

Periode Januari – Maret 2026

HELLO M2U

Awali Tahun dengan Langkah Finansial Cerdas

What's new on M2U

- Transaksi QRIS Tanpa Tatap Muka via M2U ID App
- Atur Transfer Rutin Antar Rekening Maybank via M2U ID App
- Tombol Autentikasi untuk Konfirmasi Transaksi M2U ID Web

Feature highlight

Transaksi Valas via M2U ID App

Promo highlight

- Dapatkan *Cashback* Rp25 ribu dari Transaksi Maybank QR Pay via M2U ID App
- Transaksi di M2U ID App dan Dapatkan Hadiah Menarik

Event highlight

M2U Run Together, Stay Connected

Tips & Tricks

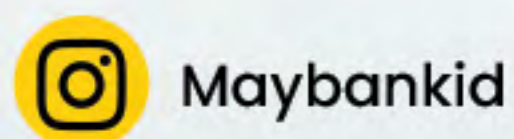
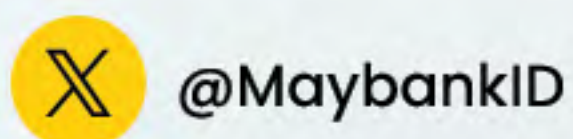
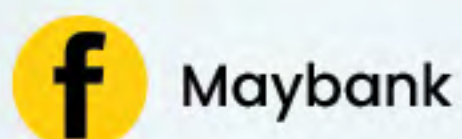
Sambut Hari Spesial Dengan Atur dan Kelola Keuangan di M2U ID App

Article

Proteksi Sebagai Vitamin untuk Keuangan Sehat

Ask the expert

Bagaimana mempersiapkan & mengelola keuangan untuk gaya hidup aktif dan sehat?



☎ 1500611 atau +6221 78869811 (dari luar negeri) ✉ customercare@maybank.co.id

Download



Humanising
Financial Services



Syarat & ketentuan berlaku.

Mengawali 2026 dengan Semangat Baru untuk Melayani Lebih Baik

Nasabah yang Terhormat,

Perkenankan saya mengucapkan Selamat Tahun Baru 2026.

Awal tahun baru selalu menjadi momentum bagi kita untuk memperbarui semangat, harapan, dan keinginan untuk menjadi lebih baik lagi dari tahun sebelumnya, begitu pula dengan Maybank Indonesia.

Kita perlu melakukan refleksi, melihat kembali perjalanan yang sudah dilalui, belajar dari pengalaman, dan menata ulang langkah ke depan. Bagi Kami, hal terpenting adalah memastikan agar *Digital Banking* Maybank Indonesia dapat hadir dengan cara yang lebih dekat, lebih bermakna dan memberikan pengalaman yang menyenangkan bagi Anda.

Sepanjang 2025, Kami melihat bagaimana layanan *mobile banking* M2U ID App semakin menjadi bagian dari kehidupan Nasabah. Dari transaksi keseharian, belanja, hingga pengelolaan investasi dan kekayaan personal, semua bisa dilakukan hanya dalam satu genggaman.

Bagi Kami, hal yang paling berharga bukan hanya pertumbuhan angka, melainkan adalah meningkatnya kepercayaan Masyarakat untuk menjadikan *mobile banking* M2U ID App sebagai teman yang dapat diandalkan dalam mengatur kehidupan finansial.

Memasuki 2026, Kami akan terus berupaya mewujudkan **tujuan yang sederhana namun besar**, yaitu membuat M2U ID App sebagai *mobile banking* yang semakin mudah, praktis, dan nyaman.

Kami juga ingin agar setiap interaksi Nasabah dengan M2U ID App terasa lebih alami, lebih intuitif, dan lebih memahami kebutuhan Anda. Kita akan bersama-sama melihat peningkatan pada pengalaman pengguna, penyempurnaan fitur yang ada, serta pengembangan layanan yang membuat aktivitas finansial tidak hanya efisien, tetapi juga terintegrasi.

Kami juga telah berkomitmen untuk terus memperkuat pondasi keamanan digital agar setiap transaksi terlindungi dengan teknologi yang lebih baik lagi. Rasa tenang dan nyaman Anda adalah bagian penting dari pengalaman yang humanis, sejalan dengan misi *Humanising Financial Services*, bahkan di era yang semakin serba digital.

