

SEQUIS AWARDS

Komitmen kami di dalam menerapkan *Service Excellence* dan *Innovation* di semua kegiatan bisnis membuahkan berbagai penghargaan yang kami terima di sepanjang 2018 yang semakin mengokohkan langkah kami mencapai visi menjadi pemimpin pasar di industri asuransi jiwa dan kesehatan di Indonesia. Terima kasih untuk kepercayaan dan dukungan Anda yang telah menjadikan Sequis sebagai asuransi pilihan.

Best Unit Link 2018



Best Unit Link 2018 untuk produk Sequis Life US Dollar Stable Fund pada kategori Pendapatan Tetap Denominasi USD Periode 5 Tahun. Penghargaan ini diterima berdasarkan penilaian dari majalah Investor dan lembaga riset PT Infovesta Utama.

Contact Center Service Excellence Award (CCSEA) 2018



Predikat "EXCELLENT" Service Performance pada **Contact Center Service Excellence Award (CCSEA) 2018**. Penghargaan yang sama telah diterima Sequis untuk ketiga kalinya sejak tahun 2016.

Top 100 Enterprises 2018



Penghargaan kategori *Best in Financial Industry-Insurance* pada **Top 100 Enterprises 2018** dari majalah Warta Ekonomi.

Best Life Insurance 2018



Best Life Insurance 2018 pada kategori Ekuitas Rp2,5 triliun ke atas berdasarkan kajian majalah Media Asuransi.

Best Insurance Award 2018



Best Insurance 2018 pada kategori Aset di atas Rp10 triliun - Rp25 triliun dari majalah Investor.

Service Quality Award 2018



Meraih **Service Quality Award 2018** pada kategori *Life and Health Insurance* dengan predikat *Golden* dari Majalah Service Excellence dan Carre Service Quality Monitoring (SQM).

TOP CEO 2018



Meraih penghargaan **Top CEO Insurance 2018** untuk President Director & CEO PT Asuransi Jiwa Sequis Life, Tatang Widjaja. Penghargaan ini diselenggarakan oleh majalah Business News Indonesia.

Indonesia Corporate PR Award 2018



Meraih penghargaan Top 5 *Popular Company in Life Insurance Sector* di ajang **Indonesia Corporate PR Award 2018**. Penghargaan ini diraih berdasarkan riset media monitoring kepada 40 media online nasional dan 12 media online Asia.

Indonesia Insurance Consumer Choice Award 2018



Meraih *Best Financial Performance* pada **Indonesia Insurance Consumer Choice Award 2018** di kategori Aset lebih dari Rp10 triliun - Rp25 triliun. Penilaian ini berdasarkan kinerja perusahaan selama satu tahun terakhir yang dilakukan oleh Warta Ekonomi Research & Consulting

Quality link

Sequis EduPlan Insurance

Donasi untuk Korban Gempa di Lombok, Donggala, dan Palu

Klaim Kesehatan Sequis Q Infinite MedCare Rider untuk Budi Darmawan Hartono

Sequis Menyiapkan Diri Sambut Era Asuransi Digital



Content

Letter From President Director	1
Sequis Performance	2
▲ Kinerja Sequis Kuartal 3 Tahun 2018	
Sequis Product	3
▲ Sequis EduPlan Insurance	
Sequis Social Activity	5
▲ Perlindungan Asuransi Kecelakaan Gratis untuk Anak Cerebral Palsy (CP) & Donasi untuk korban gempa di Lombok, Donggala, dan Palu	
Sequis Social Media	6
▲ Bicara Baik Lewat Jari	
Sequis Inside	7
▲ Sequis Berikan Edukasi Keuangan dan Asuransi di Trisakti School of Management	
▲ Sequis Berikan Edukasi Finansial Bagi Milenial di BRI Bancassurance Expo 2018	
▲ Layanan Istimewa Sequis di Hari Pelanggan Nasional	
▲ Service Quality Enhancement Program (SQEP)	
▲ Coffee Morning OJK Perlindungan Konsumen Sektor Jasa Keuangan	
▲ Sequis Financial Resmikan Kerja Sama Bancassurance dengan Bank Mayapada	
▲ Office To Office Healthy Talk Show: Sequis-Softex Indonesia	
▲ Office Attack Program Hard Rock FM-BCA	
▲ Maximizing Sales Performance Workshop	
▲ Talk Show Sequis "Manfaat Asuransi Untuk Generasi Milenial"	
▲ Sequis Financial Jalin Kerja Sama Bancassurance dengan Bank CTBC Indonesia	
▲ Sequis Dukung Jakarta Fashion Week 2018	
Sequis Digital	10
▲ Sequis Menyiapkan Diri Sambut Era Asuransi Digital	
Sequis Claim	11
▲ Sequis Claim & Benefit Paid YTD September 2018	
▲ Klaim Kesehatan Sequis Q Infinite MedCare Rider untuk Budi Darmawan Hartono	
Sequis Financial Knowledge	12
▲ Bayar Premi Anda dengan Memanfaatkan Sistem Auto Debit	
Sequis Healthy Lifestyle	13
▲ Ginjal Sehat Demi Hari Esok yang Lebih Baik	
Sequis Family Tips	14
▲ Kecanduan Gawai Dapat Menyebabkan Gangguan Jiwa	
Sequis Leadership	15
▲ Seni Mengkritik & Dikritik	
Sequis Intermezo	16
▲ Resolusi Tahun 2019: Hidup Sehat dan Bahagia	
Sequis Figure	17
▲ Franky Nayoan, Mengajak Generasi Milenial Berasuransi	
Quiz	18
FAQ	19

Dari Kami

Masih ingatkah Anda akan aksi simpatik pemain bulutangkis Cina, Shi Yuqi kepada pemain Indonesia, Anthony Sinisuka Ginting pada kejuaraan beregu putra di Asian Games 2018 lalu? Ketika Anthony mengalami kram di kaki kiri dalam pertandingan tersebut, Shi Yuqi mendatangi Anthony di sisi lapangan dan menggenggam tangannya. Ini hanya tindakan sederhana, namun mengandung kekuatan dan kebaikan, yaitu olahragawan sejati tidak akan memermalukan dan menjatuhkan lawan tandangnya ketika sedang cedera. Sebaliknya, justru saling membantu dan memotivasi. Jika Shi Yuqi mampu melihat bahwa keselamatan sesama atlet jauh lebih penting daripada kemenangannya sendiri maka kita pun harusnya mampu melihat hal yang lebih penting daripada popularitas atau kekuasaan, yaitu selalu menebar kebaikan dan kepedulian pada sesama. Mari sambut tahun yang baru dengan sudut pandang yang lebih baik.

Kami juga mengucapkan **Selamat Hari Natal** bagi Anda yang merayakan dan **Selamat Tahun Baru 2019**. Semoga Tuhan Yang Maha Kuasa menyertai kita.

Tim Redaksi : Lana Christy | Ineke Sinaga | Linda Riana | Bernardus Gandos
PT Asuransi Jiwa Sequis Life | Sequis Center, Lt. 6
Jl. Jend Sudirman No. 71, Jakarta 12190, Indonesia
Ph. +62 21 5223 123 | Fax. +62 21 521 3579 | www.sequis.co.id

Letter From President Director



Rise To The New Challenges!

Nasabah yang Terhormat,

Otomatisasi dan teknologi digital telah mengubah cara hidup kita dan Sequis telah memanfaatkan hal ini melalui berbagai inisiatif yang berfokus kepada nasabah serta

berdampak positif pada efisiensi sembari tetap memperhatikan kenyamanan nasabah sebagai prioritas utama kami.

Kami selalu melakukan upaya untuk melebihi harapan para nasabah. Untuk itu, kami menghadirkan **Sequis Polisku**, sebuah aplikasi *mobile* dan *website* yang memberikan akses informasi terperinci dalam polis asuransi jiwa nasabah. Aplikasi tersebut juga akan memudahkan nasabah untuk melakukan perubahan data pribadi hingga mengajukan klaim.

Situs perusahaan kami (www.sequis.co.id) juga telah ditambahkan dengan fitur baru seperti kalkulator dana pensiun dan informasi lengkap dari serangkaian produk yang bisa dipilih. Kami juga menyediakan pilihan bagi nasabah yang hendak mendapatkan salinan elektronik dari polis asuransinya.

