

Platinum

ALLIANZ PLATINUM MAGAZINE



Balance of Life

Platinum

Allianz 



1 yg terpenting

Mewujudkan mimpi
menjadi kenyataan

Siapkan dirimu untuk berangkat ke Munich tahun ini bersama Allianz Junior Football Camp 2015!

- ✓ Remaja usia **14 - 16 tahun**
- ✓ Registrasi pada **14 April - 22 Mei 2015**
- ✓ Pendaftaran online pada **ajfc.allianz.co.id**

With you from A-Z

Allianz 



Trusted partner of
FC Bayern München



[Facebook.com/AJFCIndonesia](https://www.facebook.com/AJFCIndonesia)

EXECUTIVE EDITORS

Adrian Dosiwoda
Karin Zulkarnaen
Tiwuk Siswadi

EDITORIAL TEAM

Lessi Oktaviana
Nadya Putrianty Ariesty

DITERBITKAN OLEH

MARKET MANAGEMENT
PT ASURANSI ALLIANZ LIFE
INDONESIA
Allianz Tower
Jl. HR. Rasuna Said
Kawasan Kuningan
Persada Super Blok 2
Jakarta, 12980
Tel: +6221-2926 8888
Fax: +6221-2926 8080
Email: contactus@allianz.co.id

BEKERJA SAMA DENGAN

PT LIVIMBI MEDIA
Roemah CLARA
JL Hang Lekir X, No. 7
Kebayoran Baru
Jakarta Selatan 12120
Telp. 021 7234478

KONTRIBUTOR

Agung Suharjanto
Debbie Suryawan
Fika Tania
Hapis Sulaiman
Samuel Mulia
Ino Juliarto (Editor Bahasa)
Adieth Nugraha (Artistik)
Angun Prasetyo (Produksi)

Artikel asli dalam majalah ini tidak dapat direproduksi tanpa izin khusus dari penerbit. Penerbit tidak bertanggung jawab atas tuntutan terhadap iklan yang dimuat di majalah ini, dan Penerbit berhak untuk menerima atau menolak iklan sesuai dengan kebijaksanaan Penerbit.

Salam sejahtera,

Pertama-tama kami ucapkan terima kasih kepada Anda, para nasabah dan mitra bisnis Allianz Platinum atas kepercayaan yang diberikan kepada Allianz Indonesia dalam pengelolaan dana perlindungan jangka panjang Anda dan keluarga.

Majalah Allianz Platinum kami dedikasikan khusus kepada Anda para pemangku kepentingan kami yang sangat berharga sebagai upaya menyajikan informasi terkini dan terbaik seputar produk dan layanan Allianz Indonesia, secara reguler dan konsisten. Majalah yang diperkaya dengan berbagai informasi terkini seputar gaya hidup ini diharapkan dapat menjadi referensi dan inspirasi bagi Anda dan keluarga yang berorientasi kepada keamanan dan ketenangan dalam hidup.

Pada edisi perdana ini, kami hadirkan sejumlah ulasan seputar Allianz, di antaranya yang berkenaan dengan peringatan 125 tahun keberadaan Grup Allianz di dunia. Perjalanan dan pengalaman Allianz selama kurun waktu tersebut telah membawanya menjadi salah grup perusahaan asuransi dan manajemen aset terbaik di dunia. Grup Allianz kini merupakan komunitas keuangan terbesar di dunia dengan wilayah operasional tersebar di 70 negara di 5 benua.

Tidak lupa kami hadirkan informasi mengenai pelayanan yang menjadi nafas bagi majalah ini, Allianz Platinum. Program asuransi ini memberikan pelayanan maksimum, terbaik di kelasnya, serta kemudahan dan kenyamanan nasabah dalam berasuransi. Melalui berbagai keistimewaan yang ditawarkan, kami berharap dapat terus menjadi pilihan pertama sekaligus merek tepercaya Anda untuk memenuhi kebutuhan pengelolaan dan perlindungan keuangan jangka panjang.

Akhir kata, saya berharap semoga Anda dapat menerima menikmati edisi perdana Majalah Allianz Platinum ini. Guna meningkatkan kualitas, kami nantikan saran dan masukan Anda melalui *e-mail: contactus@allianz.co.id*.

Selamat membaca!



JOACHIM WESSLING
Country Manager & Direktur Utama
Allianz Life Indonesia

WHAT'S INSIDE

6 | AGENDA

2015 Formula 1 Chinese Grand Prix, Pagaruyung Fair 2015, Festival Batik Bordir dan Tenun Nusantara 2015, 29th Pflasterspektakel, The White Nights Festival

7 | TIME OUT

MOVIE: Boyhood **MUSIC:** Piece by Piece
BOOK: Savor: Living Abundantly Where You Are, As You Are

8 | DO YOU KNOW?

Amazing iPhone 6, 150 Tahun Christophe Colombus, Dream Catcher From Tertia

9 | PAPARAZZI

Spring Gathering Allianz Platinum 2014, Allianz Seminar - Fengshui in the Year of Horse, Allianz Platinum Golf Tournament 2014.

10 | ALLIANZ SPECIAL

125 TAHUN ALLIANZ: Buah Sukses Perjalanan Panjang.

12 | FIT & FLAIRE

ANTIGRAVITY YOGA: Melayang Tanpa Beban

14 | WEALTH MANAGEMENT

SMARTLEGACY: Rencanakan Warisan Untuk Terkasih

16 | HEALTH WISDOM

HIPERTENSI PULMONAL PRIMER: Waspadai Pembunuh Segala Usia



17 | HEALTH MANAGEMENT

SMARTMED PREMIER: Perlindungan kesehatan lengkap dengan fasilitas medis kelas VIP dan kemudahan *cashless*.

18 | AZ INSIGHT

ALLIANZ PLATINUM: Proteksi dengan Prioritas & Berkelas

22 | SAM WISE

P3K, Melindungi diri sendiri terlebih dahulu itu bijak. Bukan egois.

24 | TRAVEL TIME

BERLIN ARTSY, YET HISTORIC CITY: Hitler, Nazi, Tembok Besar Berlin, juga epos sejarah Perang Dunia menjadi bagian dari potret sejarah yang menjadi nuansa khas kota ini.



6 AGENDA

TEKS Agung Suharjanto
FOTO Dok. Spesial

FORMULA 1
GROSSER PREIS VON
ÖSTERREICH 2015

19 – 21 JUNI 2015
Spielberg Circuit, Austria

Ambil bagian menyaksikan serunya balapan jet darat di musim balap Formula 1 2015. Kali ini, sirkuit balap Spielberg, Austria, menjadi tuan rumah sekaligus saksi para pembalap dunia beradu cepat.