Ke depan, M2U ID App akan terus berkembang menjadi ekosistem finansial yang semakin menyatu dengan keseharian Anda. Kami berharap M2U ID App (*mobile banking*) dapat senantiasa hadir sebagai pendamping finansial yang dapat Anda andalkan.

Terima kasih karena telah menjadi bagian dari perjalanan Maybank Indonesia. Setiap masukan yang Anda sampaikan akan selalu mendorong Kami untuk belajar dan terus berinovasi. Di tahun 2026 ini, mari Kita melangkah bersama, menjelajahi berbagai fitur, mencoba pengalaman baru, dan membangun hubungan digital yang lebih hangat dan lebih personal.

Semoga tahun ini membawa lebih banyak kesempatan, kemudahan, dan kebaikan bagi kita semua.



Salam,
Bambang Irawan
Direktur IT & Digital
Maybank Indonesia

WHAT'S NEW ON M2U

Transaksi QRIS Tanpa Tatap Muka via M2U ID App

Nikmati kemudahan transaksi QRIS Tanpa Tatap Muka di M2U ID App. Fitur ini memungkinkan Anda melakukan pembayaran menggunakan QRIS di mana saja dengan cara unggah/*upload* QRIS Merchant yang tersimpan pada *handphone* Anda melalui Maybank QR Pay di M2U ID App. Tinggal *Upload & Pay* untuk berbagai kebutuhan belanja, tanpa harus datang ke lokasi *merchant*.

Info www.maybank.co.id/QRISTTM

Atur Transfer Rutin Antar Rekening Maybank via M2U ID App

Kini Anda dapat mengatur transfer rutin antar rekening Maybank dengan mudah dan praktis melalui M2U ID App. Fitur ini membantu Anda menjadwalkan transfer otomatis sesuai waktu dan nominal yang diinginkan. Kebutuhan transfer untuk tabungan bulanan, kiriman keluarga, atau pembayaran rutin, jadi lebih terencana tanpa perlu repot melakukan transfer manual setiap saat.

Info www.maybank.co.id/Transferrutin

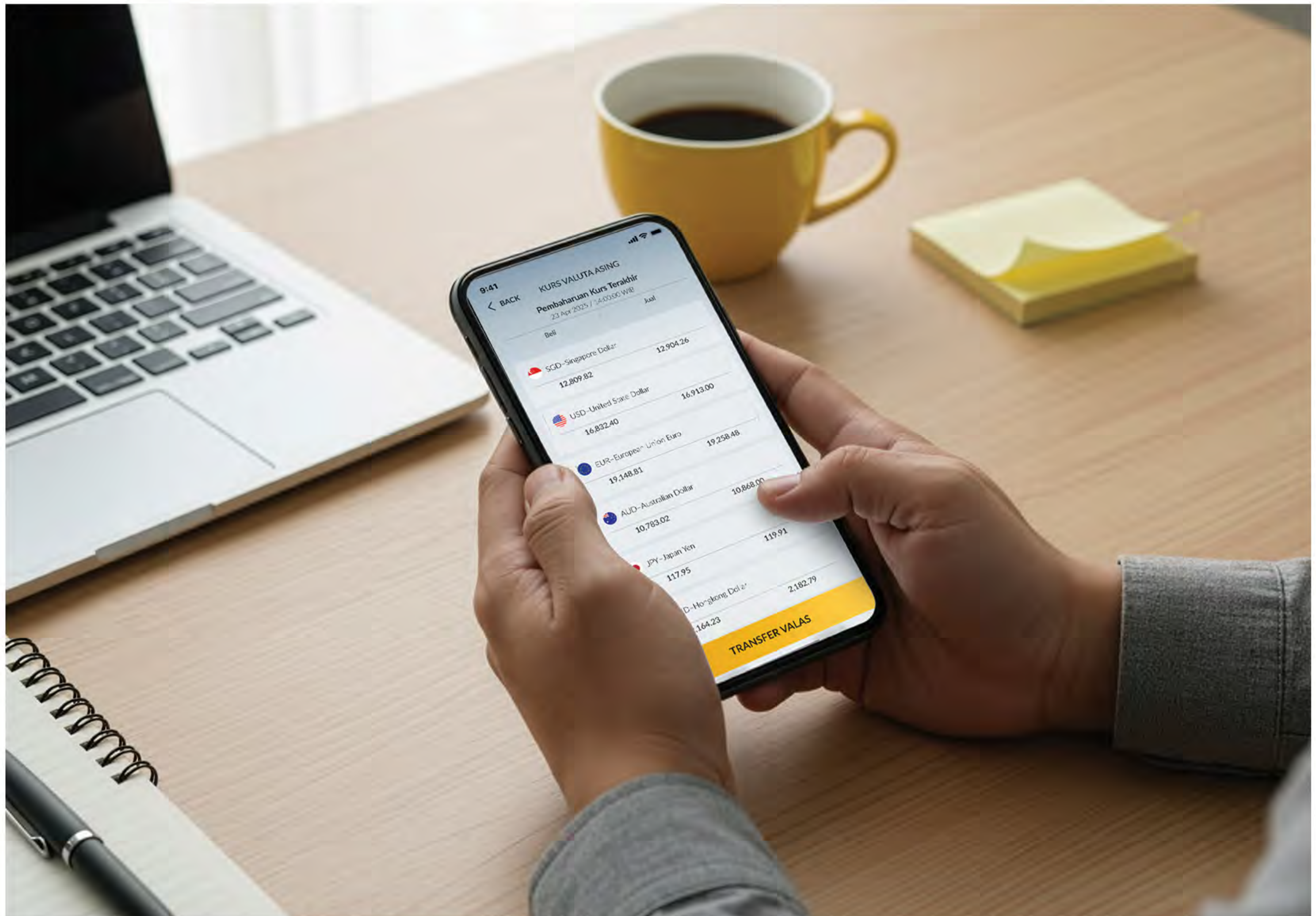
Tombol Autentikasi untuk Konfirmasi Transaksi M2U ID Web