Kami secara berkelanjutan memiliki komitmen yang teguh untuk melayani nasabah dan bersemangat untuk senantiasa meraih prestasi. Hal ini terbukti dari berbagai penghargaan yang kami raih di 2018, seperti *Service Quality Award*, *Best Life Insurance*, *Best in Financial Industry Insurance*, dan *Best Unit Link*.

Kami akan terus memperkuat transformasi digital perusahaan dengan mulai menciptakan sebuah ekosistem bisnis. Pada ekosistem bisnis ini, mitra bisnis kami dari berbagai disiplin ilmu dapat turut berpartisipasi. Dengan cara ini, kami dapat menyediakan sebuah proses yang bermanfaat dan secara berkelanjutan memberikan pengalaman yang terintegrasi pada berbagai kanal bisnis Sequis kepada nasabah kami.

Kami juga berencana untuk menambahkan berbagai produk kesehatan dan penyakit kritis dalam ekosistem perusahaan agar kami dapat meningkatkan nilai pada keunggulan yang kami miliki.

Tahun 2019 akan menandai sebuah tonggak sejarah baru bagi perusahaan seiring perpindahan kantor pusat Sequis ke gedung baru di Sequis Tower yang bertempat di lantai 30 hingga lantai 35 dengan *Customer Service Center* pada lantai dasar yang menawarkan perjalanan dan pengalaman kesehatan kepada nasabah melalui *platform* digital.

Satu tahun yang luar biasa telah berlalu dan dalam menyambut tahun baru ini, saya berharap Anda senantiasa diberkati dengan kesehatan yang baik, kebahagiaan, dan lebih banyak kesuksesan!

Salam,

Tatang Widjaja,
President Director and CEO PT Asuransi Jiwa Sequis Life

Kinerja Sequis Kuartal 3 Tahun 2018

Pada kuartal 2 tahun 2018, AAJ melansir bahwa investasi (*unit link*) berkontribusi sebesar 59,5% dari total premi serta memberikan kontribusi 52,4% terhadap premi bisnis baru. Ini berarti unit link masih dipercaya oleh masyarakat untuk memberikan perlindungan dari risiko finansial dan sebagai tempat mengelola uang dalam jangka panjang.

Namun, informasi positif ini bukan lantas membuat kita lengah karena sentimen global masih menekan yang membuat pasar bergerak cenderung fluktuatif. Dalam beberapa waktu terakhir, kinerja pasar saham juga sempat menunjukkan volatilitas sehingga indeks harga saham pun mengalami naik turun. Namun demikian, tidak serta merta membuat kita menjadi panik. Hal yang harus kita lakukan adalah tetap tenang dan memberikan kepercayaan kepada pemerintah yang senantiasa berusaha menjaga fundamental ekonomi Indonesia. Kita patut bersyukur karena fundamental ekonomi masih kuat. Meskipun Rupiah masih fluktuatif, tidak ada gejolak tinggi sejak awal Oktober 2018. Selain itu, neraca perdagangan tercatat surplus USD 227 juta (per September 2018) (sumber: www.bps.go.id). Kita berharap ke depannya mata uang Rupiah bisa lebih stabil dan tekanan inflasi dapat tetap terkendali sehingga pasar finansial Indonesia dapat kembali membaik.

Volatilitas tak banyak berpengaruh pada penjualan produk unit link. Namun dengan prinsip kehati-hatian, pergerakan saham harus tetap menjadi pertimbangan perusahaan asuransi. Hal ini pun dilakukan oleh Sequis yang selalu menerapkan prinsip kehati-hatian (*prudent investment*) dalam menempatkan portofolio investasi. Hal ini dimaksudkan agar keuangan perusahaan dapat tetap sehat dan perusahaan mampu mengelola investasi nasabah dengan baik.

Selain mencatat investasi unit link yang positif, AAJ juga melansir soal pertumbuhan pendapatan premi sebesar 5,5% dibanding tahun lalu, yaitu senilai Rp93,58 triliun. Kenaikan ini terutama didorong oleh saluran distribusi *bancassurance* yang meningkat 9,5%. *Bancassurance* juga telah menjadi penopang bagi pertumbuhan bisnis baru hingga 8,5% dengan kontribusi sebesar 55,7%. Peran saluran distribusi *bancassurance* ini juga dirasakan oleh Sequis yang baru saja meluncurkan kerja sama dengan dua bank multinasional di pertengahan tahun 2018, yaitu dengan PT Bank Mayapada Internasional Tbk dan PT Bank CTBC Indonesia. Melalui kerja sama ini diharapkan Sequis Financial dapat meningkatkan kontribusi lebih dari 25% pada premi perusahaan.

Sepanjang kuartal 3 tahun 2018, Sequis Life mencatat **Total Pendapatan Premi Bruto (Gross Premium Income)** sebesar **Rp2,53 triliun** yang disumbang dari **Premi Bisnis Baru (New Business Premium)** sebesar **Rp497 miliar** dan dari **Premi Lanjutan (Renewal Premium)** **Rp2,03 triliun** dan **Total Aset (Total Asset)** sebesar **Rp18,17 triliun**. MMBR pada posisi **777,12%**. Anak perusahaannya, Sequis Financial mencatat **Total Pendapatan Premi Bruto (Gross Premium Income)** sebesar **Rp42,22 miliar** yang disumbang dari **Premi Bisnis Baru (New Business Premium)** sebesar **Rp18,83 miliar** dan dari **Premi Lanjutan (Renewal Premium)** **Rp23,38 miliar** dan **Total Aset** sebesar **Rp499 miliar**. MMBR pada posisi **694,14%**.



Sequis EduPlan Insurance

Setiap cita-cita adalah harapan yang ingin kita wujudkan. Saatnya memastikan cita-cita buah hati kita dapat tercapai dengan membantu mereka mendapatkan pendidikan yang terbaik. **Sequis EduPlan Insurance**, hadir sebagai solusi perencanaan keuangan yang tepat bagi pendidikan buah hati Anda.

Keunggulan produk ini adalah kepastian tersedianya dana pendidikan bagi buah hati tercinta, fleksibilitas masa asuransi, dan Uang Pertanggungan (UP) sesuai *plan* yang dipilih serta adanya nilai tunai yang dijarnin dalam masa perlindungan sehingga, apabila orang tua (tertanggung) meninggal dunia, manfaat dana pendidikan tetap dibayarkan sampai masa pertanggungan asuransi berakhir dan pendidikan anak pun dapat terus berlanjut. Produk asuransi ini bisa digabungkan dengan beragam pilihan asuransi tambahan (*rider*) sesuai kebutuhan.



Contoh ilustrasi manfaat Sequis EduPlan Insurance

Ilustrasi 1:
Tertanggung membeli Sequis EduPlan Insurance pada usia 30 tahun, UP Rp500 juta. Metode pembayaran premi yang dipilih adalah tahunan dan masa pembayaran premi selama 6 tahun. Masa pertanggungan asuransi selama 15 tahun. Tertanggung bertahan hidup sampai akhir masa pertanggungan asuransi.



Manfaat Asuransi yang diterima Tertanggung berdasarkan ilustrasi 1 adalah:
Dana Pendidikan sebesar 195% UP atau Rp975 juta.

Ilustrasi 2:
Tertanggung membeli Sequis EduPlan Insurance pada usia 30 tahun, UP Rp500 juta. Metode pembayaran premi yang dipilih adalah tahunan dengan masa pembayaran premi selama 6 tahun. Masa pertanggungan asuransi selama 15 tahun. Pada tahun polis ke-4 (empat), tertanggung meninggal dunia akibat kecelakaan.



Manfaat Asuransi yang diterima oleh Tertanggung berdasarkan ilustrasi 2 adalah:
Dana Pendidikan tahun polis ke-3 (tiga) sebesar 5% UP atau Rp25 juta.

Manfaat Asuransi yang diterima oleh Ahli Waris berdasarkan ilustrasi 2 adalah:

- Manfaat Meninggal Dunia sebesar 100% UP atau Rp500 juta dan pertanggungan menjadi Bebas Premi.
- Dana Pendidikan yang dibayarkan sesuai tabel Dana Pendidikan terjadwal sebesar 190% UP atau Rp950 juta.