THE WHITE
NIGHTS FESTIVAL

23 MEI – 10 JULI 2015
Saint Petersburg, Rusia

PLATINUM • EDISI 1 2015



PAGARUYUNG FAIR 2015

24 MEI – 7 JUNI 2015, Kabupaten Tanah Datar, Sumatera Barat

KATY PERRY
THE PRISMATIC WORLD TOUR JAKARTA

9 MEI 2015, Indonesia Convention Center,
BSD City, Tangerang

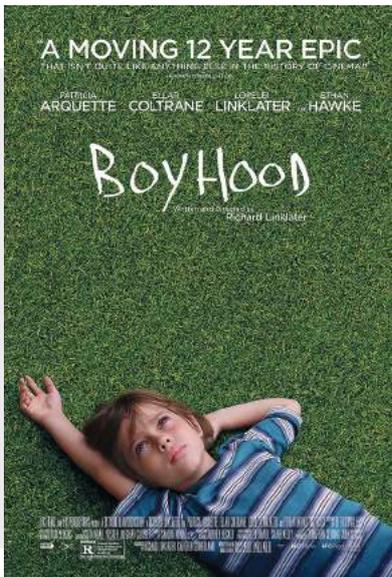


29TH PFLASTERSPEKTAKEL

23 – 25 JULI 2015, Linz, Austria



TEKS Agung Suharjanto
FOTO Dok. Spesial



BOYHOOD

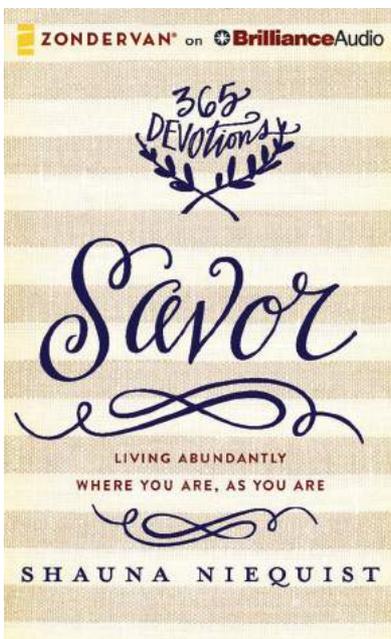
SUTRADARA Richard linklater **PEMAIN** Ellar Coltrane, Patricia Arquette, dan Ethan Hawke **PRODUKSI** IFC Productions

Sebuah proyek yang sangat berani. Film yang mengisahkan perjalanan hidup seorang anak dari usia 5 sampai 18 tahun ini memerlukan waktu 12 tahun untuk proses syuting. Usaha yang dilakukan membuahkan hasil sepadan. Berbagai penghargaan berhasil diraih. Patricia Arquette bahkan meraih penghargaan di tiga ajang bergengsi (BAFTA, Golden Globes, dan Oscar) untuk perannya di film ini.

PIECE BY PIECE

KELLY CLARKSON | RCA RECORDS

Album studio ketujuh dari penyanyi lulusan American Idol siap diluncurkan. Tiga belas lagu disiapkan di album yang diberi judul *Piece by Piece* ini. Promo album ini sudah dilakukan sejak akhir Januari 2015, dengan dirilisnya single berjudul "Heartbeat Song". Pada debutnya, single ini menempati posisi 37 di tangga lagu top 100. Dalam beberapa lagu di album ini, Kelly berduet dengan beberapa penyanyi ternama, seperti John Legend di lagu "Run Run Run".



SAVOR: LIVING ABUNDANTLY WHERE YOU ARE, AS YOU ARE

SHAUNA NIEQUIST | ZONDERVAN

Shauna Niequist, penulis yang terkenal berkat karya-karyanya seperti *Cold Tangerine*, *Bittersweet*, dan *Bread & Wine*, meluncurkan buku barunya. Di buku terbarunya ini, Shauna mengajak pembacanya berbagi pengalaman keseharian untuk menemukan berlimpahnya pemberian dari Tuhan. Selain itu, Shauna juga memberikan beberapa resep yang patut dicoba. Karena, pengalaman spiritual tidak hanya didapat ketika berdoa atau bersembahyang, tapi dalam berbagai kegiatan sehari-hari seperti menyantap makanan.

AMAZING IPHONE 6

Resmi dipasarkan di Indonesia sejak 6 Februari 2015 silam, Apple Inc. hadirkan lini baru koleksi iPhone dengan mengusung varian iPhone 6 dan iPhone 6 Plus. Ada banyak terobosan yang dibenamkan Apple Inc. dalam rilis terbarunya kali ini. Di samping lebar layar konvensional 4,7 inci, iPhone 6 dan 6 Plus juga hadir dengan pilihan lebar layar 5,7 inci. Kehebatan lain yang menonjol adalah pilihan kapasitas penyimpanan internal yang bisa dipilih yaitu: 16 GB, 64 GB, dan 128 GB. Hadir dalam tiga pilihan warna (perak, emas, dan *space grey*), lini ponsel premium terbaru Apple Inc. ini menjanjikan petualangan berkomunikasi dengan dukungan teknologi masa kini paling maksimal. Salah satu teknologi terbaru yang disematkan pada ponsel ini yakni *browser augmented reality* yang makin memanjakan pengguna saat menjelajah internet.



150 TAHUN CHRISTOPHER COLOMBUS

Sebagai penghormatan kepada penjelajah legendaris Christopher Columbus, Zenith hadirkan koleksi jam tangan hasil kreasi istimewa, Academy Christophe Colomb Hurricane Grand Voyage II. Jam tangan berkelas dan hanya diproduksi sebanyak 10 buah dengan sepenuhnya *hand-finished*. Melalui Academy Christophe Colomb Hurricane Grand Voyage II, Zenith memamerkan keandalannya lewat karya dengan sentuhan *delicate expression*, ukiran, *micro-painting*, dan kecanggihan kerja teknik yang berseni.

DREAM CATCHER FROM TERTIA

Tertia Enda dengan label Tertia, hadirkan sepilihan karya koleksi anyar yang resmi diluncurkan pada Jakarta Fashion Week 2015 silam. Ide koleksi Tertia yang ditujukan untuk Spring/Summer 2015 ini lahir dari dekorasi *handmade* yang terkenal dari kultur penduduk asli Amerika, dreamcatcher. Mengusung nama 'Dreamcatcher, Tertia Enda tergugah membuat urutan cerita dalam mimpi yang menggugah emosi. Untaian benang yang digunakan dalam sebuah bingkai bulat dan terkenal dengan kekuatan.





Spring Gathering Allianz Platinum 2014 Surabaya, Diselenggarakan 11 April 2014, di BallRoom Sheraton Surabaya



Spring Gathering Allianz Platinum 2014 Jakarta, Dilaksanakan di InterContinental Jakarta, pada 02 April 2014



Allianz Seminar - Fengshui in the Year of Horse, Digelar di dua kota, Jakarta dan Surabaya, pada 6 - 7 Mei 2014



Allianz Platinum Golf Tournament 2014, Dilaksanakan di Damai Indah Golf – Pantai Indah Kapuk Course pada Sabtu, 26 April 2014



125 TAHUN ALLIANZ

BUAH SUKSES PERJALANAN PANJANG

Di tahun 2015 ini, Allianz genap berusia 125 tahun. Dengan kekuatan visi dan strategi serta kemampuannya untuk beradaptasi dan berinovasi, bisnis yang dibangun Carl von Thieme dan Wilhelm von Finck pada 1890 silam ini, kini menjelma menjadi *brand* kenamaan sekaligus institusi penyedia asuransi dan manajemen aset keuangan terbesar di dunia. Kini, Allianz hadir di 70 negara, melayani lebih dari 83 juta nasabah, dan membantu mereka memanfaatkan peluang keuangan serta untuk melindungi dan menjaga diri terhadap risiko untuk hidup yang terjamin.

Dalam perjalanannya, Allianz telah menjadi bagian dinamika sosial-ekonomi-politik dunia dan mampu melewati berbagai fase suram yang melanda dunia, mulai dari Perang Dunia I, Perang Dunia II, dan serta berbagai krisis ekonomi global. Selama 125 tahun pula, Allianz selalu mampu mempertahankan identitasnya, kinerja unggul dengan produk, layanan, dan solusi perlindungan yang inovatif.

Perjalanan 125 tahun ini menjadi momentum bagi Allianz untuk terus bergerak maju, menjadi *brand* global sekaligus mitra tepercaya bagi seluruh nasabahnya.

1890

LAHIRNYA ALLIANZ

Pada 5 Februari 1890, Allianz terdaftar dalam daftar merek dagang Berlin dengan nama Allianz Versicherungs-Aktien-Gesellschaft (Allianz Insurance Stock Corporation). Produk pertama yang disediakan Allianz adalah *marine and accident policies* yang hanya dijual di Jerman.