Selain melalui *push notification* dari M2U ID App, konfirmasi transaksi Anda di M2U ID Web, kini dapat dilakukan dengan memilih tombol Autentikasi yang dapat diakses di tampilan awal M2U ID App. Setiap kali Anda melakukan transaksi melalui M2U ID Web, Anda cukup menggunakan tombol ini untuk menyetujui atau menolak transaksi.

Info www.maybank.co.id/autentikasi



FEATURE HIGHLIGHT



Transaksi Valas via M2U ID App

Melalui M2U ID App, Nasabah dapat melakukan transaksi valuta asing (valas) dengan mudah. Fitur ini memungkinkan pembelian dan penjualan mata uang asing secara fleksibel sepanjang hari (24/7), kapan pun di mana pun, langsung melalui aplikasi *mobile banking* Maybank Indonesia, tanpa perlu mengunjungi kantor cabang Maybank. Aksesnya pun praktis, cukup melalui menu Transfer di M2U ID App.

Selain itu, melalui M2U ID App, Anda dapat menikmati *rate* valas yang lebih kompetitif. Untuk jual/beli valas dalam nominal besar, cukup unggah/*upload* dokumen *underlying* langsung di aplikasi. Transaksi pun jadi lebih jelas dan nyaman karena nilai ekuivalen dari mata uang sumber akan otomatis ditampilkan ketika memasukkan nominal transaksi. Bagi Nasabah Premier & Privilege, tersedia akses *Special Rate*. Cukup hubungi *Relationship Manager* Anda untuk mendapatkan penawaran *rate* terbaik.

Untuk menggunakan fitur jual beli valas di M2U ID App, Nasabah dapat membuka Maybank Tabungan Super Valas sesuai dengan mata uang asing yang diinginkan di Kantor Cabang Maybank terdekat. Produk tabungan ini mendukung berbagai mata uang asing, seperti USD, SGD, EUR, AUD, JPY, dan CNY. Tersedia juga tabungan dengan prinsip Syariah.

Info www.maybank.co.id/Hellovalas

PROMO HIGHLIGHT

Dapatkan **Cashback Rp25 ribu** dari Transaksi Maybank QR Pay via M2U ID App

Shopping atau jajan kuliner favorit, praktis bayarnya dengan Maybank QR Pay via M2U ID App. Dapatkan **cashback Rp25 ribu** dengan lakukan min. 4x transaksi QR Pay via M2U ID App dan total akumulasi nilai transaksi min. Rp150 ribu per periode mingguan. Berlaku di semua *merchant* yang berlogo QRIS.

