

小嘴巴 大滿足 第23期



2015/01.02.03月號

**電影100元
折價券在裡面**

更多詳細資訊請上

www.8400.com.tw

更多好康資訊 ▶ 快翻閱



**大彰化！
熱血彰化！
上山踏青趣**

彰化縣登山步道特輯

手機在手·工作到手!
隨時掌握最新的工作機會就在

大彰投 APP



快去商店下載吧！或上網 **搜尋“大彰投”** 了解更多資訊



廣告刊登

請洽 ◀ **04-7298400**

將有專人為您服務



大彰投廣告公司

彰化市曉陽路247號

TEL:04-7298400

FAX:04-7294487

E-mail:adv119@ms27.hinet.net

<http://www.8400.com.tw>

通過ISO 9001:2008認證



熱血彰化！
上山踏青趣

彰化縣登山步道特輯

大彰投廣告

p.04

撿便宜折價券 p.13
p.16.17 p.20.21

職場禮儀的
言語行為規範 p.14

大家來找碴 p.24

電影折價券 p.30

小嘴巴特約商 p.32

超簡單DIY
情人節巧克力 p.48

發行/
大彰投廣告

企劃/
宋雅雯
劉美珍

總編輯/
宋君佩

採訪編輯/
程玲嘉
李雲卿
余小鈴



熱血彰化！ 上山踏青趣

彰化縣登山步道特輯

別再當低頭族了！跟著小編走出戶外吧！
知道嗎？彰化沿著八卦山脈，有著非常多漂亮又
清幽的森林步道可供遊憩，田中的香山古道、社
頭的清水岩步道、猴探井步道...等，都非常值得
我們去探訪，放假就應該到戶外去，呼吸新鮮空
氣！快放下手機，跟著小編上山踏青趣！！



田中

香山森林步道（香山古道）



香山森林步道是早年往來於田中鎮香山里與名間鄉三崙村粗坑巷的便捷古徑。步道在山腳路的29K與29.7K之間共有三處入口，其中兩個是自行車道入口，另一個則是由皇信宮牌樓進入產業道路，步道全長600公尺，沿線為次生林及農村交會的環境；下連自行車道，上接松柏嶺茶香步道，可遠眺茶園風光，四季皆宜，步道全段皆行走於林間，很適合親子間的休閒旅遊，步行往返約30分鐘。

麒麟山森林步道（長青登山步道）

麒麟山森林步道，又稱為長青登山步道，位於田中鎮內贊天宮與普興寺後方的小山，是一處較少人知道的登山步道。

麒麟山森林步道長度並不長，總長約1.4公里，步道大多行走於相思林下。步道爬升落差也不大，又可以環型走一圈，是一處親子休閒級的步道。

麒麟山森林步道的風景非常很不錯的，尤其是稜線那段，可瞰看整個田中鎮風光。麒麟山森林步道由贊天宮過普興寺接階梯山徑接長青自行車道為第一段。第二則由起點爬皆梯至最高點的休憩野餐區。第三段由休憩野餐區行稜線至涼亭。第四段由涼亭沿產業道下至步道起點處，再沿原步道下山。



上山踏青趣

彰化縣登山步道特輯

社頭

清水岩步道 —— 十八灣古道

清水岩園區步道內有十八灣森林步道與觀音山步道、中央嶺造林步道、二樓坪自然觀察步道。各步道各有特色及歷史，十八灣森林步道（又稱為挑鹽古道），是沿清水岩坑溪修築上去的，從前因為公路不發達，是田中、社頭與南投、名間貨運往來，民間交流必經的一條山徑，行走此步道，深深感到當地昔人的人文歷史意義，足令人懷古及思前人往來兩地之幸勞。因為山徑曲折多彎，故又稱為十八灣古道。

觀音山步道、中央嶺造林步道，這兩條步是相通的。兩條步道是清水岩區步道的精華處，尤其是中央嶺造林步道，上名間鄉所建的超陡棧階梯，更是驚險刺激，步道大多行於稜線處，舉目無礙，視野非常棒！可瞰看社頭、田中附近之市景，行進間，耳聞鳥鳴細語，眼及層層峰巒相疊的自然享受。





