

# Happy Chinese New Year!

PRUDENTIAL

Listening. Understanding. Delivering.

## PRUSatellite

Vol. 1/ Jan. 2020

We do wealth  
We do prosperity.  
Wishing you and your family an auspicious year.

### PRUTop

Wujudkan hidup bebas khawatir dengan perlindungan total.

SELENGKAPNYA



TOTAL DONASI x2

OVO Grab PRUDENTIAL

### BERSAMA KUATKAN HARAPAN

Satukan donasi untuk korban banjir Jabodetabek

SELENGKAPNYA

### Inovasi terbaru!

Portal pembayaran dan pembayaran premi Autodebit yang sangat mudah melalui PRUPay Link

SELENGKAPNYA



### Kesehatan dan Kemakmuran Anda di Tahun Tikus

SELENGKAPNYA



### Tips Jaga Kesehatan yang Lebih Baik Sepanjang Tahun 2020

Dengan datangnya tahun baru, datang pula kesempatan untuk sebuah awal yang baru. Tidak terkecuali dalam kesehatan. Tahun baru adalah waktu yang tepat untuk berkomitmen pada gaya hidup yang lebih sehat. Berikut adalah lima resolusi kebugaran yang bisa Anda lakukan dengan mudah, bagaimana pun gaya hidup Anda saat ini.

- 1. Minumlah Lebih Banyak Air**  
Minum delapan gelas air sehari dapat membuat kulit anda lebih sehat, stamina meningkat, dan membantu proses metabolisme tubuh anda menjadi lebih baik.
- 2. Perbanyak Berjalan Kaki**  
Berjalan kaki adalah olahraga yang mudah dan murah. Anda dapat meluangkan waktu 10 sampai 30 menit setiap hari. Bagi Anda yang bawa mobil, parkir kendaraan agak jauh dari kantor.
- 3. Konsumsi Lebih Banyak Buah-buahan**  
Buah-buahan dapat menjadi snack sehat ketika anda merasa lapar. Mengonsumsi buah-buahan dapat mencegah berbagai penyakit, seperti diabetes tipe 2, stroke, dan hipertensi. Selain itu, kandungan serat pada buah membantu mencegah dan mengatasi masalah pencernaan, seperti sembelit.
- 4. Mulai Berolahraga di Pagi Hari**  
Bangun sedikit lebih cepat untuk berolahraga. Matahari pagi sangat baik untuk kesehatan dan kebugaran.
- 5. Tingkatkan Kualitas Waktu Tidur**  
Tidur yang berkualitas akan memberikan lebih banyak energi untuk tubuh Anda beraktivitas. Olah raga teratur dan kurangi main gadget di malam hari akan membuat tidur Anda lebih nyaman dan berkualitas.

### Cerita dari Nasabah



Agus Sutejo  
(Surabaya)

"Semoga Prudential terus menjadi perusahaan asuransi terbaik di Indonesia."

Saya memiliki polis asuransi Prudential sejak tahun 2008. Puji Tuhan, saya selalu sehat dan tidak pernah menggunakan asuransi saya. Hingga awal tahun 2019, badan saya demam selama 5 hari dan tiba-tiba muncul ruam-ruam tanpa ada rasa gatal atau rasa nyeri apapun. Kemudian saya berjemur di rumah sakit dan diminta untuk opname. Saat itu yang saya pikirkan adalah berapa biaya opnamanya, sebab saat itu saya sedang tidak memiliki banyak tabungan di bank. Dan ketika mendaftarkan opname, pihak rumah sakit menanyakan apakah saya memiliki asuransi. Saya langsung ingat asuransi Prudential yang sudah saya miliki sejak tahun 2008. Awalnya saya merasa takut karena saya tidak pernah menggunakan asuransi saya. Namun, akhirnya saya tidak mengeluarkan uang sepeser pun untuk biaya opname saya. Saya sangat senang dan lega karena saya tidak perlu membayar biaya opname dan proses klaimnya berjalan lancar.



Fransiska Fianty G.  
(Tangerang)

"Tingkatkan terus kualitas pelayanannya dan sukses selalu."

Saya sudah 9 tahun menjadi nasabah Prudential. Pada awal bulan September 2019 saya didiagnosa usus buntu dan harus segera dilakukan tindakan operasi. Karena kejadian tersebut pagi hari, pihak rumah sakit langsung menerima Kartu PRUHospital & Surgical. Tindakan operasi berjalan lancar dan semua biaya ditanggung Prudential. Biaya pengobatan pasca operasi pun bisa di-reimburse. Saya sangat senang sekali karena proses klaim yang cepat. Saya juga sangat merasakan manfaat asuransi dari Prudential.



PT Prudential Life Assurance terdaftar di dan diawasi oleh Otoritas Jasa Keuangan  
Hak Cipta © 2019 Prudential Indonesia. All rights reserved.

Ingin berhenti berlangganan newsletter ini? [Klik di sini](#)