1893

ALLIANZ DI EROPA

Pada 1893, Allianz membuka kantor cabang internasional pertamanya, yaitu di London, Inggris. Pada 1904, di bawah pimpinan Paul von Naher, Allianz melakukan ekspansi dengan memasuki pasar Amerika Serikat dan lainnya. Sejak 1914, Allianz hadir di Belanda, Italia, Belgia, Perancis, negara-negara Skandinavia dan Baltik.

1910-an

ALLIANZ DI ASIA DAN INDONESIA

Pada 1910-an, wilayah operasi Allianz mencapai Palestina, Siprus, Irak, Cina, Hindia Belanda, Ceylon, dan Siam. Sejak 1917, di pesisir Tiongkok, Allianz hadir di kawasan Asia Pasifik. Hingga kini Allianz telah beroperasi pada 14 negara di seluruh kawasan Asia Pasifik, termasuk di Indonesia sejak 1981 silam.

LOGO ALLIANZ

Sejak didirikan 1890 silam hingga hari ini di 125 tahun, Allianz telah beberapa kali mengalami perubahan logo. Perubahan logo ini terjadi sebagai representasi semangat Allianz seiring dinamika perkembangan zaman dan kemajuan bisnisnya.



1890 - 1923



Pertama kali berdiri, Allianz hadir dengan logo elang hitam serupa lambang negara Jerman. Elang hitam tersebut digambarkan di atas perisai yang melambangkan kota asal Allianz, yaitu Berlin dan Muenchen.

1923-1977



Logo Allianz tampil dengan gambar elang hitam yang sederhana dan artistik, yang ditambahkan tiga elang kecil dalam tubuh elang besar. Tiga elang kecil ini simbolisasi tiga anak perusahaan Allianz di Koln, Dresden, dan Hannover. Perubahan gambar logo oleh Karl Schulpig ini menandai lahirnya Allianz Group.

1977 - 1999



Hans Jorg Dorschel menambahkan lingkaran di luar logo dan menghaluskan lekuk garis yang membentuk elang pada logo Allianz sebelumnya. Ini mewakili konsep bisnis Allianz yang kuat dan dapat diandalkan. Untuk kali pertama Allianz menyeragamkan logo dan menggunakan warna biru sebagai warna utama.

1999 - 2015

Allianz hadir dengan konsep logo yang memadukan nilai tradisional dan modern. Perubahan logo berupa elang yang disimboliskan dalam rupa tiga pilar ini diharapkan dapat lebih menyampaikan inti bisnis Allianz, yaitu proteksi, provisi, dan hasil kinerja yang baik.



ANTIGRAVITY YOGA

Berjuntai dan Bugar



TEKS Hapis | FOTO Dok. Clara

YOGA JENIS TERBARU DAN PALING REVOLUSIONER. TIDAK PERLU MEMAKAI *YOGA MATT*. ANDA AKAN MELAKUKANNYA DI UDARA.

Beberapa tahun silam, seorang koreografer Broadway, pemain akrobatik, dan mantan atlet senam Amerika Serikat, Christopher Harrison, menciptakan AntiGravity Yoga atau yoga antigravitasi. Sejak kelahirannya, yoga

revolusioner ini menjadi salah satu tren di studio-studio yoga atau klub kebugaran di dunia. Di Indonesia, khususnya Jakarta, yoga antigravitasi diperkenalkan oleh Simone Kusuma Halim, pemilik PowerSwing Studio sekaligus *certified instructor* Antigravity Yoga.

MELAYANG DALAM AYUNAN

Sekilas gerakan yoga ini tampak sangat artistik juga sulit, utamanya bagi pemula. Bayangkan Anda harus separuh “melayang” sambil meregangkan kaki, tangan, bahkan jungkir balik. Yoga ini memang menggabungkan

antara gerakan akrobatik, tari, senam, dan pilates. Kendati begitu gerakan-gerakan yoga antigravitasi termasuk aman karena mengurangi tekanan terhadap sendi. Karenanya, siapa pun bisa melakukan, dari anak-anak, dewasa, hingga usia senja.

Meskipun terlihat mengerikan –karena banyak berakrobat– gerakan-gerakan yoga ini sebenarnya lebih mudah daripada yoga biasa karena menggunakan bantuan *apparatus*, yakni kain berbahan sutera yang digantungkan seperti *hammock*. Anda tidak perlu takut terjatuh karena *hammock* ini dirancang khusus agar mampu menahan beban hingga 970 kg.

Bila pada yoga umumnya ada gerakan-gerakan seperti *Downward Dog* atau *Warrior Pose*, pada yoga antigravitasi gerakan tersebut digabungkan dengan gerakan akrobatik. Harrison juga menciptakan gerakan khas antara lain *Bat Pose* yang membentuk tubuh seperti kelelawar yang berpusat pada bahu. Ada pula *Holy Grail Pose*, yaitu tubuh membentuk pose seperti cawan. Dan, yang lebih atraktif, *Vitruvian Man* yang terinspirasi sketsa karya Leonardo da Vinci.



MENYENANGKAN

Mulanya, gerakan yoga ini diciptakan Harrison untuk para atlet senam guna menyembuhkan cedera ototnya. Selain itu, digunakan sebagai variasi bagi para penari untuk melemaskan sendi-sendi. Fokus yoga antigravitasi bukan untuk membakar kalori, tapi lebih ditujukan melenturkan dan mengencangkan otot tubuh, melatih keseimbangan, serta membantu merevitalisasi tubuh. Dengan berayun-ayun pada *hammock*, Anda bisa melatih *proprioceptor* agar lebih merangsang daya refleksi dan tidak mudah terjatuh saat tua nanti.

Bagi Anda yang gemar memakai *high heel*, yoga antigravitasi memiliki gerakan khas yang efektif mengatasi nyeri punggung, yaitu pose *Zero Compression Inversion*. Pertama kali melihat pose ini mungkin Anda merasa takut karena

Anda harus jungkir balik, kepala berada di bawah dan kaki di atas dengan kedua telapak kaki saling bertemu. Jangan khawatir. Kuncinya, relaks dan *open mind*! Setelah melakukannya, semua ketegangan pada otot juga penat, hilang seketika. Anda pun akan merasa lebih segar. Dengan posisi terbalik ini, sirkulasi darah ke kepala menjadi lancar, tulang belakang terasa lebih lentur, dan otot-otot bagian perut terasa kencang. Hanya saja bagi pemula, tidak disarankan melakukan pose ini terlalu lama karena dapat mengakibatkan pusing.

Jika sudah terbiasa melakukannya, yoga antigravitasi ini terbilang *fun*. Anda bisa “terbang”, menggelantung seperti kelelawar, dan *split* di udara. Anda pun merasa puas telah mengalahkan takut. Selanjutnya, tentu Anda ketagihan olah-fisik yang satu ini!

FAKTA SEPUTAR ANTIGRAVITY YOGA

1. Sangat baik untuk mengembalikan postur tubuh, mengatasi nyeri sendi atau punggung, dan relaksasi.
2. Setelah rutin mengikuti kelas, Anda akan mencapai maksimum tinggi tubuh Anda, bahkan lebih tinggi sekitar 1/4 - 1/2 inci.
3. AntiGravity Yoga adalah satu-satunya aerial yoga yang dijamin keamanannya dan sudah disertifikasi oleh AFAA (Aerobic and Fitness Foundation of America)
4. Tidak disarankan bagi Anda yang memiliki gangguan jantung, tekanan darah tinggi, dalam masa penyembuhan pasca-operasi mata, gangguan glaukoma, vertigo, fusi tulang belakang, dan patah tulang.



INGIN MENCoba ANTIGRAVITY YOGA?