Perlindungan Asuransi Kecelakaan Gratis untuk Anak Cerebral Palsy (CP) & Donasi untuk para Korban Gempa di Lombok, Donggala, dan Palu



Sequis memberikan donasi berupa polis asuransi kecelakaan atau *Personal Accident* gratis sebagai bentuk kepedulian Sequis pada anak-anak berkebutuhan khusus. Total nilai Uang Pertanggungan sebesar Rp320 juta diberikan kepada 16 anak berkebutuhan khusus di Surabaya. Selain itu, Sequis juga memberikan bantuan donasi senilai Rp100 juta untuk kegiatan lomba membuat pada peringatan yang diprakarsai oleh Pemkot Surabaya dan didukung oleh Yayasan Anne Avantie, yaitu *Cerebral Palsy (CP) Culture Parade* pada 7 Oktober 2018 di Taman Flora (Kebun Bibit) Manyar, Surabaya.

donasi guna membantu saudara-saudara kita yang menjadi korban gempa yang baru-baru ini terjadi di Lombok, Donggala, dan Palu melalui gerakan Sequis Peduli. Donasi yang terkumpul berupa uang dan barang-barang kebutuhan sehari-hari disalurkan melalui lembaga kemanusiaan Aksi Cepat Tanggap (ACT). Penyerahan secara simbolik dilakukan pada 15 Oktober 2018 di kantor ACT di area Gunung Sindur-Parung, Bogor oleh **Head of Corporate Branding, Marketing & Communication Sequis Life Felicia Gunawan** beserta beberapa karyawan Sequis kepada **Manager Partnership Aksi Cepat Tanggap (ACT) Catur Widodo**.

Pada kesempatan lainnya, karyawan dan agen Sequis berinisiatif untuk melakukan kegiatan pengumpulan



(kiri-kanan) Istri Wakil Gubernur Jawa Timur & Ketua Badan Kerja Sama Organisasi Wanita (BKOW) Provinsi Jawa Timur Fatma Saifullah Yusuf dan perancang busana Anne Avantie saat acara *Cerebral Palsy (CP) Culture Parade*.



BICARA BAIK LEWAT JARI

Memiliki akun media sosial sudah menjadi hal yang lumrah apalagi bagi kalangan milenial. Menurut survei *Center for Strategic and International Studies (CSIS)* pada tahun 2017 mengatakan dari 600 responden yang berusia 17-29 tahun di 34 provinsi, 81,7% memiliki akun Facebook, 70,3% Whatsapp, dan 54,7% memiliki akun Instagram. Ini artinya, penetrasi media sosial pada milenial sangat kuat.

Sebagai pemilik media sosial tentu ada keinginan untuk berkomentar pada isu terbaru, menampilkan foto yang terkini dan bisa diekspos. Berawal dari iseng, tertarik pada *content*, mendukung atau pro pada pihak lain yang menjadi oposisi dari akun sosmed yang ia lihat atau baca, sampai berkeinginan untuk menciptakan *trending topic*. Biasanya hal seperti ini terjadi pada akun selebriti, politikus atau selebgram (istilah untuk selebriti di Instagram). Dari sekadar berkomentar dapat menjadi perang opini yang dikenal sebagai *fans* dan *haters*. Selain berkomentar, ada juga keinginan untuk eksis, mengekspresikan pikiran atau ingin berbagi foto yang menarik. Ketika postingan disukai maka Anda akan mendapatkan komentar positif atau mendapat simbol *like*. Bahkan jika beruntung postingan dapat membuat Anda mendadak terkenal. Namun, bila *apes*, postingan dapat menjadi bahan *bullying* atau cemoohan lalu *viral* (menyebarkan dengan cepat) dan merusak nama baik Anda.

Di era teknologi digital saat ini, kita dijejali beragam informasi dari berbagai sumber. Bahkan diri kita dapat menjadi sumber informasi di media sosial. Dengan mudah informasi di *capture* dan di *share* ke orang lain. Dengan kemudahan tanpa investigasi

dan filter, informasi bohong pun dapat dengan mudah menyebar. Loncatan perubahan komunikasi digital terjadi sangat cepat sayangnya seringkali tidak diimbangi dengan literasi digital. Akibatnya, jari lebih cepat menuliskan komentar dibanding kedalaman berpikir atau menganalisa. Mudah mengumbar ketidaksukaan hanya dengan mengetik lalu tekan tombol *send* atau *enter*. Beberapa kasus **hoax** (hoaks) dan ujaran kebencian telah menyebabkan terjadinya konflik sosial. Masyarakat dan publik figur sebagai pelaku meradang hingga berhadapan dengan jerat hukum.

Jangan karena ingin terkenal atau meraih kekuasaan lalu menyebarkan berita *hoax*. Sebelum *share* ke pihak lain, pastikan informasi bersumber dari institusi yang berwenang atau dicek kebenarannya. Teliti melihat alamat URL karena pembuat berita *hoax* acap kali memakai alamat URL yang mirip dengan lembaga atau media tertentu. Jangan mudah percaya dan hanyut pada isu yang sedang ramai. Jika ingin terkenal dan mendapat simpati publik, sebarlah inspirasi, prestasi, dan kisah positif. Bijak dan santun dalam berkomentar. Tentunya hal ini lebih bermanfaat bukan? Selalu ingat, hari esok yang lebih baik bisa kita raih jika fisik dan mental sehat dan didukung perilaku yang baik termasuk di dalam dunia maya.

Sequis memberikan berbagai informasi positif dan tips sehat kepada publik melalui *Fan Page Sequislife OFFICIAL*, Twitter **@SequisOFFICIAL**, dan Instagram **sequisofficial**. Ingat, rekam jejak kita di dunia maya bersifat permanen dan viral. Bijaksana sebelum *posting* di media sosial.

Layanan Istimewa Sequis di Hari Pelanggan Nasional



Merayakan Hari Pelanggan pada 4 September 2018, Sequis menghadirkan layanan istimewa kepada para nasabahnya sesuai dengan tema "Pemimpin yang Melayani Pelanggan." Khusus di *National Service Center (NSC)*, nasabah yang berkunjung pada hari itu dilayani oleh **Vice President & Head of Life Operation Sequis Life Eko Sumurat** dan **Director & Chief Operating Officer Sequis Life Yeoh Ah Thoo**. Serangkaian kegiatan yang diadakan oleh Sequis diantaranya mengajak nasabah mengunggah foto di Instagram Sequis, pembagian *gift*, dan layanan istimewa dari *Regional Service Center Manager* di masing-masing *Regional Service Center (RSC)* yang ada di Jakarta, Medan, Bandung, Surabaya, Semarang, dan Denpasar.

Edukasi Keuangan dan Asuransi di Trisakti School of Management



Pada 27 Juli 2018, Sequis memberikan kegiatan literasi di *Trisakti School of Management* melalui kuliah umum kepada lebih dari 120 mahasiswa semester 5 hingga akhir yang disampaikan oleh **Senior Business Development Manager Sequis Life Yan Ardianto Handoyo, ST** yang mengupas topik "Meningkatkan Kesadaran Generasi Milenial Akan Pentingnya Perencanaan Keuangan dan Manajemen Risiko Dengan Produk Asuransi."

Service Quality Enhancement Program (SQEP)



Departemen *Policy Owner Services (POS)* mengadakan *road show Service Quality Enhancement Program (SQEP)* di 6 kota besar, yaitu Jakarta, Bandung, Medan, Surabaya, Denpasar, dan Semarang. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan *customer service* dalam melayani nasabah (*customer experience*) agar sesuai dengan *Sequis Value* dan memiliki satu bahasa layanan yang sama (*Service Unity*) pada semua *channel* di setiap *touch point* layanan. Turut hadir pada kegiatan tersebut, **Vice President & Head of Life Operation Sequis Life Eko Sumurat**.