Periode 29 September 2025 – 8 Februari 2026
Info www.maybank.co.id/QRHELLOM2U



Transaksi di M2U ID App dan Dapatkan Hadiah Menarik

Wujudkan impian Anda miliki motor Vespa Sprint atau dapatkan *voucher* liburan Rp25 juta untuk liburan ke luar negeri! Nikmati kesempatan mendapatkan berbagai hadiah menarik lainnya seperti iPhone 16, Samsung TV, Dyson Supersonic hair dryer, SMEG Blender, & *cash reward* hingga Rp1 juta dengan bertransaksi sebanyak-banyaknya di M2U ID App. Semakin sering Anda bertransaksi, semakin besar peluang untuk dapatkan hadiah impian Anda!

Periode 1 Desember 2025 – 28 Februari 2026
Info www.maybank.co.id/dapatvespa



EVENT HIGHLIGHT

M2U Run Together, Stay Connected: Semangat Kebersamaan dan Hidup Sehat Bersama M2U ID App



Jakarta, 19 Oktober 2025 – Gaya hidup sehat yang diwujudkan melalui semangat berolahraga telah menjadi bagian penting dalam kehidupan masyarakat modern. Sejalan dengan semangat tersebut, M2U ID App, *mobile banking* dari Maybank Indonesia, menyelenggarakan acara 'M2U Run Together, Stay Connected' sebagai wadah untuk menginspirasi masyarakat agar lebih aktif, sehat, dan terhubung satu sama lain melalui kegiatan positif, seperti lari bersama.

Digelar di ON3, Gelora Bung Karno, acara ini mengajak peserta yang terdiri dari Nasabah maupun non-Nasabah Maybank Indonesia, untuk berpartisipasi dalam FUN RUN sejauh 5K. Selain membawa semangat kebersamaan dan gaya hidup sehat, kegiatan ini menjadi wadah untuk mempererat hubungan antar pelari, khususnya bagi mereka yang baru mengenal Maybank Indonesia, sekaligus membangun relasi baru.

Tidak berhenti di situ, setelah sesi lari, acara dilanjutkan dengan *talk show* eksklusif yang dipandu oleh Bapak Charles Budiman selaku *Head, Digital Banking* Maybank Indonesia. Dalam sesi ini, peserta berkesempatan mendapatkan inspirasi seputar lari, kesehatan, persiapan *race*, serta pentingnya memiliki pondasi finansial yang kuat.



Talk show ini menghadirkan tiga narasumber inspiratif yang berbagi pengalaman dan wawasannya.

- **Bapak Widya Permana**, *Operations Director Maybank Indonesia* sekaligus *Project Director Maybank Marathon*, yang berbagi tentang bagaimana lari dapat menjadi filosofi hidup.
- **Bapak Alit Aryaguna**, *CEO Dashsport*, pakar komunitas dan teknologi olahraga yang memahami dinamika dunia lari modern.
- **dr. Andhika**, yang memberikan panduan seputar cara berlari dengan sehat dan aman.

Acara ini juga memperkenalkan program M2U Connect dari M2U ID App yang merupakan program untuk Nasabah baru Maybank Indonesia. Dengan mengikuti program ini, Nasabah berkesempatan untuk mendapatkan akses program latihan lari, *Garmin Forerunner 55*, *E-voucher Shopee*, hingga *grand prize* berupa *Running Slot Maybank Marathon Bali 2026*.

Periode 6 Oktober 2025 – 31 Januari 2026

Info www.maybank.co.id/M2URUN11

TIPS & TRICKS

Sambut Hari Spesial Dengan Atur dan Kelola Keuangan di M2U ID App



Hari spesial, seperti ulang tahun, *anniversary*, Valentine, atau momen penting lainnya, tentu ingin dirayakan dengan cara yang berkesan. Namun, tanpa persiapan keuangan yang matang, perayaan tersebut bisa menjadi beban bagi keuangan Anda. Oleh karena itu, menyiapkan *budget* khusus untuk hari spesial sangat penting. Dengan perencanaan yang tepat, Anda bisa menikmati momen berharga tanpa merasa terbebani secara finansial. Coba *tips & tricks* berikut agar persiapan *budget* untuk hari spesial menjadi lebih matang.

