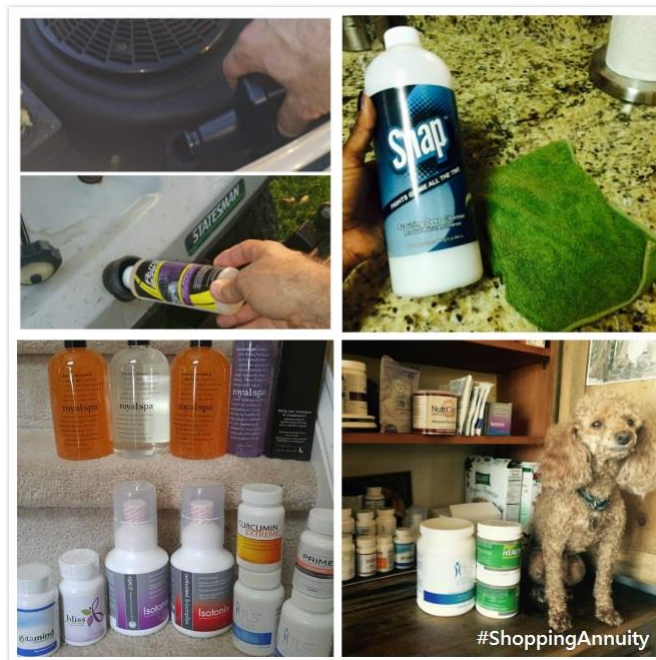


Facebook:

【創新購物模式】想要無負擔地享受購物樂趣嗎？想要邊買邊賺嗎？

立刻來 TW.SHOP.COM 消費，賺取 [#現金回饋](#) ([#Cashback](#))、累積 [#購物年金](#) ([#ShoppingAnnuity](#)) 吧！

看看大家都買了些什麼～



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：

親愛的孩子，你吃對了嗎？



均衡飲食是幫助孩子生長發育的重要元素。如果家中小朋友常常挑食怎麼辦？食物種類那麼多，父母該如何為他們選擇，才能獲得均衡的營養呢？

1. 均衡飲食

幸福人生就從吃對食物開始！建議依照衛生福利部食品藥物管理署所提供的每日飲食指南為孩子準備餐點，定時定量，幫助孩子吃對的食物，為健康加分！

學童期（7-12 歲）每日飲食指南



◆ 豆魚肉蛋類

蛋、魚、肉、豆腐、豆腐干、豆漿都含有豐富的蛋白質。

◆ 蔬菜類

各種蔬菜主要供給維生素、礦物質與纖維。深綠色與深黃紅色的蔬菜，例如：菠菜、甘藍菜、胡蘿蔔、南瓜等所含的維生素、礦物質比淺色蔬菜多。

◆ 水果類

水果可以提供維生素、礦物質與纖維，例如：橘子、柳丁、木瓜、芭樂、鳳梨、香蕉等。

◆ 油脂與堅果種子類

炒菜用的油及花生、腰果等堅果類，可以供給脂肪。

資料來源：衛生福利部食品藥物管理署

2. 偏食有對策

孩子的健康和飲食習習相關，孩子如果不喜歡吃蔬菜水果，除了盡可能地幫助孩子改善偏食習慣之外，也建議適量地補充酵素、益生菌。

3. 吃對早餐

一天的活力泉源就從家裡的餐桌開始吧！父母平時怎麼為孩子準備一份營養又美味的早餐呢？

建議的優質早餐內容

鮭魚海苔飯捲

A. 準備海苔 1 片(大片)、白飯 1 碗、罐頭鮭魚半罐、小黃瓜 1/4 條(約 25 克，切成條狀)、紅蘿蔔 1/4 條(約 50 克，煮熟後，切成條狀)。(依個人喜好調整)

B. 將保鮮膜鋪在桌上，放上海苔。

C. 將白飯均勻鋪在海苔上，接著放上鮭魚、小黃瓜、紅蘿蔔，最後捲起來便完成了。

4. 早睡早起

養成早睡早起的習慣，不僅讓孩子們有時間慢慢的吃早餐，一家人也可以有更多相處的時間，趁此時培養親子關係。

營養不均衡容易影響學習力，也會影響日常表現。因此，希望孩子贏在起跑點，均衡的營養飲食一定不能少喔！

=====

※好物推薦

[愛的奇蹟™天然嬰兒護膚超值組](#)



愛的奇蹟™天然嬰兒護膚超值組包括愛的奇蹟™天然嬰兒洗髮沐浴泡泡 1 瓶、愛的奇蹟™天然嬰兒保濕乳 1 瓶及愛的奇蹟™天然嬰兒安膚霜 1 瓶，享有超值 85 折優惠，同時附有設計精美的外盒做包裝，自用送禮兩相宜！

北市衛粧廣字第 10310634 號

【夥伴商店】

[蔬菜](#)



一起加入美安台灣社群媒體吧！



Facebook (www.facebook.com/markettaiwan)

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

YouTube (www.youtube.com/user/MarketTaiwanVideos)

Plurk (www.plurk.com/markettaiwan)

Instagram (instagram.com/markettaiwan)