Sequis Berikan Edukasi Finansial Bagi Milenial di BRI Bancassurance Expo 2018

Sequis turut mendukung *event BRI Bancassurance Expo 2018* yang diadakan pada 26-28 September 2018. Pada acara tersebut, Sequis menghadirkan *booth* yang membagikan buah dan jus segar untuk para karyawan dan masyarakat yang ada Gedung BRI II Sudirman serta memberikan edukasi asuransi kepada semua orang yang hadir. Sequis juga terlibat dalam *talk show* Edukasi Finansial yang bertajuk "Siapa Generasi Milenial Menghadapi Masa Depan?" yang disampaikan oleh **Head of Corporate Branding, Marketing & Communication Sequis Life Felicia Gunawan**. Melalui *talk show* ini Sequis ingin menyadarkan generasi milenial untuk berinvestasi dan berasuransi sejak dini.



Coffee Morning OJK Perlindungan Konsumen Sektor Jasa Keuangan "Tantangan Implementasi Kontrak Digital"

Sequis mendapatkan kepercayaan dari Otoritas Jasa Keuangan (OJK) untuk menjadi tuan rumah acara *Coffee Morning OJK Perlindungan Konsumen Sektor Jasa Keuangan* pada 20 Agustus 2018 yang mengusung tema "Tantangan Implementasi Kontrak Digital di Sektor Jasa Keuangan dan Perlindungan Data Konsumen." Kegiatan dihadiri oleh sekitar 100 orang dari beberapa perusahaan perbankan maupun non perbankan anggota *Working Group Perlindungan Konsumen, Satuan Kerja Pengawasan serta pegawai edukasi dan perlindungan konsumen OJK.*



Turut hadir **Komisaris OJK Tirta Segara, Deputy Komisaris OJK Sarjito, Direktur OJK Rudy Saleh Susetyo, Direktur OJK Bernard Wijaya, Direktur OJK Agus Fajri dan Direktur OJK Tri Herdianto** Serta **Hakim Agung MA RI Edy Wibowo dan Direktur Keamanan Informasi Kominfo Riki Arif Gunawan** sebagai narasumber, sedangkan Sequis diwakili oleh **Director & Chief Agency Officer Sequis Life Edisjah** yang memberikan sambutan serta **Vice President & Head of Life Operation Sequis Life Eko Sumurat** sebagai salah satu narasumber.

Office Attack Program Hard Rock FM – BCA

Pada 3 Oktober 2018, sejumlah karyawan Sequis mengikuti acara *Office Attack Program* yang diadakan oleh Hard Rock FM dan BCA. Ada 4 kuis menarik berhadiah Rp500.000 untuk masing-masing pemenang, 3 kuis mengenai BCA *Mobile Banking* dan 1 kuis mengenai Kartu Flazz. Acara ini merupakan program edukasi BCA untuk mendekatkan diri pada para nasabahnya dan merupakan salah satu kegiatan *employee engagement* Sequis.

Sequis Financial Resmikan Kerja Sama Bancassurance dengan Bank Mayapada Internasional



PT Asuransi Jiwa Sequis Financial (Sequis Financial) menjalin kerja sama *bancassurance* dengan **PT Bank Mayapada Internasional Tbk.** (Bank Mayapada) dalam memasarkan produk **Q Protection** untuk segmen *high net worth individual* yang dijual di seluruh kantor Bank Mayapada. Peresmian kerja sama dilakukan pada 1 Agustus 2018 oleh **Presiden Direktur Sequis Financial Pieter Wattimena dan Direktur Product & E-Channel Bank Mayapada James Wang Tien Chen** yang diawali dengan kata sambutan oleh **Direktur Utama Bank Mayapada Hariyono Tjahjarijadi.** Turut hadir, **CEO Sequis Group Tatang Widjaja, Direktur Sales Sequis Financial Rizal Prajuga, dan Kepala Divisi Bank Mayapada Agus Suyanto Prijatna.**

Office To Office Healthy Talk Show Sequis & Softex Indonesia



Untuk lebih meningkatkan *employee engagement*, pada 3 Agustus 2018 Sequis bersama Softex Indonesia mengadakan kerja sama *Office to Office Healthy Talk Show* bertema "Udara Panas Bikin Area Kewanitaan Jadi Lembab" bersama **dokter Spesialis Kebidanan & Penyakit Kandungan dr. Bram Pradipta, SpOG** yang diikuti oleh lebih dari 100 karyawan Sequis. Acara membahas mengenai kesehatan area kewanitaan.

Maximizing Sales Performance Workshop



Recruitment, Training & Development (RTD), salah satu departemen dari Sequis Financial (anak perusahaan Sequis Life) bekerja sama dengan **Business Wisdom Institute & Sandler Training** mengadakan kegiatan *Maximizing Sales Performance Workshop* pada 12 Oktober 2018 di **The Grove Suites, Jakarta** yang diadakan untuk para **Sales dan Sales Manager Sequis Financial.** Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan pemasaran dan kinerja dari tim pemasaran Sequis Financial hingga *double bahkan triple effort* untuk mengejar target tahun 2018.

Sequis Financial Jalin Kerja Sama Bancassurance dengan Bank CTBC Indonesia



PT Asuransi Jiwa Sequis Financial (Sequis Financial) meresmikan kerja sama *bancassurance* dengan **PT Bank CTBC Indonesia (Bank CTBC)** untuk memasarkan produk **Q Life Legacy** dan **Q Protection** bagi nasabah Bank CTBC. Peresmian kerja sama dilakukan pada 20 September 2018 oleh **Presiden Direktur Sequis Financial Pieter Wattimena dan Direktur Bank CTBC Indonesia Inayat Hisyam,** didampingi **Direktur Sales Sequis Financial Rizal Prajuga dan Direktur Bank CTBC Indonesia Liliana Tanadi.**



Talk Show Sequis "Manfaat Asuransi untuk Generasi Milenial"

Bertepatan dengan momen Hari Asuransi Nasional pada 18 Oktober 2018, Sequis hadir pada *talk show* radio yang berjudul "Manfaat Asuransi untuk Generasi Milenial" yang disiarkan melalui **89,2 Power FM Jakarta.** Pada *talk show* ini dibahas mengenai alasan milenial sebaiknya memiliki perlindungan asuransi sejak dini dan berinvestasi untuk meraih hari esok yang lebih baik. Hadir sebagai pembicara **Head of Corporate Branding, Marketing & Communication Sequis Life Felicia Gunawan dan Senior Business Development Manager Sequis Life Yan Ardhianto.**

Sequis Dukung Jakarta Fashion Week 2018

Sequis turut berpartisipasi mendukung **Jakarta Fashion Week (JFW) 2018** yang ke-11 dengan cara bersinergi bersama perancang busana, **Anne Avantie.** JFW merupakan ajang pekan mode terbesar di Asia Tenggara yang digelar pada 20-26 Oktober 2018 di **Senayan City Jakarta.** Sequis ikut meramaikan JFW karena menyadari bahwa pelaku industri *fashion* juga perlu memiliki asuransi sebagai perlindungan terhadap risiko hidup dan risiko finansial guna hari esok yang lebih baik bagi para pelaku industri *fashion* termasuk keluarga mereka.



Sequis Menyiapkan Diri Sambut Era Asuransi Digital

Perusahaan asuransi saat ini telah banyak mengembangkan layanan asuransi maupun sistem pemasaran secara digital. Kendati pemasaran digital belum berkontribusi signifikan terhadap premi bruto asuransi jiwa. Namun, diyakini di tahun-tahun mendatang, jalur distribusi digital akan berkembang. Hal ini karena berkaitan dengan generasi muda yang begitu dekat dengan teknologi. Asosiasi Asuransi Jiwa Indonesia (AAJI) pun telah berkomitmen untuk memfasilitasi dan mendorong para pelaku industri asuransi jiwa untuk bersiap dan memaksimalkan perkembangan teknologi.

Sejak tahun 2016, Sequis telah meluncurkan **Sequis Online**, yaitu kanal asuransi digital yang menawarkan produk simpel dengan proses pembelian yang mudah dan terjangkau. Hanya dalam waktu kurang dari 15 menit maka nasabah sudah bisa mendapatkan polis asuransi elektroniknya (*e-policy*). Situs ini dapat dibuka di segala perangkat elektronik dengan tampilan yang mudah dibaca. Untuk mengunjungi situs web ini, calon nasabah dapat mengaksesnya melalui **www.sequis.co.id** atau langsung ke **http://online.sequis.co.id**.



