

Cashback 50%!! Promo Kopi Kenangan Akhir Tahun yang Bikin Ngopi Makin Seru!

Category: Bisnis
27 Desember 2024



Prolitte – Promo Kopi Kenangan Akhir Tahun yang Bikin Ngopi Makin Seru!

Akhir tahun udah di depan mata, nih! Biasanya, suasana akhir tahun identik sama liburan, berkumpul bareng keluarga, dan... promo-promo seru! Nah, buat kamu para pecinta kopi, ada kabar gembira dari **Kopi Kenangan**.

Mereka lagi bagi-bagi promo spesial akhir tahun yang bikin

kantong aman tapi tetep bisa ngopi gaya. Mulai dari cashback gede-gedean sampai promo beli 1 dapat 2, semuanya wajib banget kamu cobain. Penasaran kan ada promo apa aja? Yuk, langsung simak infonya di bawah ini!



Cashback 50 Persen Pakai Blu

Yang satu ini cocok banget buat kamu yang suka bayar cashless. Kalau kamu pengguna **blu**, Kopi Kenangan lagi ngasih cashback 50 persen untuk setiap pembelian menggunakan metode pembayaran ini. Cashback-nya bisa sampai maksimal , lho!

Caranya gampang banget:

- Pastikan saldo di bluAccount kamu cukup.
- Lakukan transaksi lewat aplikasi Kopi Kenangan atau langsung di outlet terdekat.

Promo ini berlaku sampai **31 Desember 2024**, jadi masih ada waktu buat ngopi hemat di penghujung tahun!

Beli 1 Dapat 2 Pakai QRIS BCA

Siapa yang nggak tergoda sama promo beli 1 dapat 2? Kalau kamu pengguna **QRIS BCA**, kamu bisa bawa pulang dua minuman dengan harga satu! Promo ini berlaku buat pembelian menu seasonal reguler, seperti:

- **Ice Dreamy Choco Salted Caramel**
- **Dreamy Salted Caramel Aren Mocha**
- **Butterscotch Sea Salt Latte**
- **Creamy Aren Latte**

Beli salah satu menu di atas, kamu akan langsung dapat bonus **Ice Americano** atau **Ice Kenangan Milk Tea** ukuran reguler.

Catat, ya, promo ini berlaku mulai **30 Desember 2024 hingga 5 Januari 2025**, khusus untuk dine-in atau take-away. Tapi, promo ini nggak berlaku di outlet bandara, bank lounge, Rumah Kenangan, dan Stasiun KCJB Halim.

Cashback 50 Persen Pakai QRIS OCTO Mobile

Buat kamu yang pakai **OCTO Mobile**, Kopi Kenangan juga punya kejutan manis. Ada cashback 50 persen dengan maksimal untuk setiap pembelian produk menggunakan metode pembayaran QRIS OCTO Mobile.

Promo ini bisa kamu nikmati di outlet Kopi Kenangan selama periode **23 Desember 2024 hingga 5 Januari 2025**. Hemat banget kan? Jangan sampai ketinggalan ya!

Cashback 80 Persen Pakai Astrapay

Ini dia promo yang paling bikin mata berbinar: cashback **80 persen** dengan maksimal buat pengguna **Astrapay**. Bayangin, kamu bisa hemat hampir setengah harga cuma buat satu cangkir kopi favoritmu.

Promo ini berlaku di semua outlet Kopi Kenangan (kecuali outlet tertentu) hingga **31 Desember 2024**. Jadi, buruan isi saldo Astrapay-mu dan serbu promo ini!

Kenapa Harus Coba Promo Akhir Tahun Kopi Kenangan?



Nggak cuma bikin hemat, promo-promo ini juga jadi momen yang pas buat berbagi kopi bareng teman atau keluarga. Selain itu, Kopi Kenangan selalu punya menu-menu yang nggak pernah gagal bikin hari jadi lebih spesial.

Mau menu seasonal, classic, atau yang creamy-creamy, semuanya worth it banget buat dicoba. Jadi, nggak ada alasan buat nggak ikutan promo akhir tahun ini!

Jangan Sampai Kelewatan, Yuk Serbu Promonya!

Akhir tahun itu waktunya ngasih hadiah buat diri sendiri, dan apa lagi yang lebih asik daripada secangkir kopi enak dengan harga promo? Yuk, langsung datengin outlet Kopi Kenangan terdekat atau cek aplikasinya biar nggak ketinggalan semua promo seru ini.

Ayo, nikmati momen akhir tahunmu sambil ngopi santai. Siapa tahu, secangkir kopi favoritmu bisa jadi awal tahun baru yang penuh semangat! Selamat menikmati promo, Sobat Ngopi! ☕📱

Secangkir Kopi di Pagi Hari: Ritual Sederhana yang Bisa Bikin Kamu Lebih Sehat dan Produktif

Category: LifeStyle
27 Desember 2024



Prolite – Secangkir Kopi di Pagi Hari: Ritual Sederhana yang Bisa Bikin Kamu Lebih Sehat dan Produktif!

Minuman satu ini kayaknya udah jadi sahabat setia banyak orang di pagi hari. Mulai dari mereka yang sibuk kerja, mahasiswa yang begadang semalaman, sampai pecinta kopi sejati – semua sepakat kalau secangkir kopi bisa bikin pagi lebih hidup.