猴探井步道



猴探井步道位在八卦山脈中段西麓帶，連接彰化社頭與南投市，此地山谷像一口井，山谷前的小山峰像是一隻蹲伏在井

緣向下探視的猴子，又傳此地為「猴穴」，因而得名。

步道林蔭蔽天，輕鬆易行，山頂觀景台視野遼闊，還設有黃道十二天宮、天文地質展示臺。環狀步道起迄站分別為猴探井遊憩區與星月天空景觀餐廳，前段由山谷下坡，林蔭蕪鬱蔽日，到達清石產業道路後往右行約260公尺，沿標示再循產業道路進入步道後段，由稜線緩緩上坡，全程約1.5小時，健行猴探井步道，可順遊猴探井天空之橋，或與長青自行車道串連，既可賞景又可健身。



上山踏青趣

彰化縣登山步道特輯



彰化

桃源里森林步道

桃源里森林步道，為彰化市市郊的步道，步道交錯縱橫，四通八達，若非熟悉登山路徑者，亂走小徑，很容易就方向。不過只要依林務局規畫的枕木步道而行，大概就沒問題了。

步道內樹蔭遮成群，處處鳥語伴健行，走起來格外舒適。

桃源里森林步道，為六大步道所組成，所以又細分為龍鳳谷步道、幽蘭谷步道、森林步道、體適能區步道、聯絡步道。

桃源里森林步道入口很多處，三清宮為步道中間處，一般人都從三清宮開始步行，環形走一圈。





四面佛·油桐花步道

步道由139號縣道旁的入口進入後，經過乳牛畜牧區，都會裡難見的乳牛，在這裡成群出現，總令人駐足多看一眼。而一路順勢產業農道而上，平坦好走，兩旁種植有雪白的油桐花，每年四月中旬的油桐花盛開季節，雪白的花瓣片片掉落，如同雪景般的迷人，最具特色人氣的觀光景致。而位於步道頂端的四面佛寺，佔地頗具規模，設施也十分完備。除參拜禮佛外，並可遠眺高鐵奔馳而過的難得景色，且廟方貼心的公告列車路經時間，是一處除了休閒健行外，並可結合宗教與觀景的旅遊不錯去處。步道旁並有一處銀行山禾家牧場，規劃有休閒遊憩區，提供了健行外更多的休閒娛樂方式。

彰化還有很多條森林步道小編無法一一介紹，有興趣的讀者們，可以上彰化縣旅遊局網站查詢更重要的一點就是，要出外踏青，吸收芬多精，讓自己的身體更健康，生活更豐富多彩喔！

比馬桶還髒的 20樣生活用品

我們覺得廁所髒，經常會用各種化學用品刷洗馬桶，使它反而比較不容易生細菌。反觀牙刷、菜瓜布、手機這些東西，我們經常使用卻很少清潔，why？嗚嗚，牙刷就放在馬桶旁邊，每次沖馬桶也沒有蓋上蓋子，原來一直以來，我都在吃……



OOPS!!

1. 廁所地板

公共廁所每平方英尺約有200萬隻細菌，相較之下廁所每坪英尺只有50隻。

2. 辦公桌

細菌數大約比馬桶多400倍。

3. 鍵盤

細菌數約比馬桶座多200倍。

4. 手機

細菌數比馬桶多10倍～想像一下每天直接用臉頰緊貼著馬桶內側吧～

5. 餐廳菜單

細菌數比馬桶座多100倍。

6. 砧板

老實說，沾在砧板上的糞便可能比馬桶還多，因為生肉經常夾帶許多糞便細菌。

7.牙刷

每當你沖馬桶時，細菌有可能被噴起來，漂浮長達2小時。很多最後都棲息在牙刷上了。

8.地毯

人類每小時掉落150萬個表皮細胞，這些都會變成地毯上細菌的食物。因此，每平方英吋的地毯上有20萬隻細菌，是馬桶座的4000倍。

9.冰箱

多數冰箱裡都藏有大腸桿菌。

10.重複使用的購物袋

由於很少清洗它們，這些袋子帶菌數可能比內衣褲還多。

11.遙控器

這是大多數人家裡最髒的一件東西了

12.門把

手是全身上下最髒的部位之一，而幾乎所有人都是用手開門……所以千萬不要舔門把喔！

13.電燈開關

每平方英吋約有217隻細菌。

14.廚房水槽

廚房裡光是一個洗手槽，就比整間浴室加起來還要髒了。



15.浴缸

你在裡面洗澡，卻沒想過它其實很髒吧？每平方英尺的浴缸有19468隻細菌。

16.枕頭

死去的表皮細胞、塵蟎、真菌孢子、花粉和其他身體分泌物，每晚都在你枕著的地方堆積。

17.床墊

你知道嗎？如果你睡一張床墊整整10年，收集到的塵蟎、粉塵可以為它增加一倍的重量。

18.寵物食盆

每平方英尺有2110隻細菌。

19.錢

一張鈔票上最多可以有20萬隻細菌，所以摸過錢後最好能洗手。

20.窗簾

它只是掛在那兒，就會不斷吸附寵物毛髮、黴菌、皮屑、塵蟎等東西。



蘿琳莎時尚美學

憑本券.....