Selanjutnya, ada **Sequis eZ**, ini adalah sistem aplikasi *multi-platform* untuk tenaga pemasaran Sequis yang mempermudah aktivitas penjualan. Mulai dari presentasi, pembuatan ilustrasi, dan mengisi Surat Pengajuan Asuransi Jiwa elektronik (e-SPAJ) bisa dilakukan lewat perangkat elektronik dan langsung diproses di kantor pusat sehingga nasabah bisa mendapatkan kepastian penerimaan asuransinya lebih cepat.

Sequis kembali berinovasi di tahun 2018 dengan meluncurkan aplikasi **Sequis PolisKu** yang merupakan aplikasi *mobile* dan *website* untuk memudahkan nasabah mengakses informasi polis, melakukan perubahan data, mengajukan klaim, dan melakukan berbagai transaksi yang dapat dilakukan dengan cepat kapan dan di mana saja. **Sequis PolisKu** dapat diunduh di *Google Play Store*, dan *Apple App Store* atau melalui situs **polisku.sequis.co.id**.



Sequis Claim & Benefit Paid YTD September 2018

Hingga kuartal 3 tahun 2018, Sequis telah menjalankan komitmen pembayaran klaim kepada nasabahnya. Sequis Life telah membayar **klaim kematian** sebesar **Rp97 miliar** dan **klaim kesehatan** sebesar **Rp186 miliar**, sedangkan Sequis Financial telah membayar **klaim kematian** sebesar **Rp2,9 miliar** dan **klaim kesehatan** sebesar **Rp3,3 miliar**.

	PT Asuransi Jiwa Sequis Life	PT Asuransi Jiwa Sequis Financial
Klaim Kematian*	97.605,05	2.942,76
Klaim Kesehatan*	186.043,37	3.373,38

* Dalam Jutaan Rupiah

Klaim Kesehatan Sequis Q Infinite MedCare Rider untuk Budi Darmawan Hartono



Budi Darmawan Hartono adalah salah satu nasabah setia Sequis yang berdomisili di Surabaya yang telah menerima klaim sebesar **Rp561.360.090,79** dari Sequis untuk produk **Sequis Q Infinite MedCare Rider (IMR)** yang ia miliki. Penyerahan klaim dilakukan secara simbolis oleh **Head of Corporate Branding, Marketing & Communication Sequis Felicia Gunawan**, di kantor pemasaran Sequis di Surabaya yang disaksikan oleh agen dan staf Sequis di Surabaya.

Budi dan keluarga sudah menjadi nasabah Sequis sejak tahun 2003 dan sudah memiliki beberapa polis sebelumnya, sedangkan untuk polis asuransi Sequis Infinite MedCare Rider, baru ia beli 14 bulan yang lalu.

Ia sangat bersyukur telah membeli produk ini karena bisa merasakan manfaatnya ketika mengalami sakit di kaki kanan dan hasil *check up* di Mount Elizabeth Hospital Singapore mengharuskannya melakukan tindakan operasi.

"Saya dan keluarga sudah menjadi nasabah Sequis sejak 2003 dan ini baru pertama kalinya saya melakukan pengajuan klaim. Prosedur dan layanan yang saya terima sangat baik, klaimnya dibayarkan secara penuh, dan prosesnya lancar sekali. Agen saya, Ibu Lili Hariani sangat baik dan bertanggung jawab membantu proses klaim," ujar Budi.

Ia berharap melalui kisah pengalaman positifnya mengenai klaim asuransi kesehatan akan semakin banyak masyarakat Indonesia menyadari perlunya memiliki asuransi khususnya asuransi kesehatan karena pasien dan keluarga akan terbantu dalam hal mendapatkan perawatan medis yang berkualitas dan finansial keluarga pun tidak terganggu. Risiko tak terduga dalam hidup, seperti sakit atau kecelakaan akan selalu ada dan jika kita tidak siap secara finansial maka akan mempengaruhi anggaran rumah tangga dan kehidupan di masa depan.



Bayar Premi Anda dengan Fasilitas Sistem *Auto Debit* Rekening

Seorang nasabah tentu memiliki kewajiban untuk membayar premi tepat waktu agar tetap mendapatkan perlindungan asuransi. Ada beberapa pilihan untuk melakukan pembayaran premi. Misalnya saja Sequis, memberikan kebebasan kepada nasabah untuk membayar premi dengan cara transfer melalui bank maupun ATM, memanfaatkan *internet banking*, *mobile banking* atau bisa juga dengan *auto debit* rekening dan kartu kredit.

Masing-masing tentunya memiliki kelebihan dan kekurangannya. Dengan cara transfer tentu saja Anda harus meluangkan waktu untuk pergi ke bank atau ATM. Selain itu, dengan cara manual Anda harus selalu ingat tanggal transfer. Kelebihannya adalah jika saat ini membutuhkan uang tunai, Anda bisa menunda pembayaran. Namun, hal ini akan menjadi beban tambahan di bulan

berikutnya karena harus melakukan pembayaran untuk premi bulan berjalan dan bulan sebelumnya. Membayar premi melalui *mobile banking* atau *internet banking* tentunya harus mengunduh aplikasi perbankan, menggunakan *smartphone*, dan harus tersambung dengan jaringan internet.

Manfaatkan sistem *auto debit* dari kartu kredit atau rekening bank Anda untuk membayar premi. Ada beberapa keuntungan jika Anda menggunakan cara ini, yaitu pembayaran premi dapat dibayarkan tepat waktu secara otomatis, Anda pun tidak perlu repot ke ATM atau bank. Cara ini juga melatih Anda untuk disiplin membayar premi karena premi terbayar secara teratur setiap periode jatuh tempo serta bisa dibayarkan ke bank pengeluar kartu kredit belakangan sehingga bisa menyalakan *cash flow*.



Ginjal Sehat Demi Hari Esok yang Lebih Baik

Jenis-Jenis Pemeriksaan Fungsi Ginjal

Pemeriksaan fungsi ginjal yang bersifat rutin, yaitu:

Ginjal adalah organ tubuh yang bentuknya serupa kacang, besarnya sekepalan tangan manusia dewasa, dan memiliki banyak pembuluh darah. Ginjal berfungsi sebagai *filter* (penyaring) dan bertugas membuang 'limbah' dari hasil makanan, minuman atau obat yang kita konsumsi. Ginjal juga bertugas untuk menjaga cairan tubuh agar tetap seimbang dan mengaktifkan vitamin D agar kesehatan tulang tetap terjaga serta memegang fungsi pembentukan beberapa hormon.

Sayangi ginjal dengan cara menghindari makanan dan gaya hidup yang dapat memicu kerusakan ginjal serta rutin memeriksa kondisi ginjal Anda. Jika terdapat gangguan, segera periksa ke dokter dan obati. Menjaga kesehatan ginjal sebenarnya cukup sederhana. Misalnya, rajin minum air putih sesuai kebutuhan, tidak menahan keinginan buang air kecil, tidak merokok, rutin berolahraga, menjaga tekanan darah, usahakan kondisi gula darah tetap normal serta rutin memeriksa kesehatan ginjal.

Jika terjadi gangguan pada ginjal akan mempengaruhi kinerja tubuh saat menyaring 'limbah' dalam tubuh serta mengganggu kerja beberapa hormon. Ada baiknya rajin mengecek dan mengontrol agar kerusakan ginjal tidak menjadi berkepanjangan karena ginjal yang mengalami sakit kronis akan menimbulkan berbagai komplikasi, seperti gangguan pada syaraf, anemia, osteoporosis, tekanan darah tinggi. Masalah-masalah ini muncul secara perlahan dan dapat terjadi dalam jangka panjang. Pada akhirnya menyebabkan gagal ginjal. Jika sudah begini maka harus melakukan pencucian darah (dialisis) bahkan mungkin pencangkokan ginjal agar dapat bertahan hidup.

➤ **Tes urine**, untuk mengetahui adanya protein dan darah dalam *urine* sebagai penanda menurunnya fungsi ginjal.