PowerSwing Studio
Jl. Gunawarman No. 6, Lantai 2
Kebayoran Baru, Jakarta Selatan

Telp/SMS: 0816924104
Email: simone@net-zap.com
<http://www.net-zap.com/swing>

Biaya Rp 1,2 juta untuk 10 kali latihan (durasi 60 menit)



SMARTLEGACY

Rencanakan Warisan untuk Orang Terkasih

SEBUAH PEPAH BIJAK MENGATAKAN: "GAJAH MATI MENINGGALKAN GADING, HARIMAU MATI MENINGGALKAN BELANG, MANUSIA MATI MENINGGALKAN NAMA". SEDARI SEKARANG SIAPKAN WARISAN ANDA UNTUK MASA DEPAN TERJAMIN ORANG-ORANG TERCINTA ANDA.

Bukan sekadar mengingatkan agar berbuat kebajikan, pepatah tersebut menyadarkan kita akan arti penting mempersiapkan warisan (*estate planning*). Setiap orang pasti mempunyai keinginan untuk dapat membahagiakan keluarga kita saat ini, juga saat kita meninggal dunia. Kita menyadari

bahwa tantangan hidup di masa depan pasti sangat berat, pemikiran ini yang menggerakkan kita untuk dapat memberikan peninggalan yang layak bagi anak dan cucu kita kelak. Sebagai orangtua, kita selagi muda tentu akan bekerja keras untuk dapat mengumpulkan kekayaan yang dapat dinikmati dan diberikan kepada anak dan cucu sebagai warisan.

SMARTLEGACY MERUPAKAN PRODUK ASURANSI DENGAN METODE PEMBAYARAN PREMI SEKALIGUS (PREMI TUNGGAL) YANG DIBAYARKAN DALAM MATA UANG DOLAR AMERIKA SERIKAT. DENGAN KETENTUAN USIA MASUK 18-70 TAHUN

Harus diingat pula, dalam pengelolaan warisan juga diperlukan kehati-hatian dan mekanisme yang jelas. Anda tentu tidak ingin kekayaan yang dikumpulkan malah tidak dinilai karena penyusutan karena siklus ekonomi dan iklim bisnis yang tidak menentu, hutang, dan risiko kehidupan lainnya. Oleh karena ini, sebaiknya sejak dini lakukan perencanaan warisan Anda sebaik-baiknya, utamanya kala Anda masih berada di usia produktif.

Nah, untuk membantu Anda merencanakan dan mengelola warisan kelak secara pasti, terlindungi, dan merata, Allianz Indonesia hadirkan SmartLegacy, sebuah produk asuransi investasi dengan jaminan tingkat pengembalian (potensi hasil investasi) minimum sebesar 4% pada dua tahun pertama dan 2,5% pada tahun-tahun berikutnya.

SmartLegacy memberikan perlindungan dan jaminan nilai warisan (Uang Pertanggung) yang tinggi, yaitu dimulai dari US\$300,000 dengan premi sekitar US\$100,000 (tergantung usia masuk). Selain Uang Pertanggung yang tinggi, SmartLegacy memberikan fasilitas *No-Lapse-Guarantee* (NLG) dan *Overdraft* sebagai pilihan. Fasilitas NLG ini menjamin Nilai Tunai sebesar Uang Pertanggung pada usia 80 Tahun.

Dengan SmartLegacy

perencanaan warisan menjadi pasti, terlindungi, dan merata untuk generasi penerus.

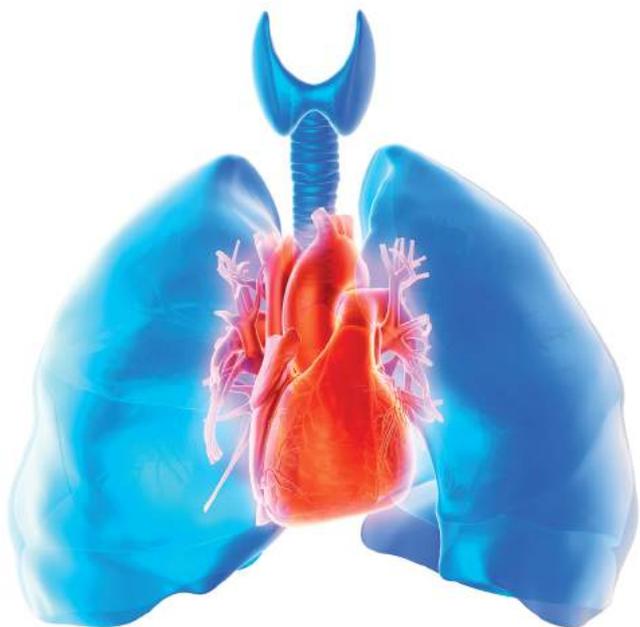
SmartLegacy merupakan produk asuransi dengan metode pembayaran premi sekaligus (premi tunggal) yang dibayarkan dalam mata uang Dolar Amerika Serikat. Dengan ketentuan usia masuk 18-70 tahun.

Selain proteksi aset, SmartLegacy dapat memberikan hasil yang lebih dari nilai yang dijamin sehingga nasabah berpotensi untuk mendapatkan nilai warisan yang lebih besar. Melalui SmartLegacy ini Allianz Life Indonesia memberikan jaminan perlindungan jiwa berupa manfaat santunan meninggal dunia yang dipilih terbesar di antara uang pertanggung dan nilai tunai ketika Anda berusia di bawah 80 tahun. Saat mencapai usia di atas 80 tahun, manfaat santunan meninggal dunia yang Anda peroleh adalah nilai akun atau uang pertanggung mana yang lebih besar ditambah US\$10,000 (dengan fasilitas *No-Lapse Guarantee*).

Sebagai wujud kasih sayang Anda, segera lakukan perencanaan dan perlindungan warisan secara pasti dan merata untuk masa depan orang-orang yang Anda cintai.

Informasi lengkap mengenai program dan layanan SmartLegacy bisa Anda dapatkan melalui www.allianz.co.id/produk.





HIPERTENSI PULMONAL PRIMER

WASPADAI PEMBUNUH SEGALA USIA

TEKS Fika Tania | FOTO Dok. Spesial

Hipertensi Pulmonal Primer merupakan hipertensi pada paru yang tidak diketahui penyebabnya dan bersifat genetik. Jenis penyakit ini ditandai peningkatan tekanan darah pada arteri pulmonalis dan resistensi vaskuler paru. Hipertensi Pulmonal Primer, dapat menurunkan fungsi ventrikel kanan akibat meningkatnya aktivitas

afterload pada ventrikel kanan. Dalam keadaan ini, tekanan darah pada cabang arteri yang lebih kecil di paru akan meningkat. Resistensi vaskuler aliran darah di paru pun akan meningkat.

Normalnya, tekanan darah di arteri pulmonalis adalah 8-20 mmHg. Namun, akibat kondisi penebalan atau penyempitan arteri, tekanan darah yang dimiliki penderita PH adalah >25 mmHg

(kondisi istirahat) dan >30 mmHg (saat aktivitas).

Hipertensi Pulmonal Primer terbagi tiga jenis, yaitu ringan (PAP 25-45 mmHg), sedang (PAP 46-64 mmHg), dan berat (PAP >65 mmHg). Dr. Ahmad Subagyo, SP RS, Pertamina Balikpapan, menjelaskan gejala Hipertensi Pulmonal Primer, yaitu:

1. Denyut nadi lebih dari 100 kali/menit, pada penyakit stadium lanjut.
2. Terdapat pembesaran ventrikel kanan, bunyi jantung yang mengeras dan tampak terpisah. Juga, kerap ditandai adanya murmur regurgitasi katup tricupsi dan katup paru.
3. Apabila gagal jantung kanan sudah terjadi, maka peningkatan gerakan pada vena jugularis (nadi utama di depan kedua sisi leher) akan terlihat.
4. Timbul kongesti hati (berlimpahnya volume darah pada pembuluh hati),

pembengkakan jaringan akibat cairan, pernafasan abnormal, penumpukan cairan pada perut, dan jantung tak mampu memompa darah.