1. Rencanakan estimasi biaya sejak awal

Salah satu langkah penting adalah menentukan estimasi biaya yang dibutuhkan untuk perayaan hari spesial. Anda bisa membuat sedetail mungkin agar tidak ada biaya yang terlewat. Setelah itu, sisihkan dana secara rutin di tabungan terpisah agar tidak tercampur dengan *budget* untuk kebutuhan lain. Anda dapat membuat tujuan keuangan untuk hari spesial melalui fitur 360 Digital Wealth di M2U ID App untuk kemudian diarahkan dengan pilihan tabungan dan investasi yang sesuai.

Info www.maybank.co.id/360hellom2u

2. Manfaatkan promo transaksi

Untuk memaksimalkan *budget*, jangan lupa memanfaatkan berbagai promo transaksi yang dilakukan via M2U ID App. Mulai dari diskon belanja, *cashback*, hingga promo khusus *merchant*, langkah ini bisa membuat perayaan lebih hemat tanpa mengurangi kualitas momen spesial Anda.

Info www.maybank.co.id/promohellom2u



3. Pantau pengeluaran agar tetap sesuai budget

Agar persiapan *budget* untuk hari spesial tetap *on track*, penting untuk memantau setiap pengeluaran. Gunakan fitur Akses & *download Statement Rekening* di M2U ID App untuk bisa mengetahui kemana dana digunakan dan menyesuaikan pengeluaran bila diperlukan. Anda juga dapat mengakses *Statement Rekening* dengan *graphic* dan *charts* yang interaktif.

Info www.maybank.co.id/infostatement

Merencanakan *budget* khusus untuk hari spesial tidak hanya membuat momen perayaan lebih terencana, tetapi juga memberikan ketenangan finansial. Dengan perencanaan yang matang, pemanfaatan promo, dan pemantauan pengeluaran, Anda bisa menikmati hari spesial tanpa khawatir mengganggu *budget* untuk kebutuhan yang lain. Selamat merencanakan dan mewujudkan momen berkesan Anda!

ARTICLE

Proteksi Sebagai Vitamin untuk Keuangan Sehat



Oleh : **Johan Harsa**,
Head, Bancassurance & Investment
Maybank Indonesia

Kita semua tahu pentingnya menjaga tubuh tetap sehat. Kita makan makanan bergizi, olahraga rutin, dan beristirahat cukup. Tapi sering kali, ada satu hal penting yang luput dari perhatian: kesehatan finansial. Sama seperti tubuh, kondisi keuangan juga bisa 'sakit' bila tidak dijaga. Salah satu cara paling efektif untuk menjaga keuangan tetap sehat adalah dengan memiliki proteksi.

Sehat Bukan Sekadar Tubuh yang Kuat

Gaya hidup sehat bukan hanya soal *jogging* atau minum jus hijau setiap pagi, tetapi juga tentang kesiapan menghadapi hidup dengan seimbang, termasuk ketika risiko datang tiba-tiba.

Kita tidak pernah tahu kapan sakit datang, kecelakaan terjadi, atau bahkan kehilangan orang yang kita sayangi. Akan tetapi, kita bisa menyiapkan diri agar tidak goyah secara finansial ketika hal itu terjadi. Inilah esensi dari proteksi: bukan sekadar membeli polis, tapi menjaga kestabilan hidup di tengah ketidakpastian.

Banyak orang masih berpikir, "Saya masih muda, belum butuh asuransi." Padahal, justru di usia produktif, proteksi seharusnya sudah menjadi bagian dari perencanaan gaya hidup. Karena semakin dini kita mulai, semakin ringan biaya yang harus dikeluarkan, dan semakin besar manfaat yang bisa dirasakan nanti.

Proteksi = Imun Keuangan

Bayangkan asuransi seperti vitamin untuk keuangan kita. Ia tidak membuat kita kebal dari risiko, tapi membuat kita lebih kuat saat menghadapinya. Sama seperti vitamin yang bekerja diam-diam di balik layar, proteksi memberi ketenangan dalam hati karena tahu kita punya pegangan ketika sesuatu terjadi.

Ketika tubuh sakit, kita bisa beristirahat dan memulihkan diri. Tapi ketika keuangan 'sakit' karena tidak punya proteksi, pemulihannya bisa jauh lebih lama dan menyakitkan. Di sinilah pentingnya membangun imun finansial.

Proteksi bukan hanya tentang uang pertanggungan, tetapi tentang *peace of mind*. Saat kita tahu keluarga terlindungi, pikiran pun lebih tenang untuk fokus pada hal-hal yang benar-benar penting, seperti kesehatan, karier, dan kebahagiaan.