➤ **Ureum atau Blood Urea Nitrogen (BUN)**, yaitu tes untuk menentukan kadar urea nitrogen dalam darah. Ini adalah zat sisa dari metabolisme protein dan seharusnya dibuang melalui ginjal.

➤ **Kreatinin darah**, yaitu tes untuk menentukan kadar *kreatinin* dalam darah. *Kreatinin* merupakan zat sisa hasil pemecahan *kreatin* pada otot yang akan dibuang melalui ginjal. Kadar *kreatinin* yang tinggi dalam darah dapat menjadi tanda adanya gangguan pada ginjal.

➤ **Glomerulo Filtration Rate (GFR)**, merupakan tes untuk melihat kemampuan ginjal untuk menyaring zat sisa metabolisme dari dalam tubuh.

Pemeriksaan fungsi ginjal tambahan, seperti tes kandungan *albumin* dalam darah, tes rasio *albumin-kreatinin*, tes kandungan elektrolit dalam darah dan *urine*, bersihan *kreatinin* (CCT) dan protein dalam *urine* 24 jam, biopsi ginjal, sistoskopi, dan ureteroskopi.

Melakukan pemeriksaan hingga pengobatan tentu membutuhkan biaya yang besar. Ketika harus dirawat inap pun tentunya kita berharap mendapatkan perawatan kesehatan yang berkualitas. Segera lindungi diri Anda dan keluarga dengan menjalankan pola hidup sehat dan lengkapi dengan perlindungan asuransi kesehatan dan penyakit kritis dari Sequis.

Kecanduan Gawai Dapat Menyebabkan Gangguan Jiwa

Sudah tidak asing lagi jika melihat anak-anak menggunakan gawai atau alat elektronik lainnya. Bahkan generasi Alfa (generasi yang lahir setelah tahun 2010 sampai sekarang) banyak yang terlihat begitu mahir menggunakan gawai baik untuk bermain *game*, menggunakan berbagai aplikasi atau berkomunikasi dengan *messenger apps*, seperti WhatsApp dan LINE.

Ini adalah hal yang bagus karena mereka sudah melek teknologi. Namun, harus diwaspadai, pasalnya, kelebihan menggunakan gawai dapat berpengaruh terhadap kepribadian anak, seperti berpotensi menjadi individualis, apatis, dan munculnya gangguan kepribadian lainnya.

Dokter spesialis kejiwaan/psikiatri OMNI Hospitals Alam Sutera dr.Andri, Sp. KJ, FAPM menyarankan agar masyarakat mewaspadai fenomena gangguan jiwa yang disebabkan oleh kecanduan gawai. Menurut dokter Andri, penyebab fenomena ini salah satunya adalah *baby sitting* atau cara asuh orang tua yang salah, yaitu memperkenalkan gawai kepada anak yang usianya masih di bawah 2 tahun dengan maksud agar anak tidak rewel. Tanda bahwa sudah mulai menunjukkan ketergantungan kepada gawai adalah tidak bisa lepas dari gawai dan menangis atau *tantrum* karena gawainya diambil. Jika terjadi gejala ini maka orang tua harus waspada karena kemungkinan anak sudah kecanduan gawai.

Sebisa mungkin anak jangan diberikan gawai sebelum umur 2 tahun. Walaupun itu akan kembali pada kebijakan orang tua masing-masing tapi idealnya orang tua menjadi pendamping atau menemani ketika anak menggunakan gawai. Penggunaan gawai juga bisa bermanfaat untuk edukasi, seperti memperkenalkan huruf atau binatang.

Menurut dokter Andri, ketika kita tertarik pada sesuatu yang menyenangkan maka hormon dopamin yang memengaruhi perilaku seseorang akan meningkat. Sistem dopamin yang aktif cenderung membuat anak ingin terus menerus bermain gawai. Menurutnya, di bidang kedokteran kecanduan gawai sudah dikategorikan sebagai kecanduan jiwa non-zat yang nantinya akan dimasukkan ke dalam diagnosis gangguan kejiwaan *World Health Organization (WHO)* di *International Classification of Diseases (ICD-11)*. Walaupun demikian, kecanduan gawai masih bisa disembuhkan. "Anak-anak yang kecanduan gawai masih dapat disembuhkan dengan terapi perilaku, yaitu dengan mengurangi penggunaan gawai sampai anak tersebut benar-benar dapat lepas dari kecenderungan penggunaan gawai," imbuh dokter Andri.

Sebenarnya, tidak ada yang salah dengan penggunaan gawai asalkan anak sudah memahami batasannya dan orang tua juga bisa memonitor. Misalnya, membuat peraturan menggunakan gawai hanya boleh pada Sabtu-Minggu di waktu yang sudah disetujui bersama orang tua atau di hari biasa setelah belajar 2 jam maka anak dapat diizinkan bermain gawai selama 30 menit dengan pengawasan dari orang tua. Sosialisasi, bermain secara fisik, seperti olahraga atau bermain musik akan membantu kepribadian yang lebih baik daripada anak yang ketergantungan dengan gawai atau alat elektronik lainnya.

Jadwal praktek dr.Andri, Sp.KJ, FAPM
 OMNI Hospitals Alam Sutera,
 Jl Alam Sutera Boulevard Kav.25, Tangerang Selatan
 Senin, Selasa & Kamis: 09.30-12.00 WIB & 16.00-20.00 WIB
 Rabu & Jumat: 13.00-16.00 WIB
 Sabtu: 08.30-13.00 WIB

*Omni Hospitals adalah salah satu rumah sakit rekanan Sequis

Seni Mengkritik & Dikritik



Pernahkan Anda merasakan pahitnya dikritik? Seperti merasa sedih, jengkel, dan kecewa. Banyak dari kita yang sulit merespon baik kritikan konstruktif maupun destruktif. Kerap kali kita bereaksi berlebihan terhadap kritik maupun pada orang yang mengkritik walaupun telah disertai fakta yang autentik.

Jika Anda dikritik, selalu ingat, tidak semua yang kita lakukan akan mendapatkan pujian. Beberapa orang mungkin lebih tertarik mengkritik dan menyerang ketimbang memberi pujian, padahal pujian lebih mudah kita terima daripada kritikan. Apalagi hidup tidak akan lepas dari kesalahan atau kelemahan yang bisa menuai kritik dari siapa saja. Untuk itu, mulailah melihat kekurangan sendiri daripada kekurangan orang lain. Dengan demikian, Anda tidak mudah merasa tertolak atau sakit hati.

Sebaliknya, bagaimana ketika kita berada pada posisi sebagai pengkritik? Apakah kita berfokus pada kritik untuk membangun atau karena alasan subyektif, seperti tidak menyukai pribadi orang tersebut, sakit hati atau ingin memanfaatkan kondisi untuk merendahkan sebagai bentuk pemuasan ego. Bagaimana reaksi kita jika kritikan kita tidak diterima dengan baik oleh orang lain? Apakah kita menjadi marah atau biasa saja? Untuk menghindari emosi negatif ini, selalu ingat bahwa kita tidak selalu bisa memengaruhi pandangan orang lain. Satu hal yang bisa kita lakukan adalah mengontrol cara kita bereaksi dan menanggapi orang lain.

Menangani kritik ada seninya

Di saat tertentu mungkin kita akan menerima kritik atau sebaliknya bisa saja berada pada posisi yang mengkritik. Mengkritik dan dikritik akan menjadi hal yang sering terjadi terutama jika kita berada dalam komunitas besar, berada dalam suatu *project* atau

di dunia pekerjaan. Namun, bukan berarti kita bisa berlaku seenaknya. Sebelum mengkritik, sadari dulu motivasi kita, apakah murni memberikan masukan atau ingin menjatuhkan orang lain. Lalu, bagaimana cara menanggapi kritik? Cari tahu apakah kita terlalu berfokus pada diri sendiri atau terbiasa berpikir negatif hingga sulit menerima masukan orang lain. Belajar melihat sisi positif dari sebuah kritik dan dengan besar hati menerimanya.