Dokter akan melakukan beberapa tes awal, seperti *elektrokardiograf* dan *ekokardiograf*, *rontgen* dada, tes toleransi aktivitas, juga tes laboratorium lengkap. Untuk membedakan jenis *hipertensi pulmonal* primer dan sekunder, akan dilakukan CT Scan.

Langkah terapi yang bisa dijadikan pedoman mengatasi Hipertensi Pulmonal Primer, yaitu: koreksi bedah, penurunan beban akhir ventrikel jantung (*afterload*) dengan digoksin (pemberian saturasi oksigen), pencegahan dan pengobatan infeksi pernafasan, menghindari obat penurun nafsu makan, menurunkan tahanan vaskuler paru, meningkatkan curah jantung, dan transplantasi paru bagi pasien di bawah 65 tahun yang tidak bereaksi terhadap pengobatan.

SMARTMED PREMIER

PERLINDUNGAN KESEHATAN LENGKAP DENGAN FASILITAS VIP DAN KEMUDAHAN CASHLESS.

Semua orang tentu ingin sehat agar senantiasa produktif dan bisa menikmati buah dari kerja kerasnya. Sayangnya, sekecil apapun, kita tetap tidak bisa terhindar dari risiko sakit di saat yang tak terduga sehingga memerlukan pelayanan kesehatan.

Jangan sampai gangguan kesehatan yang dialami, ditambah lagi dengan berbagai kerumitan administrasi di suatu rumah sakit, membuat Anda panik. Karenanya, Anda memerlukan pihak yang dapat memberikan perlindungan sekaligus kemudahan.

Allianz hadir dengan program asuransi kesehatan SmartMed Premier. Dengan SmartMed Premier Anda akan mendapatkan penggantian biaya perawatan akibat suatu penyakit secara komprehensif. Sebagai penyempurna asuransi kesehatan yang sudah Anda miliki, SmartMed Premier menyediakan pilihan asuransi untuk rawat inap dan melahirkan. Istimewanya, Anda dapat menggunakan fasilitas *cashless* hanya dengan menunjukkan kartu peserta. Bukan itu saja, fasilitas *cashless* ini juga dapat digunakan untuk layanan pada *provider* di luar negeri.

KEUNGGULAN PROGRAM SMARTMED PREMIER

1. Pembayaran sesuai tagihan (*as charge*) dengan *limit* tahunan (*annual limit*) & *limit* dasar (*inner limit*) berlaku bila memilih biaya kamar perawatan yang lebih tinggi dari nilai R&B atau memilih rumah sakit di Amerika Serikat).
2. Fasilitas medis kelas VIP dengan kemudahan gesek kartu (*cashless*) dalam jangkauan penyedia jaringan (*network provider*) di Indonesia, Singapura, Malaysia, Thailand, dan Kamboja.
3. Fasilitas pengganti biaya (*reimbursement*) untuk rumah sakit di luar penyedia jaringan.
4. Kebebasan memilih 10 personalisasi *plan* dan beberapa manfaat yang bisa ditambah.
5. Menikmati pilihan layanan *co-share* 20%, 10%, dan 0% (perjanjian antara tertanggung dengan Allianz yang mengatur persentase biaya yang ditanggung).
6. Manfaat untuk HIV/AIDS yang disebabkan apapun (jumlah manfaat Rp10.000.000 per *lump sum* per tertanggung tanpa rawat inap).
7. *No Claim Bonus*, yaitu 20% pengembalian dari premi manfaat per tertanggung bila selama tahun polis tidak pernah ada klaim.
8. Akses ke Allianz Medical Hotline 24 jam untuk kebutuhan informasi dan layanan medis, serta Jasa Layanan Bantuan Medis Internasional (*medical evacuation*).



ISTIMEWANYA, ANDA DAPAT MENGGUNAKAN FASILITAS CASHLESS HANYA DENGAN MENUNJUKKAN KARTU PESERTA

Selain proses pengajuan klaim yang mudah dan cepat, SmartMed Premier tersedia dengan pilihan frekuensi pembayaran premi bulanan, triwulan, dan tahunan. Jadi, segera lengkapi proteksi Anda dengan SmartMed Premier untuk perlindungan sempurna.

Untuk informasi lengkap, klik www.allianz.co.id/produk.

ALLIANZ PLATINUM

PROTEKSI DENGAN PRIORITAS & BERKELAS

Allianz Platinum hadir memberikan prioritas layanan guna menyempurnakan keamanan, kenyamanan, dan ketenteraman hidup Anda. Bukan sekadar perlindungan jiwa, Allianz Platinum sebagai wujud apresiasi Allianz atas kepercayaan para nasabah istimewanya disempurnakan dengan segudang manfaat, fasilitas, dan kemudahan bagi Anda yang menjadikannya berkelas dan berbeda dari layanan asuransi umumnya.

Tidak percaya? Sebagai nasabah Allianz Platinum, Anda akan mendapatkan berbagai keutamaan dan prioritas layanan, yaitu:

- **PLATINUM COUNTER**
Bertempat di Allianz Tower Kuningan, Jakarta, nikmati layanan Platinum Counter untuk kenyamanan bertransaksi.
- **FREE MEDICAL CHECK-UP**
Pemeriksaan kesehatan dasar (non-MRI) secara gratis setiap 2 tahun dan berlaku bagi nasabah Allianz yang aktif lebih dari 1 tahun.
- **UNDANGAN VIP ALLIANZ**
Undangan menghadiri acara VIP Allianz, seperti: Allianz Platinum Golf Tournament, Allianz Platinum Dinner, Platinum Seminar, dan lain sebagainya.
- **PROSES KLAIM CEPAT**
Mendapatkan kepastian

FREE MEDICAL CHECK-UP YANG DISEDIAKAN ALLIANZ PLATINUM MELIPUTI BEBERAPA TIPE LAYANAN PEMERIKSAAN KESEHATAN, YAITU:

1. Pemeriksaan fisik.
2. Analisa urin lengkap.
3. Analisa darah rutin.
4. Analisa lemak darah (Kolesterol total, HDL, LDL, Trigliserida).
5. Test Fungsi Ginjal (Ureum, Creatinin).
6. Test Fungsi Hati (SGOT, SGPT, GGT, Bilirubin Total).
7. Gula darah puasa dan gula darah 2 jam pp.
8. Foto Thorax (*Rontgen dada*).
9. *Treadmill test*.

hasil klaim dalam waktu yang singkat, berupa 3 hari kerja untuk manfaat Flexi Care atau 7 hari kerja untuk manfaat Asuransi Jiwa dan Penyakit Kritis

- **PRIORITAS ANTREAN DAN CALL CENTER**
Untuk berkonsultasi dengan staf layanan nasabah Allianz,

tersedia layanan *call center* khusus, yaitu nomor telepon +62 21 2926 9900 (Hunting Platinum) atau *e-mail* platinum.services@allianz.co.id

Untuk menikmati perlindungan maksimal dan layanan istimewa Allianz Platinum Anda hanya perlu memiliki polis Asuransi Jiwa dengan premi berkala (Regular Premium) di atas Rp150 juta per tahun (> Rp150 juta per tahun).



Tersedia buku kontrak polis Allianz Platinum bersampul eksklusif dengan bahan kulit dan dengan desain istimewa yang menandakan keistimewaan sebagai nasabah Allianz Platinum.