Proteksi Semakin Mudah Lewat M2U ID App

Kini, semua bisa dilakukan lebih sederhana. Melalui **M2U ID App (mobile banking)**, Nasabah Maybank Indonesia dapat membeli **MyProtection Simple** dari Allianz, produk asuransi jiwa yang dirancang untuk mereka yang ingin proteksi cepat, ringan, tapi tetap bermakna.

Dengan premi berkala mulai dari **Rp100.000,- per bulan**, MyProtection Simple memberi perlindungan hingga:

- **100% Uang Pertanggungan (UP)** jika meninggal dunia karena sebab alami,
- **200% Uang Pertanggungan** jika meninggal karena kecelakaan,
- dan bahkan **100% pengembalian premi** jika Tertanggung masih hidup hingga akhir masa polis dan polis tetap aktif.

Tidak perlu survei kesehatan rumit, tidak perlu bertemu agen. Semua bisa dilakukan langsung dari ponsel melalui M2U ID App. Praktis dan transparan. Artinya, tidak ada premi yang 'hilang sia-sia'. Setiap rupiah yang kita keluarkan adalah bentuk investasi untuk rasa aman.

Menjadikan Proteksi Bagian dari Rutinitas Sehat

Kesehatan finansial, seperti halnya tubuh yang bugar, butuh disiplin dan perencanaan. Mulailah dengan hal kecil: menabung rutin, berinvestasi sesuai profil risiko, dan pastinya, memiliki proteksi dasar.

Bisa dibilang, proteksi adalah pondasi sebelum kita melangkah lebih jauh. Sebagus apa pun investasi kita, semua bisa runtuh jika satu risiko besar datang tanpa perlindungan. MyProtection Simple membantu mewujudkan itu; mudah dibeli, premi terjangkau, dan manfaatnya jelas.

Menutup Tahun dengan Rasa Aman

Hidup ini penuh kejutan, tapi bukan berarti kita harus cemas menunggu datangnya risiko. Dengan proteksi yang tepat, kita bisa melangkah lebih berani, mengejar impian, dan menikmati hidup tanpa takut akan "bagaimana kalau."

Karena gaya hidup sehat sejati bukan hanya tentang tubuh yang kuat, tapi juga hati yang tenang dan kondisi finansial yang terlindungi. Sekarang, lewat M2U ID App, menjadi sehat secara menyeluruh, tubuh, pikiran, dan keuangan, menjadi semakin mudah dan semakin nyata.

ASK THE EXPERT



Oleh : **Djumeina Tenteram**,
*Head, Segmentation & Customer
Growth Maybank Indonesia.*

Bagaimana mempersiapkan & mengelola keuangan untuk gaya hidup aktif dan sehat?

Di tengah meningkatnya kesadaran masyarakat akan pentingnya gaya hidup sehat, olahraga kini menjadi bagian dari identitas dan rutinitas banyak orang. Tidak hanya sekadar aktivitas fisik, olahraga juga mencerminkan komitmen terhadap keseimbangan hidup, kesehatan mental, dan kualitas hidup yang lebih baik. Namun, di balik semangat untuk hidup aktif dan sehat, ada satu aspek yang sering terlewat: **perencanaan keuangan untuk mendukung aktivitas olahraga secara berkelanjutan.**

Olahraga, seperti hobi lainnya, memerlukan perencanaan keuangan yang tepat. Mulai dari biaya keanggotaan, perlengkapan, hingga partisipasi dalam berbagai ajang olahraga memiliki dampak finansial yang berbeda. Saat ini, olahraga, seperti padel, semakin populer sebagai kegiatan sosial dan kompetitif, sehingga menambah kebutuhan akan anggaran untuk keanggotaan, pelatihan dan perlengkapan khusus.

Agar gaya hidup sehat ini dapat dijalankan tanpa membebani keuangan pribadi, empat langkah **M-O-V-E** hadir sebagai panduan praktis yang dapat membantu kita merencanakan, mengatur, dan mengoptimalkan setiap pengeluaran gaya hidup sehat sehingga kebugaran, kesenangan, dan stabilitas finansial dapat berjalan seiring.