Mengutip kalimat Filsuf Yunani, Aristoteles, "Kritik adalah sesuatu yang dengan mudah dihindari, yaitu dengan tidak melakukan apa-apa, tidak menjadi apa-apa, dan tidak berkata apa-apa". Mari kita belajar menerima dengan lapang dada bahwa selama kita melakukan sesuatu tentu akan ada berbagai reaksi, seperti ketidakpuasan, ketidakpuasaan termasuk kemungkinan adanya kritik. Jika itu terjadi, termasuk jika kalimat yang Anda dengar terkesan merendahkan, anggaplah sebagai dorongan untuk menuntun Anda menjadi pribadi yang lebih baik. Dengan mentolerir perkataan orang lain maka Anda tidak akan menderita dan terbawa arus negatif. Demikian juga jika Anda ingin mengkritik, gunakan kalimat yang baik, jangan merendahkan agar lawan bicara termotivasi untuk membangun dirinya. Selain itu, Anda akan dinilai bijaksana, memiliki reputasi baik, dan pastinya akan didengarkan jika menyampaikan kritikan yang tepat sasaran.

Resolusi Tahun 2019: Hidup Sehat dan Bahagia



Tahun 2018 akan segera berakhir, sudahkah Anda membuat resolusi untuk tahun 2019? Meski terdengar klise, tak ada salahnya untuk dicoba karena akan membantu kita lebih bersemangat mencapai target. Misalnya, bermimpi untuk keliling dunia di tahun depan. Boleh saja dan tidak ada salahnya, tapi harus realistis misalnya apakah sudah dipersiapkan atau hanya angan semata. Rancanglah resolusi yang mudah dan pasti bisa Anda jalankan.

Salah satu cara termudah, yaitu menetapkan resolusi untuk kebaikan diri sendiri baik fisik dan mental, yaitu resolusi mengubah pola hidup. Jika Anda bingung harus mulai dari mana untuk hidup sehat, Anda bisa mulai dari beberapa ide berikut:

Perbanyak Minum Air Mineral

Pastikan membiasakan minum air menjadi salah satu resolusi Anda di tahun 2019. *Institut of Medicine's Food and Nutrition Board* menyatakan bahwa perempuan memerlukan 2,6 liter air setiap hari, sedangkan pria sekitar 3,7 liter setiap hari. Membiasakan diri untuk rutin minum air putih sesuai kebutuhan bisa dilakukan dengan banyak cara. Misalnya, membawa botol minum sendiri ukuran 1 liter yang berdesain menarik sehingga akan mengingatkan Anda untuk mengejar target minum Anda.

Lebih banyak jalan kaki dan naik tangga

Membiasakan diri berjalan kaki memang tidak mudah. Mulailah berjalan kaki ±30 menit sehari: 10 menit sebelum bekerja (misalnya dari stasiun atau halte bus menuju kantor), 10 menit setelah makan siang, dan 10 menit setelah bekerja. Memilih naik tangga daripada lift atau eskalator juga baik agar tubuh lebih bugar.

Mengurangi stres

Memperhatikan kesehatan mental sama pentingnya dengan kesehatan tubuh. Semua orang pasti pernah mengalami stres. Ada berbagai cara sederhana yang bisa dilakukan untuk mengelola stres harian. Misalnya, meditasi, yoga, menulis jurnal, mendengarkan musik, membaca buku atau nonton film komedi agar dapat tertawa lepas.

Hanya perlu mengubah beberapa kebiasaan Anda untuk memulai pola hidup sehat. Segera bertekad mulai hidup sehat mulai hari ini. Ingat, tidak ada kata terlambat untuk mulai hidup sehat. *Just do it!*



Franky Nayoan,
Mengajak Generasi Milenial Berasuransi

Menjadi agen asuransi adalah salah satu pekerjaan yang mulia karena dapat membantu banyak orang agar mendapatkan perlindungan asuransi. Misalnya saja asuransi jiwa dan kesehatan. Tantangan yang dihadapi oleh para agen adalah pemahaman asuransi di kalangan masyarakat masih cukup rendah. Sequis pun menyadari hal ini dan berupaya untuk meningkatkan literasi dan inklusi keuangan khususnya asuransi agar semakin banyak orang menyadari pentingnya asuransi sekaligus meningkatkan jumlah agen asuransi Sequis.

Tugas besar ini diemban juga oleh **Franky Nayoan, Chief Agency Recruitment, Training & Development (CARTD) Sequis Life**. Ia mulai bergabung dengan Sequis sejak tahun 1995. Awalnya ia adalah nasabah Sequis kemudian bergabung menjadi agen Sequis diawali dengan menjadi *Branch Manager* di Yogyakarta. Keramahan dan kegigihannya untuk melakukan pekerjaannya berbuah manis. Kini ia dipercaya oleh perusahaan untuk memimpin 41 karyawan di *Agency Recruitment, Training & Development* Sequis Life.

Bagaimana pengagum *founder* Apple Computer, Inc, Steve Jobs ini menghadapi tantangan untuk meningkatkan performa tim yang ia pimpin? Berikut wawancara kami bersama Franky Nayoan yang juga penggemar olahraga *cycling*.

Dengan posisi yang telah dicapai saat ini, apa lagi target yang ingin dicapai?

Melalui departemen *Agency Recruitment, Training & Development* Sequis Life, kami ingin memberikan

kontribusi besar pada pertumbuhan perusahaan dalam rangka mencapai visi dan misi Sequis. Terutama menangkap peluang untuk dapat menysasar segmen generasi milenial

Apa tantangan untuk menysasar segmen Milenial dan kiat menghadapi tantangan ini?

Tantangan **pertama**, terkait penggunaan teknologi digital bagi para agen. Hal ini karena generasi milenial sangat mahir dan terbiasa menggunakan teknologi digital. Dengan mengembangkan *tools* perekrutan yang memanfaatkan teknologi tentu memudahkan kami masuk ke generasi milenial. Dengan demikian generasi milenial dapat ikut berpartisipasi dan berkarya di industri asuransi. Tantangan **kedua** adalah gaya hidup generasi milenial yang cenderung konsumtif dan kurang peduli pada finansial di masa depan. Untuk itu, kami senantiasa memberikan literasi asuransi secara berkesinambungan mengenai pentingnya perencanaan keuangan sejak muda.

Adakah pesan untuk segmen generasi milenial?

Berasuransilah selagi usia muda. Saat kesehatan masih prima, tarif premi juga cenderung masih sangat murah. Selain memberikan perlindungan, asuransi juga sekaligus dapat digunakan sebagai sarana menabung dan berinvestasi. Sequis menyediakan produk asuransi jiwa dan kesehatan yang dapat membantu Anda melindungi masa depan.



Sebutkan produk asuransi yang Sequis donasikan pada kegiatan *Cerebral Palsy (CP) Culture* di Surabaya

Sequis menyikapi positif kemajuan teknologi digital. Sebutkan 3 inovasi digital Sequis

Ketentuan Kuis:

- Kirimkan jawaban melalui *e-mail* ke corporate.communications@sequislife.com paling lambat pada 30 Januari 2019
- Subject *e-mail*: **Sequis Quiz – Nama Anda - No Polis**
- Pada *body e-mail* cantumkan jawaban dan data diri, yaitu:
 - Nama Lengkap:
 - No Polis:
 - Alamat Pengiriman:
 - No HP & alamat *e-mail* yang aktif:
- Hanya yang menjawab semua pertanyaan dengan benar yang akan mendapatkan *souvenir* cantik Sequis
- Pemenang akan dihubungi lewat *e-mail* pada 15 Februari 2019



Selamat kepada pemenang **Sequis Quiz Edisi Semester I - 2018:**
Lannie Muliawati (Surabaya), Hari Winarto (Surabaya), Windy Utama (Medan), Silvia (Medan), Halim Gunawan (Medan), Rina Mariana (Medan), Sutini (Medan), Pircadi (Jakarta)

Dapatkan tips menarik dari Sequis seputar *financial knowledge, healthy lifestyle, family tips*, dan informasi *update* Sequis lainnya dalam bentuk *e-newsletter* yang dikirimkan ke *e-mail* nasabah Sequis setiap bulannya. Segera daftarkan nama dan *e-mail* Anda melalui corporate.communications@sequislife.com dengan *subject*: **Daftar e-newsletter Sequis**

FAQ

Nasabah dapat bertanya mengenai produk dan layanan dari Sequis melalui *Sequis Care* di **+6221-29942929** atau melalui *e-mail*: care@sequislife.com. Anda juga dapat mengakses kami di Facebook *Fan Page*: **Sequislife OFFICIAL**, Twitter: **@SequisOFFICIAL** dan Instagram: **@sequisofficial**.