Sebagai nasabah Allianz Platinum, Anda akan mendapatkan Birthday Gift Card di hari ulang tahun Anda. Gift Card tersebut dapat ditukarkan (*redeem*) dengan *voucher* atau hadiah menarik. Caranya dengan *log-in* ke www.allianz.giftcard.co.id atau hubungi 0 800 1401511 (*toll free*), Senin – Jumat (09:00 – 17:00).

PROMO BIRTHDAY GIFT CARD SHARE YOUR MOMENT WITH US!

Upload momen ulang tahun Anda disertai Birthday Gift Card Allianz Platinum ke **Facebook Allianz Indonesia Community** dengan hastag **#1ygerpenting**

Foto dengan **"like"** terbanyak setiap bulan akan mendapatkan hadiah *shopping voucher* senilai Rp500.000*

PROGRAM FREE MEDICAL CHECK-UP 2015 | PERIODE PROGRAM : APRIL – OKTOBER 2015
DAFTAR RUMAH SAKIT DAN KLINIK (PROVIDER) UNTUK LAYANAN MEDICAL CHECK-UP ALLIANZ PLATINUM

JAKARTA, BEKASI, TANGERANG

MEDIKALOKA

Graha Irama Bulding
 Mezzanine 2nd floor.
 Jl. HR Rasuna Said Blok X-1
 Kav 1-2 Jakarta 12950
 (021) 526 1118, 528 92419

MITRA BEKASI BARAT

Jl. Jend A Yani Bekasi 17144
 (021) 885 3333

RS GADING PLUIT

Jl. Boulevard Timur Raya
 Kelapa Gading, Jakarta 14250
 (021) 452 1001, 452 0201

RS PLUIT

Jl. Raya Pluit Selatan No. 2
 Jakarta 14450
 (021) 668 5070, 668 5006

RS PONDOK INDAH

Jl. Metro Duta Kav. UE
 Jakarta Selatan
 (021) 750 7169, 765 7525,
 750 2794

RS PURI INDAH

Jl. Puri Indah Raya Blok S-2
 Kembangan Selatan,
 Jakarta 11610
 (021) 2569 5200

SILOAM KARAWACI

Jl. Siloam 6 Lippo Karawaci
 1600 Tangerang 15811
 (021) 546 0055

SILOAM KB. JERUK

Jl. Raya Perjuangan Kebon
 Jeruk Jakarta Barat
 (021) 256 77 888

SILOAM MRCCC

Jl. Garnisun 2-3 Karet
 Jakarta Selatan 12930
 (021) 2996 2888

BANDUNG

RS SANTOSA BANDUNG

Jl. Kebon Jati No. 38 Bandung
 (022) 424 8333, 424 8555

RS ST BORROMEUS

Jl. Ir. H. Juanda No. 100
 Bandung
 (022) 253 3760

SEMARANG

RS TELOGOREJO

SEMARANG
 Jl. KH A. Dahlan Semarang
 (024) 844 6000, 844 6444,
 844 8448

SOLO

PARAHITA DIAGNOSTIC

Jl. Slamet Riyadi No. 319
 Surakarta
 (0271) 713 731, 714 604

SURABAYA

SILOAM SURABAYA

Jl. Raya Gubeng 70
 Surabaya 60281
 (031) 503 1333, 503 1821

GLENEAGLES DIAGNOSTIC

Jl. Taman AIS Nasution
 No. 5 Surabaya 60271
 (031) 545 5470

MEDAN

RS COLUMBIA ASIA

Jl. Listrik No. 2A, Petisah
 Tengah, Medan Petisah,
 Medan 20112
 (061) 456 6368

MAKASSAR

PARAHITA DIAGNOSTIC

Jl. Gunung Latimojong
 No 123 Makassar
 (0411) 363 1123

BATAM

RS AWAL BROS

Jl. Gajah Mada Kav 1,
 Baloi Batam
 (0778) 431 777

JARINGAN PRODIA

BANDUNG

Jl. Wastukencana No. 38,
 Bandung 40116
 (022) 4231362, 4239538,
 4264059

BANJARMASIN

Jl. Jend. Achmad Yani Km 3.5
 No. 131 - 133
 Banjarmasin 70235
 (0511) 3273500, 3253643

BATAM

Jl. Engku Putri,
 Kompleks Mahkota Raya
 Blok E No. 12A-12B
 Batam Centre - Batam 29432
 (0778) 7495735, 7495733

BOGOR

Jl. Jend. Sudirman No. 38 B,
 Bogor 16143
 (0251) 8351612, 8351614

DENPASAR

Jl. Diponegoro No. 192,
 Denpasar 80114
 (0361) 261001 (hunting)

JAKARTA

Jl. Kramat Raya No. 150,
 Jakarta Pusat 10430
 (021) 3906709, 3153002,
 3912666

JAKARTA

Jl. Gunawarman No. 77,
 Kebayoran Baru, Jakarta
 Selatan 12180
 (021) 7220203

MALANG

Jl. Merbabu No. 10,
 Malang 65112
 (0341) 366042, 6297697

MANADO

Jl. Sam Ratulangi No. 48,
 Manado 95111
 (0431) 874567, 874589,
 850725

MEDAN - S PARMAN

Jl. S. Parman No.17/223G,
 Medan 20153
 (061) 4535731, 4534903

PALEMBANG

Jl. Basuki Rahmat No.801
 (0711) 5610293, 411304

PEKANBARU

Jl. Cempaka No. 80 B-C,
 Pekanbaru, Riau 28156
 (0761) 45542, 45543

SEMARANG

Jl. M.T. Haryono No. 882,
 Semarang 50242
 (024) 8444331 (hunting)

SOLO

Jl. Ronggowarsito No. 143,
 Solo 57131
 (0271) 646378

SURABAYA - GMC

Jl. Bogowonto No. 14,
 Surabaya 60241 (Pusat GMC)
 (031) 5631818

YOGYAKARTA

Jl. P. Mangkubumi No. 50,
 Yogyakarta
 (0274) 515818

Untuk informasi
 selengkapnya mengenai
 program medical check-
 up dari Allianz Platinum,
 silakan menghubungi Call
 Center Platinum di nomor
 telepon +62 21 2926 9900
 (hunting Platinum)
 atau email
 platinum.services@
 allianz.co.id

Allianz Utama Indonesia

TravelPRO

Pack your worries away



- ✓ A-Z coverage
- ✓ Cashless Hospital Admission for covered condition
- ✓ 6 hours waiting period on delays
- ✓ Complete coverage starting from USD 3
- ✓ 250% limit of benefit for family plan

With you from A-Z

Allianz 

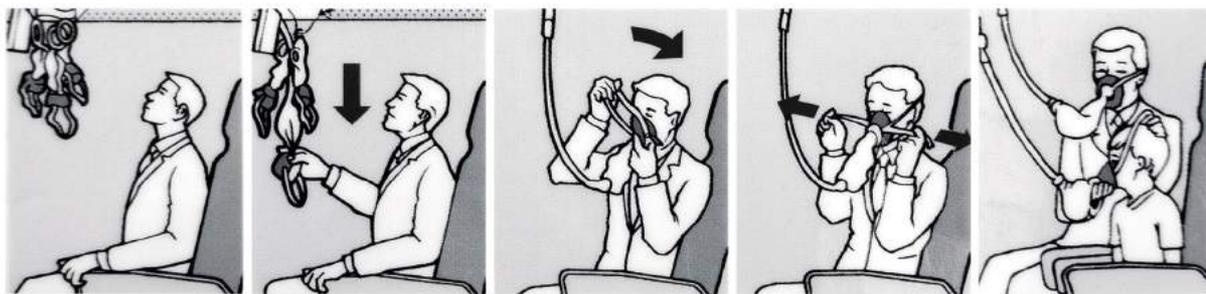
 021 2926 9999

 www.allianz.co.id/produk

 Allianz Indonesia Community

P3K

MELINDUNGI DIRI SENDIRI TERLEBIH DAHULU ITU BIJAK. BUKAN EGOIS.