- **M – Map Your Goals (Kenali Tujuan yang Ingin Dicapai)**
Setiap langkah yang kita ambil dalam hidup mencerminkan tujuan dan nilai yang ingin kita capai. Kita perlu memahami apa yang benar-benar penting bagi diri sendiri supaya menjadi pondasi untuk membuat keputusan yang bijak. Begitu pula dalam gaya hidup sehat dan aktif, di mana dengan mengetahui tujuan pribadi memungkinkan kita merencanakan aktivitas dengan lebih tepat, efektif, dan berkelanjutan.
- **O – Organize Budget (Alokasi Anggaran secara Bijak)**
Dalam mengatur anggaran olahraga sebaiknya diperlakukan dengan prioritas yang seimbang terhadap pengelolaan kebutuhan pokok atau tabungan. Dengan alokasi yang jelas, kita tidak hanya memastikan aktivitas fisik tetap konsisten, tetapi juga menjaga stabilitas keuangan pribadi. Dimulai dengan memperkirakan biaya rutin yang akan dikeluarkan setiap bulan dan memperhatikan kebutuhan tahunan yang bersifat variabel, sehingga tidak perlu khawatir mengganggu prioritas finansial lainnya.
- **V – Validate Resources (Manfaatkan Peluang secara Maksimal)**
Mengoptimalkan pengeluaran untuk olahraga tidak berarti mengurangi kualitas pengalaman, melainkan cara cerdas untuk mendapatkan manfaat maksimal dari berbagai peluang. Saat ini, berbagai penyedia layanan dan perlengkapan olahraga kini menawarkan promo menarik untuk keanggotaan, kelas, maupun peralatan latihan. Dengan memanfaatkan semua fasilitas dan promo secara tepat, kita dapat menjaga konsistensi gaya hidup sehat tanpa harus khawatir terhadap tekanan finansial.
- **E – Ensure Safety & Evaluate (Perlindungan dan Evaluasi Rutin)**
Menjaga kesehatan tidak hanya tentang berolahraga secara rutin, tetapi juga tentang memastikan setiap aktivitas dilakukan dengan aman dan berkelanjutan. Olahraga yang intens juga memiliki risiko cedera yang perlu diantisipasi. Karena itu, penting untuk membangun perlindungan finansial yang kuat, dimulai dari menyiapkan dana darurat khusus kesehatan dan kebugaran, hingga memastikan asuransi yang dimiliki mencakup risiko cedera akibat aktivitas fisik. Selain perlindungan, aspek penting lainnya adalah evaluasi berkala terhadap kebiasaan, prioritas, dan pengeluaran terkait dengan gaya hidup sehat. Dengan meninjau kembali anggaran dan hasil yang dicapai, kita dapat menyesuaikan strategi agar tetap relevan, efisien, dan bermakna.



ASK THE EXPERT

Dengan menggunakan aplikasi *mobile banking* Maybank Indonesia, M2U ID App, pengguna dapat mengelola keuangan melalui fitur 360 Digital Wealth. Fitur ini memungkinkan pengelolaan portofolio aset dan pinjaman, pemantauan pengeluaran, hingga pengaturan rencana keuangan. Untuk membantu mencapai tujuan finansial secara lebih efektif, kita dapat menetapkan tujuan keuangan dengan target jangka pendek maupun panjang di 360 Digital Wealth, misalnya target mengikuti event marathon, dan memperoleh rekomendasi terkait alokasi produk atau jumlah investasi untuk mencapai target tersebut. Selain itu, kita juga diberikan fleksibilitas untuk menentukan alokasi investasi sesuai kebutuhan dan preferensi masing-masing.

Pada akhirnya, mengatur keuangan untuk menunjang gaya hidup sehat bukan sekadar soal menghitung pengeluaran, tetapi tentang menciptakan keseimbangan yang membuat hidup terasa lebih sehat, bahagia, dan berkelanjutan. Dengan perencanaan yang bijak, memanfaatkan berbagai peluang yang ada, serta melakukan evaluasi secara berkala, olahraga bisa menjadi kegiatan yang konsisten tanpa membebani dompet.

Dengan menerapkan langkah **M-O-V-E**, kita belajar bahwa menjaga kesehatan dan mengelola keuangan bukan dua hal yang terpisah, melainkan saling melengkapi untuk membangun kehidupan yang lebih kuat, seimbang, dan penuh energi. Gaya hidup sehat pun bukan lagi sekadar impian, melainkan investasi jangka panjang bagi diri sendiri.