基礎保濕 彈力護理

體驗價 **499**

有效期限: 104.1.1 - 3.31止

蘿琳莎時尚美學

憑本券.....

微量脈衝 保濕護理

體驗價 **799**

有效期限: 104.1.1 - 3.31止

蘿琳莎時尚美學

憑本券.....

截角 現折

100

有效期限: 104.1.1 - 3.31止

Rolinsa

蘿琳莎時尚美學



手部保濕護理 **399**

特價

嫁接睫毛 **699 up**

特價

蘿琳莎淡妝 **899 up**

特價

新娘整體造型 **3899 up**

特價



預約電話 **04-7265988**
(預約制) **0980-667588**

彰化市建國南路109巷101號
(陽明新天地)



二姐焦糖滷味

憑本券... 來店消費

◎100◎20

滿200送40元折價券, 以此類推
(20元折價券無使用期限, 每張限用1張)
有效期限至: 104.01.01-01.31止

【站前店】

彰化市中正路二段100號
TEL: 04-7289822

二姐焦糖滷味

憑本券... 來店消費

◎100◎20

滿200送40元折價券, 以此類推
(20元折價券無使用期限, 每張限用1張)
有效期限至: 104.02.01-02.28止

【站前店】

彰化市中正路二段100號
TEL: 04-7289822

二姐焦糖滷味

憑本券... 來店消費

◎100◎20

滿200送40元折價券, 以此類推
(20元折價券無使用期限, 每張限用1張)
有效期限至: 104.03.01-03.31止

【站前店】

彰化市中正路二段100號
TEL: 04-7289822

二姐

焦糖滷味

台北世貿排隊熱賣的好滋味!

天天超值好禮大放送!!



服務電話: (04)728-9822
中正路二段100號 (火車站往南200公尺)

職場禮儀

的



握手

握手是見面的基本禮儀，是人與人的身體接觸，能夠給人留下深刻的印象。當與某人握手感覺不舒服時，我們常常會聯想到那個人消極的性格特征。強有力的握手、眼睛直視對方將會搭起積極交流的舞臺。男士握女士手的時候時間不宜太長，握住對方的手一部分即可。而女性要註意：為了避免在介紹時發生誤會，在與人打招呼時最好先伸出手。記住，在工作場所男女是平等的。

遞名片

1. 雙手遞交名片，將名片放置手掌中，用拇指夾住，其餘四指托住名片反面，名片文字正向對方，一邊對方觀看，同時用敬語表達友好之情。
2. 接拿名片：雙手接拿，認真過目，然後放入自己名片夾的上端。
3. 同時交換名片時，可右手遞名片，左手接名片。

餐桌

- (1) 餐桌上的座位順序。招待客人進餐時，必須判定上、下位的正確位置，以下的座位是上位：窗邊的席位、裡面的席位上、能遠望美景的席位上。安排座位時，請客人先入座；和上司同席時，請上司在身旁的席位坐下，你應站在椅子的左側，右手拉開椅子，而且不發出聲響。還有，預訂場地時，應交待店方留好的位置，不要廁所旁或高低不平的角落。
- (2) 餐桌禮儀。中華料理一般都使用圓桌，中間有圓形轉盤放置料理，進餐時將喜歡的菜夾到面前的小碟子享用。中華料理的餐桌禮儀基本上很簡單、安閑，最不受拘束。只要留意以下要點即可。
 1. 主客優先。主客還未動筷之前，不可以先吃；每道菜都等主客先夾菜，其他人才依序動手。
 2. 有人夾菜時，不可以轉動桌上的轉盤；有人轉動轉盤時，要留意有無刮到桌上的餐具或菜餚。
 3. 不可一人獨占喜好的食物。
 4. 避免使用太多餐具。中華料理的精神就是邊吃邊聊，眾人同樂，只要遵守基本禮儀，可以盡情地聊天。