PUT YOUR OXYGEN MASK ON FIRST,
BEFORE HELPING OTHERS

Setiap kali bepergian dengan pesawat terbang, setiap kali saya dan Anda disuguhi tayangan *flight safety video*. Dan, di antara tayangan yang menakutkan, tapi dikemas menarik dan tidak membuat rasa panik timbul itu, diselipkan sebuah fragmen singkat ketika seseorang harus menyelamatkan dirinya sebelum menolong orang lain, khususnya ketika memasang masker oksigen saat oksigen tiba-tiba berkurang di kabin pesawat.

Sejujurnya, tayangan itu tak pernah menempel di kepala. Tepatnya, saya tak terlalu peduli. Membaca kartu keselamatan

yang disediakan di kantong kursi? Itu apalagi. Saya lebih memilih mengabdikan keberadaan saya, terutama kalau sedang berada di kelas bisnis atau kelas utama.

Saya lebih peduli dengan eksistensi diri daripada keselamatan diri. Itu telah menjadi prinsip hidup saya. Bertahun lamanya saya terbang dan bertahun lamanya saya selamat. Jadi, saya makin tak memberi perhatian kepada apa yang saya tuliskan di atas.

Sampai pada suatu hari saya dikecewakan, tidak oleh sebuah kecelakaan pesawat yang saya tumpangi, tapi sebuah perjalanan asmara yang menghujam. Gara-garanya karena saya terlalu tidak

memedulikan untuk melindungi diri sendiri.

Siapa yang tak akan membenarkan kalau jatuh cinta itu berjuta rasanya. Tetapi yang berjuta rasa itu membuat saya tidak menginjak bumi. Saya lupa diri bahwa jatuh cinta itu memiliki efek selain euforia, juga kehilangan akal sehat.

Setelah hilang akal, efek selanjutnya adalah menjadi “buta”. Orang akan memaklumi menjadi buta dan kehilangan akal kalau sedang jatuh cinta. Saya tak akan memaklumi itu, setelah merasakan betapa tidak enak dan sengsaranya menjadi kehilangan akal dan buta.

Dan, karena akal hilang dan mata hati tak bisa melihat dengan benar, maka perjalanan asmara itu dilakoni dengan dasar yang sungguh rapuh dan hati saya berakhir dengan porak poranda. Dari peristiwa itu saya menyimpulkan bahwa hubungan yang langgeng itu hanya bisa terwujud kalau keduanya sejak awal telah melindungi diri masing-masing dari kehilangan akal dan kebutaan.

Setahun yang lalu, ketika kesengsaraan itu belum lagi tuntas, seorang anak manusia lainnya datang dalam hidup saya. Ketika ia datang, saya berkata pada diri sendiri. “Gue kagak mau sengsara lagi.” Maka saya memutuskan melibatkan akal sehat untuk

berpartisipasi dalam proses jatuh cinta ini.

Harus saya akui, perjalanan asmara kedua ini tidak bebas dari sakit kepala, tapi saya jauh lebih bahagia. Saya lebih santai dalam melakoninya karena akal sehat saya membantu menunjukkan segala risiko yang ada, kemudian mencari solusinya.

Risiko itu tidak bisa dihindari, tapi bisa dijalani dengan ketidakbutaan. Melindungi diri, memberi proteksi diri, adalah sebuah cara berinvestasi agar hubungan asmara bisa berjalan dengan sehat, bukan berjalan tanpa masalah.

Justru ketika masalah datang, karena saya dan pasangan saya berakal sehat dan tidak buta, masalah yang ada bisa dilihat sebagai sebuah tantangan agar investasi dalam bentuk hubungan cinta itu semakin bertambah kuat dan bertambah kualitasnya.

It takes two to tango. Bayangkan hasil sebuah perjalanan asmara kalau yang ber-*tango* itu tidak kehilangan akal dan tidak menjadi buta, bukan? Kehilangan akal dan menjadi buta itu *a total disaster* bukan hal yang manusiawi.

Tidak kehilangan akal dan tidak menjadi buta alias mampu memproteksi diri dan berakhir dengan investasi yang menentramkan jiwa raga itu adalah P3K. Perlindungan Pertama Pada Kesengsaraan.

TIDAK KEHILANGAN AKAL DAN TIDAK MENJADI BUTA ALIAS MAMPU MEMPROTEKSI DIRI DAN BERAKHIR DENGAN INVESTASI YANG MENENTRAMKAN JIWA RAGA ITU ADALAH P3K. PERLINDUNGAN PERTAMA PADA KESENGSARAAN

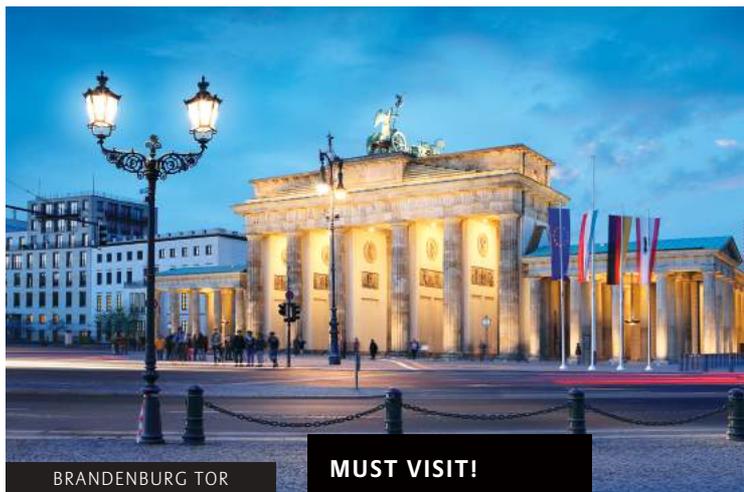
BERLIN

ARTSY, YET HISTORIC CITY



HITLER, NAZI, TEMBOK BESAR BERLIN, JUGA EPOS SEJARAH PERANG DUNIA MENJADI BAGIAN DARI POTRET SEJARAH YANG MENJADI NUANSA KHAS KOTA INI.

Sebagai ibukota negara Jerman dan salah satu kota di Eropa dengan penduduk terpadat, Berlin menyimpan pesona apik bagi para wisatawan. Utamanya, pelancong peminat sejarah, seni, arsitektur, juga romantisme masa silam. Apa sajakah itu?



BRANDENBURG TOR

MUST VISIT!

1. Schloss Charlottenburg
2. Holocaust Memorial
3. Kurfürstendamm
4. Jüdisches Museum
5. Berliner Mauer



FUN FACT

Meski berkantor pusat di Kota Munich, Allianz didirikan di Berlin pada 5 Februari 1890 oleh Carl von Thieme dan Wilhelm von Finck (co-owner dari Merck Finck & Co bank). Allianz Towers di Berlin ada di kawasan Treptowers Park.

TIPS LIBURAN DI BERLIN

1. Beli WelcomeCard Berlin yang berfungsi sebagai karcis kereta atau bus di zona yang dipilih.
2. Di sini lebih enak jalan kaki daripada naik bus atau kereta untuk berkunjung.

BRANDENBURG TOR

Dibangun pada 1788-1791, di masa pemerintahan Friedrich Wilhelm II dari kerajaan Prusia. Saat Nazi berkuasa, gerbang yang terletak di Pariser Platz, di sebelah barat pusat kota ini, menjadi simbol kekuasaan Nazi. Pada 2000-2002 Gerbang Brandenburg dibangun kembali dan menjelma simbol kota Berlin.