Bagaimana jika ingin *surrender*, tetapi yang mengajukan bukan Pemegang Polis walaupun form *surrender* ditandatangani oleh Pemegang Polis?

Pemegang Polis dapat mewakili pengajuan *surrender* dengan surat pengantar yang didalamnya menjelaskan kaitan antara yang mengajukan *surrender* dengan Pemegang Polis dengan syarat dana tetap ditransfer ke rekening Pemegang Polis.

Bagaimana cara menjadi nasabah Sequis?

Jika tertarik dengan produk Sequis, dapat menghubungi *Sequis Care* di nomor (62-21) 2994 2929 atau *e-mail* ke care@sequislife.com setiap Senin - Jumat, pukul 08.15 - 17.00 WIB. Dapat juga melalui media sosial Sequis dengan menginformasikan nomor telepon serta alamat korespondensi melalui *Direct Message (DM)* di media sosial Sequis. Kemudian konsultan keuangan Sequis akan menghubungi Anda untuk menjelaskan secara rinci sekaligus membuatkan tabel ilustrasi produk yang sesuai dengan kebutuhan Anda.

Saya sudah ikut asuransi Unit Link Sequis selama 2 tahun 9 bulan, tetapi mengapa nilai tunainya masih jauh dari tabel perkiraan di ilustrasi awal?

Apakah nasabah bisa menarik dana investasi ?

Nasabah dapat melakukan penarikan dana investasi sebagian (*withdrawal*) selama nilai investasi telah mencukupi. Minimum penarikan adalah Rp1 juta. Penarikan dana sebagian dapat dilakukan 2 (dua) kali dalam satu tahun Polis. Apabila dilakukan lebih dari 2 (dua) kali maka akan dikenakan biaya sebesar 1% dari jumlah penarikan atau Rp100 ribu per transaksi atau mana yang lebih besar.

Bagaimana jika Polis saya sudah selesai masa pembayaran preminya? Apakah investasi saya tetap berjalan?

Nilai investasi nasabah tetap berjalan walaupun masa pembayaran premi sudah berakhir. Namun, nasabah harus tetap memonitor nilai investasi yang ada dan jika nasabah ingin perkembangan investasi semakin maksimal, nasabah dapat melakukan *Top Up*/Penambahan Investasi. Untuk informasi lebih lengkap, dapat menghubungi *Sequis Care* di nomor (62-21) 2994 2929 atau *e-mail* ke care@sequislife.com setiap Senin - Jumat, jam 08.15 - 17.00 WIB.




Produk unit link merupakan produk kombinasi antara asuransi jiwa dengan investasi. Nilai investasi pada produk Unit Link bersifat fluktuatif dan berubah setiap harinya tergantung dari perkembangan perekonomian. Ilustrasi di awal hanya memberikan gambaran berdasarkan kondisi perekonomian di periode tertentu. Jika usia Polis masih di bawah 3 tahun, premi yang dibayarkan masih terkena biaya non alokasi investasi artinya, ada persentase dari premi yang dibayarkan dialokasikan untuk premi asuransi sehingga pengembangan investasi saat usia Polis di bawah 3 tahun masih belum maksimal.

3 Langkah Pintar agar Klaim Anda Cepat Terbayar (non cashless/reimbursement)

1

Pastikan formulir sudah lengkap & diisi dengan benar

Formulir klaim & surat keterangan dokter bisa didapatkan melalui:

 Agen  Kantor pemasaran  www.sequis.co.id

2

Periksa & lengkapi semua dokumen pendukung

Memberikan dokumen secara lengkap dan benar, berarti mempercepat proses pencairan klaim yang diajukan.

Mintalah perincian detail biaya perawatan dan obat-obatan dari pihak rumah sakit. Lampirkan semua hasil pemeriksaan medis yang berhubungan dengan perawatan Anda.

3

Serahkan formulir & dokumen yang sudah lengkap kepada agen, kantor pemasaran atau service center

Sequis memberikan informasi atas perkembangan klaim melalui telepon atau SMS ke nomor ponsel Anda. Anda juga dapat menghubungi **Sequis Care** di **(021) 2994 2929** Untuk mengajukan klaim dan memantau status klaim Anda, download aplikasi **Sequis PolisKu** di **Apple App Store** atau **Google Play**



Download aplikasinya
SEKARANG!



atau kunjungi website
polisku.sequis.co.id/download

Ingin lebih mudah lagi?

Manfaatkan Fasilitas Kartu Cashless Anda di beberapa rumah sakit rekanan kami

Pentingnya Alamat E-mail di Era Digital Saat Ini

Pada era digital saat ini mayoritas komunikasi, transaksi bahkan pembayaran sudah dilakukan secara digital. Perbankan sudah mengirimkan tagihan kartu kredit melalui alamat *e-mail* (electronic mail) nasabah sehingga diterima tepat waktu. Aplikasi belanja atau transportasi online menggunakan alamat *e-mail* dan nomor selular yang aktif sebagai sarana verifikasi atau keamanan akun. Semua ini dilakukan untuk memberikan kemudahan kepada nasabah sehingga semua hal bisa dilakukan hanya melalui gawai dalam gengaman Anda.



Beberapa manfaat dari pengkinian alamat e-mail Anda:

- Mendapatkan Pernyataan Transaksi Anda tepat waktu
- Mendapatkan *e-Newsletter* Sequis berisi informasi penting untuk nasabah
- Mendapatkan akses ke Sequis Polisku, aplikasi layanan asuransi dengan berbagai keunggulan untuk kemudahan nasabah.

Tunggu apa lagi, segera perbarui alamat *e-mail* Anda di Sequis dengan menghubungi **Sequis Care** di **(62-21) 2994 2929** atau kirimkan *e-mail* ke **care@sequislife.com** dengan subyek: **Pengkinian E-mail Nasabah**. Adapun yang harus diinformasikan dalam *email* ini adalah: Nama Pemegang Polis, nomor Polis Anda, nomor *handphone* aktif Anda yang dapat kami hubungi, dan alamat *e-mail* aktif Anda.

Manfaatkan e-Claim untuk Kemudahan Anda

- *E-claim* adalah fasilitas klaim kesehatan melalui media elektronik (*e-mail*, WhatsApp dan LINE)
- Kirimkan foto dokumen klaim melalui WhatsApp atau LINE ke nomor (62-0821) 1000 2929 atau *e-mail* ke **eclaim@sequislife.com**
- Total maksimal kuitansi Rp3 juta per satu kali rangkaian perawatan
- Sertakan dokumen pengajuan klaim, yaitu: Surat Keterangan Dokter (SKD)*, foto kuitansi asli beserta perincian, foto KTP yang masih berlaku. (Jenis dokumen pengajuan klaim dapat berbeda tergantung jenis perawatan kesehatan yang dilakukan)
- Sertakan nomor polis, nama pasien/tertanggung, nomor rekening pemegang polis, dan nama lengkap yang mengajukan klaim pada bagian bawah pesan
- Penerima manfaat harus pemegang polis dan tidak bisa dikuasakan kepada pihak lain
- Pengajuan *e-claim* hingga pukul 14.00 WIB akan menerima keputusan klaim pada hari yang sama. Di atas pukul 14.00 WIB atau hari libur, keputusan klaim diberitahukan pada H+1 hari kerja berikutnya
- Pengajuan klaim tidak dapat diproses jika dokumen tidak lengkap dan akan diberitahukan pada hari yang sama. Nasabah dapat mengajukan kembali melalui proses normal

Sejak diluncurkan pada tahun 2016 hingga September 2018, Sequis telah membayarkan klaim lebih dari Rp2,556 miliar melalui sistem *e-claim*.

* Untuk SKD hanya *case* yang baru saja jika klaim *post* atau *pre rawat inap/post/pre one day surgery* (ODS) maka tidak memerlukan SKD.