語言行爲



規 範



交談禮儀

1. 在與同事或上司談話。在與同事或上司談話時眼睛要註視對方談話時間的2/3。並且要註意註視的部位。若註視額頭上，屬於公務型註視，不太重要的事情和時間也不太長的情況下；註視眼睛上，屬於關注型註視；註視眼睛至唇部，屬於社交型註視；註視眼睛到胸部，屬於親密型註視。所以對不同的情況要註視對方的不同的部位。不能斜視和俯視。要學會微笑，微笑很重要。保持微笑，可以使我在大家的心中留下好的印象；也可以使我感到自信。

另外，要儘量避免不必要的身體語言。當與別人談話時不要雙手交叉，身體晃動，一會傾向左邊，一會傾向右邊，或是摸摸頭髮、耳朵、鼻子給人以你不耐煩的感覺。一邊說話一邊在玩筆，有的人特別喜歡轉筆，好像在炫耀，你看我轉的多酷呀！也不要拿那個筆來回的按。這樣做是很不禮貌的。

2. 當談話者超過三人時，應不時同其他所有的人都談上幾句話。談話最重要的一點話題要適宜，當選擇的話題過於專業，或不被眾人感興趣應立即止住，而不宜我行我素，當有人出面反駁自己時，不要惱羞成怒，而應心平氣和地與之討論。

3. 在自己講話的同時也要善於聆聽。談話中不可能總處在“說”的位置上，只有善於聆聽，才能真正做到有效的雙向交流。聽別人談話就要讓別人把話講完，不要在別人講得正起勁的時候，突然去打斷。

4. 假如打算對別人的談話加以補充或發表意見，也要等到最後。在聆聽中積極反饋是必要的，適時地點頭、微笑或簡單重覆一下對方談話的要點，是令雙方都感到愉快的事情，適當地讚美也是需要的。

5. 告辭。要掌握好告辭的最佳時機。一般性拜訪，時間不宜太長，也不宜太匆忙。一般以半小時到一小時為宜。若是事務、公務性拜訪，則可視需要決定時間的長短。客人提出告辭的時間，最好是與主人的一個交談高潮之後，告辭時應對主人及家人的款待表示感謝。如果主人家有長輩，應向長輩告辭。

小肥牛蒙古鍋

憑本券來店消費.....

即贈

鮮蝦滑 一份

電話：04-7293268

彰化市金馬路三段298號

※本活動不可與其他優惠搭配使用

有效期限：104.01.1-01.31止

小肥牛蒙古鍋

憑本券來店消費.....

即贈

手工麵 一份

電話：04-7293268

彰化市金馬路三段298號

※本活動不可與其他優惠搭配使用

有效期限：104.02.1-02.28止

小肥牛蒙古鍋

憑本券來店消費.....

即贈

墨魚滑 一份

電話：04-7293268

彰化市金馬路三段298號

※本活動不可與其他優惠搭配使用

有效期限：104.03.1-03.31止



小肥牛蒙古鍋

電話：04-7293268 彰化市金馬路三段298號

酒粕火鍋 迷人的食尚魅力

全國創新湯頭「酸白酒粕鍋」

極品中的火鍋煥然昇活

和氣濃郁的湯頭以嚴選老母雞
歷經72小時再綜合入10餘種藥
本鍋物呈現甜酸熱香與眾不同的
的口感，煮好清熱即可食用，
無須任何油醬。



微笑麗莎

憑本券

美白保濕 彈力護理

體驗價 **599** 元

使用期限

104/01/01-104/03/31

微笑麗莎

憑本券

頭肩頸 紓壓SPA

體驗價 **299** 元

使用期限

104/01/01-104/03/31

微笑麗莎

憑本券

遠紅外線 能量屋

體驗價 **188** 元

使用期限

104/01/01-104/03/31

BEAUTY treatment for the face

微笑麗莎

歡慶20週年慶

全身亮白去角質+包澡 60分鐘 原價:2200元 體驗價 **999** ●

海藻排壅敷體 40分鐘 原價:1800元 體驗價 **999** ●

全身紓壓SPA按摩 120分鐘 原價:2500元 體驗價 **999** ●

背部芳香舒壓 60分鐘 原價:1500元 體驗價 **599** ●



2015小資創業 芳香保健師培訓 輔導就業 轉業
創業 輕鬆 易學 速成 一次繳費終身學習
歡迎洽詢~微笑麗莎美容美體專業機構

預約專線：04-7332330 彰化市永安街338號 (近家樂福)