Tak jauh dari gerbang ini, kira-kira satu blok ke utara, Anda bisa menemui bangunan bersejarah Reichstag. Dari Brandenburg inilah Anda akan dibawa memasuki kawasan istana Prussia yang dibangun kembali setelah runtuhnya Tembok Berlin. Sejak 1999 silam,



bangunan ini berfungsi kembali sebagai tempat Parlemen Jerman. Reichstag merupakan bangunan tua megah yang dirancang Paul Wallot pada 1894. Bangunan ini mengalami perubahan atas perintah Lord Norman Foster dan dibuka kembali pada 1999 dengan kubah kaca yang indah. Pada 1980-an, sejumlah musisi, termasuk David Bowie, Pink

Floyd, dan Michael Jackson pernah melakukan konser di area halaman Reichstag. Berhubung gedung ini masih difungsikan, pengunjung yang akan masuk harus melalui pemeriksaan keamanan yang ketat.

BERLINER MAUER

Saat di Berlin, rasanya harus untuk menyaksikan langsung sisa-sisa

runtuhan Tembok Berlin yang pernah memisahkan Jerman Barat dan Jerman Timur sejak 1961 hingga 1989. Kini tembok tersebut sudah musnah. Kurang lebih sepanjang 1 km, bagian dari Tembok Berlin ini yang disisakan berdiri sebagai bukti sejarah kelam Jerman. Anda bisa menemukan sisa tembok tersebut di kawasan Mühlenstrasse, Potsdamer Platz, atau di Museum Topography of Terror di wilayah Niederkirchnerstrasse.

MUSEUMSINSEL

Penyuka seni sudah tentu harus bertandang ke Museumsinsel atau Pulau Museum. Di areal kompleks yang luas di pusat Kota Berlin dan dikelilingi aliran Sungai Spree ini hadir setidaknya lima museum yang berdiri bersebelahan. Dibangun lebih dari satu abad silam, areal Museumsinsel ini dibuka untuk umum setelah 1918. Di areal Museumsinsel ini banyak dihiasi patung klasik dan monumen-monumen artistik dari Yunani, Roma, Babilonia, dan Timur Tengah yang memukau. Mulanya Museumsinsel digunakan untuk menyimpan benda-benda koleksi dari beberapa Raja Prussia. Salah satu museum yang harus dikunjungi di sini adalah Museum Pergamon, sebuah gua yang berisikan harta Aladin dari alam kuno.



MENTUKAN TEMPAT FITNESS YANG TEPAT & NYAMAN

SEBUAH SURVEI MENYEBUTKAN SEKITAR 60% KEANGGOTAAN DI PUSAT KEBUGARAN DITINGGALKAN OLEH PENGGUNANYA SETELAH BERJALAN SATU SETENGAH BULAN. APA PENYEBABNYA?

TEKS Hapis Sulaiman | FOTO Dok. Spesial

Banyak dari kita memilih *fitness center* sebagai sarana untuk menjaga kebugaran tubuh. Sayangnya, baru melakoni tiga-empat kali sesi latihan, kita merasa pergi ke pusat kebugaran merupakan suatu beban. Kenapa bisa begitu? Disadari atau tidak, suasana sebuah pusat kebugaran merupakan faktor penting bagi sebagian besar orang untuk dapat dengan nyaman menghabiskan waktu dan berlatih dengan maksimal. Pusat kebugaran yang Anda pilih haruslah membuat Anda merasa nyaman, terinspirasi, dan termotivasi dalam mencapai target kebugaran yang telah Anda tetapkan.

1. SESUAIKAN BUDGET

Pastikan Anda telah menetapkan budget dan mengetahui apa yang Anda inginkan serta butuhkan dari pusat kebugaran tersebut. Anda tentu tidak ingin mendaftar di sebuah pusat kebugaran mahal, yang sebetulnya tidak semua fasilitasnya Anda butuhkan.

2. LOKASI

Dapatkan hasil maksimal dengan memilih pusat kebugaran yang lokasinya strategis, dekat dengan rumah atau kantor, misalnya. Jangan sampai latihan Anda terganggu akibat macetnya lalu lintas.

3. TRIAL

Lakukan uji coba terlebih dulu sebelum memutuskan untuk bergabung. Pusat kebugaran biasanya memberikan *guest pass* atau *free trial* program kepada calon anggotanya. Gunakan semua fasilitas tersebut dengan baik.

4. BANYAK TANYA

Bertanya kepada instruktur *fitness* di pusat kebugaran pilihan Anda untuk memastikan kapabelitas mereka. Tanyakan juga beberapa orang yang berlatih dan telah menjadi anggota mengenai kesan mereka berlatih di pusat kebugaran ini, bukan di lain tempat. Tanyakan dengan rinci tentang jenis latihan dan program yang tepat untuk tujuan Anda berlatih di pusat kebugaran tersebut. Jangan lupa, bila Anda tidak nyaman berlatih, mungkinkah Anda mendapatkan *refund* dan sebagainya?

Untuk mendapatkan kebugaran dan kesehatan yang prima dengan berlatih di suatu *fitness center*, memang dibutuhkan pengorbanan, mulai dari waktu, tenaga, hingga finansial. Yakinlah bahwa hasil yang didapat di masa depan akan jauh lebih berarti daripada semua pengorbanan yang telah kita keluarkan.

Allianz eAZy Claim

Klaim Asuransi
Harus Cepat dan Mudah



Keunggulan Allianz eAZy Claim

- ✓ Proses klaim melalui *smartphone* hanya dengan mengirimkan foto resume medis yang ditandatangani dokter, rincian biaya, bukti pembayaran dan salinan resep
- ✓ Informasi cepat mengenai seluruh cakupan manfaat kesehatan yang dimiliki nasabah
- ✓ Akses informasi 10 riwayat klaim terbaru beserta status klaim yang diajukan nasabah
- ✓ Kartu virtual yang dapat digunakan untuk melihat data polis dan informasi polis nasabah
- ✓ Peta interaktif yang memandu peserta mencari rumah sakit rekanan Allianz yang terdekat dengan lokasi nasabah
- ✓ Bantuan informasi *online* 24 jam sehari dan 7 hari seminggu

Download segera eAZy Claim ke *smartphone* Anda

Android AppStore



Informasi selengkapnya kunjungi:
www.allianz.co.id/eAZyClaim

Menu yang tersedia pada aplikasi Allianz eAZy Claim



**Claim
Claim**

Menu untuk mengirimkan klaim terbaru dan melihat riwayat klaim yang sudah dilakukan.



**Informasi Manfaat
Benefit Information**

Menu berisi rincian informasi manfaat Asuransi sesuai polis.



**Kartu Virtual
Virtual Card**

Menu berisi referensi informasi pengguna sesuai polis. Kartu virtual ini tidak dapat digunakan untuk transaksi *cashless* di fasilitas kesehatan.



**Cari Pelayanan Kesehatan
Health Provider Search**

Menu yang membantu pencarian lokasi rumah sakit rekanan Allianz terdekat beserta metode pembayaran yang dapat dilakukan.



**Pengaturan Aplikasi
Setting**

Menu untuk mengubah *password* dan sesi aktif aplikasi.



**Hubungi Kami
Contact Us**

Menu berisi nomor telepon *Call Center*, alamat email *ContactUs*, dan lokasi Allianz terdekat.

Allianz Platinum Golf Tournament 2015



Hadiah

- Hole in One:
 - 1 Mercedes-Benz CLA 200 Sport
 - 2 Ticket PP Jakarta - Tokyo, Garuda Indonesia
- Door Prize

 Sabtu, 25 April 2015

 05:00 - 14:00

 Damai Indah Golf
PIK Course

Didukung oleh:



RSVP:

- Email : platinum@allianz.co.id
- Telp. : +6221 2926 8193 (Dyah Rahmawati)
Monday-Friday (09:00-17:00)

Platinum

Allianz