

# SEASON'S GREETINGS

We wish you a joyful season filled with love and cheerful celebration.

## PRUSatellite

Vol. 6 / Dec 2020

### SELEBRASI SEPENUH HATI PRU25



LIHAT VIDEO DI SINI



### Terima kasih atas partisipasi Anda di PRU25 Acteev

Telah terkumpul donasi sebesar total **Rp 1,560 miliar** dari jarak yang terkumpul. Donasi diberikan untuk **Desa Maju Prudential di Mauk, Tangerang**

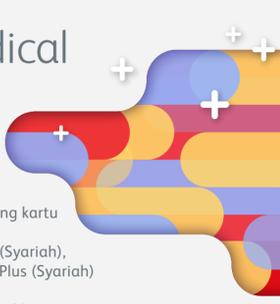
### Asuransi Tambahan PRUPrime Healthcare Plus - Plan Cermat



Klik [bit.ly/PPHPlus](https://bit.ly/PPHPlus) atau [bit.ly/PPHPlusVariasi](https://bit.ly/PPHPlusVariasi)



### PRUMedical Network



\*Berlaku untuk pemegang kartu Asuransi Tambahan PRUPrime Healthcare (Syariah), PRUPrime Healthcare Plus (Syariah) dan Asuransi Dasar PRUSolusi Sehat (Syariah).

PRUMedical Network kini telah melayani penjaminan rawat inap dan rawat jalan setelah rawat inap secara non-tunai (*cashless claim*)\* di

**600 rumah sakit ternama**

di seluruh Indonesia

Klik [di sini](#) untuk lihat daftar rumah sakit.

### PRUServices

Cek Polis, daftar cepat rawat inap dan ajukan klaim di mana saja dan kapan saja.

Download Pulse sekarang dan sync Polis Kamu di fitur PRUServices!



Cek PRUServices di Pulse!



\*S&K berlaku. Lihat di [bit.ly/PRUTectCarePromo](https://bit.ly/PRUTectCarePromo)

### PRUTect Care - Dengue (DBD)

Manfaat jika terdiagnosis DBD hingga **Rp3 juta.** Mulai dari **Rp50 ribu /tahun.**

Download PULSE sekarang! Temukan We Do Pulse di:



## Ini Alasan Pandemi Jadi Momen Tepat Punya Asuransi Unit Link

Menurut sebuah artikel yang di *publish* di *detik.com* tahun 2020 berjudul *Ini Alasan Pandemi Jadi Momen Tepat Punya Asuransi Unit Link*, produk asuransi menjadi salah satu bentuk perlindungan diri di masa depan, terutama di masa pandemi seperti saat ini. Salah satu produk *unit link* yang sudah dikenal dan terpercaya adalah PRULink Generasi Baru dan PRULink Syariah Generasi Baru.

Yuk pelajari lebih lanjut manfaat produk asuransi *unit link* untuk menjawab kebutuhan kamu dan keluarga di [www.prudential.co.id](https://www.prudential.co.id)

Detail artikel dapat dilihat di: <https://news.detik.com/adv-nhl-detik.com/d-5284348/ini-alasan-pandemi-jadi-momen-tepat-punya-asuransi-unit-link>



## Cara Mudah Jaga Kesehatan di Musim Pancaroba

Musim pancaroba sudah di depan mata. Di saat-saat seperti ini, biasanya cuaca tak menentu dan suhu lingkungan pun berubah-ubah. Akibatnya, kuman berkembang, menyebar dan banyak penyakit berdatangan seperti diare, alergi, ISPA dan influenza. Apalagi, pandemi Covid-19 belum berakhir yang buat kita rentan terinfeksi virus. Oleh karena itu, yuk jaga daya tahan tubuh di musim pancaroba ini.

- 1. Terapkan pola makan sehat**  
Konsumsi makanan sehat dan bergizi seimbang dapat membantu meningkatkan daya tahan tubuh. Pencernaan yang sehat dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh. Jauhi makanan berminyak, olahan dan cepat saji.
- 2. Rutin olahraga**  
Bisa di bilang, olahraga adalah cara paling mudah dan murah untuk menjaga kesehatan tubuh. Hormon endorfin yang dihasilkan ketika berolah raga membuat kita lebih *happy*. Cukup 30 menit olah raga ringan setiap hari bisa memberikan manfaat maksimal.
- 3. Lakukan relaksasi**  
Yuk, coba yoga, meditasi atau punya hobi untuk buat kita lebih rileks. *Too much stress* bisa buat tubuh lemah.
- 4. Istirahat yang cukup**  
Usahakan tidur 6-8 jam setiap hari. Tidur yang cukup dapat memperbaiki sel-sel tubuh yang rusak.
- 5. Jaga kebersihan**  
Ini yang sangat penting terutama saat pandemi ini. Bersih pangkal sehat.
- 6. Konsumsi suplemen vitamin C**  
Selain bisa didapat dari buah dan sayur, kita juga bisa mengonsumsi suplemen vitamin C yang terbukti bisa bantu meningkatkan daya tahan tubuh.

Itulah beberapa cara mudah menjaga kesehatan tubuh di musim pancaroba ini. Dengan melakukan tips di atas, risiko jatuh sakit di musim pancaroba bisa kita cegah.

Oiya, jangan lupa perlengkapan tambahan seperti jas hujan, jaket, payung, dan lainnya harus selalu tersedia.

#SalamSehatSelalu

Sumber: <https://www.klikdokter.com/info-sehat/read/3636463/musim-pancaroba-lakukan-ini-agar-tubuh-tetap-fit>

## Cerita dari Nasabah

*Saya sudah menjadi Nasabah Prudential sejak tahun 2011, dan ini adalah klaim pertama saya.*

Saya sangat bersyukur karena memiliki asuransi. Saya terpapar COVID-19 di bulan April 2020 dan harus menjalani rawat inap selama 21 hari. Biaya rumah sakit memang ditanggung oleh Pemerintah, namun saya juga bisa mengajukan klaim PRUMed dan mendapatkan Santunan Tunai Tambahan dari Prudential.

Program Tambahan untuk COVID-19 dari Prudential ini sangat bermanfaat untuk saya dan proses pengajuannya juga sangat mudah selama syarat dan ketentuannya terpenuhi.

Bapak Wahyu Pratama, Jakarta

Customer Line  
**1500085**

PT Prudential Life Assurance terdaftar di dan diawasi oleh Otoritas Jasa Keuangan  
Hak Cipta ©2020 Prudential Indonesia. All rights reserved.

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