Tapi, tahu nggak sih, kalau kopi nggak cuma bikin kamu melek, tapi juga punya banyak manfaat buat kesehatan? Yuk, kita kulik bareng apa aja sih manfaat kopi di pagi hari!

Kopi: Ritual Pagi yang Mendunia



Cropped image of a young man working on his laptop in a coffee shop

Kebiasaan ngopi pagi ini udah kayak budaya global. Di mana pun kamu berada, pasti ada aja yang nggak bisa mulai hari tanpa secangkir kopi.

Di Indonesia, ritual ngopi ini sering ditemani obrolan santai atau bahkan jadi momen refleksi pribadi sebelum menghadapi kesibukan.

Di negara lain, seperti Italia, kopi espresso jadi andalan buat ngebut semangat. Intinya, kopi pagi udah jadi ritual sakral buat banyak orang!

Kafein: Si Penyemangat yang Bikin Fokus

Rahasia kopi ada di kandungan kafeinnya. Kafein ini tuh ibarat alarm internal yang bikin otakmu nyala! Begini efeknya:

- **Meningkatkan fokus:** Kafein bekerja dengan menghalangi adenosin, zat kimia yang bikin kita ngantuk. Jadi, setelah ngopi, otakmu bakal lebih siaga.
- **Boost energi:** Siapa yang nggak butuh suntikan energi di pagi hari? Kafein membantu meningkatkan produksi dopamin – hormon kebahagiaan – jadi nggak heran kalau kamu merasa lebih segar dan semangat.

Nggak cuma itu, kopi juga bisa bikin kamu lebih produktif karena efeknya yang memperbaiki mood dan motivasi. Jadi, kopi pagi itu kayak booster alami buat tubuhmu!

Aroma dan Rasa Kopi: Efek Psikologis yang Nggak Kalah Penting



Pernah nggak sih merasa tenang cuma dengan mencium aroma kopi? Ternyata, ini ada penjelasan ilmiahnya lho. Aroma kopi bisa mengurangi stres dan bikin suasana hati lebih positif.

Selain itu, rasa kopi yang khas juga memberikan kenyamanan tersendiri. Nggak heran kalau banyak orang merasa “lebih hidup” setelah ngopi di pagi hari.

Penelitian juga menunjukkan bahwa aroma kopi dapat meningkatkan fungsi kognitif, terutama saat kamu merasa lelah.

Jadi, hanya dengan menghirup aroma kopi, otakmu sudah bisa mendapatkan “sinyal” untuk lebih waspada dan siap menghadapi aktivitas harian.

Bahkan, aroma kopi sering diasosiasikan dengan perasaan nostalgia atau kenangan indah, yang membantu menciptakan suasana hati yang lebih baik.

Selain itu, rasa kopi yang beragam – mulai dari pahit, manis, hingga asam – mampu memberikan pengalaman sensoris yang unik. Ini sebabnya, menikmati kopi di pagi hari bisa jadi momen mindfulness yang membantu kamu lebih menghargai waktu dan suasana.

Manfaat Kesehatan Kopi: Lebih dari Sekadar Teman Begadang

Kalau selama ini kamu kira secangkir kopi cuma buat bikin melek, kamu salah besar! Berikut beberapa manfaat kesehatan yang bisa kamu dapatkan:

1. **Meningkatkan metabolisme:** Kafein dalam kopi membantu membakar kalori lebih cepat. Jadi, buat kamu yang lagi diet, kopi bisa jadi sahabat baru.
2. **Menurunkan risiko penyakit:** Penelitian menunjukkan kalau konsumsi kopi secara moderat bisa menurunkan risiko penyakit serius seperti diabetes tipe 2, Parkinson, dan Alzheimer.
3. **Sumber antioksidan:** Kopi kaya akan antioksidan yang melindungi sel-sel tubuh dari kerusakan akibat radikal bebas.
4. **Meningkatkan performa olahraga:** Ngopi sebelum olahraga bisa bikin kamu lebih berenergi dan tahan lama di gym.

Tapi, ingat ya, semuanya ada batasnya. Minum kopi secara berlebihan malah bisa bikin efek sebaliknya, seperti jantung berdebar atau sulit tidur.

Waktu Terbaik Minum Kopi



Secangkir Kopi di Pagi Hari

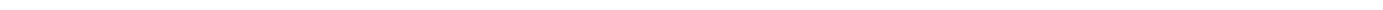
Ngopi pagi memang enak, tapi ada waktu yang lebih ideal biar efeknya maksimal:

- **Jangan langsung setelah bangun:** Setelah bangun tidur, tubuhmu masih memproduksi kortisol (hormon stres). Minum kopi langsung bisa bikin efeknya nggak terlalu terasa.
- **Waktu terbaik:** Biasanya antara pukul 9:30 – 11:00 pagi, ketika level kortisol menurun dan tubuh siap menerima kafein.
- **Batasan konsumsi:** Idealnya, jangan lebih dari 2-3 cangkir sehari untuk menghindari kecanduan atau efek negatif lainnya.

Saatnya Nikmati Secangkir Kopi dengan Bijak!

Jadi, udah kebayang kan manfaat ngopi di pagi hari? Nggak cuma buat bangkitin semangat, tapi juga bantu jaga kesehatan tubuhmu. Tapi, seperti halnya semua hal baik, kuncinya adalah keseimbangan. Jangan berlebihan, dan pastikan kamu tetap menjaga pola makan serta gaya hidup sehat lainnya.

Kalau gitu, tunggu apa lagi? Yuk, bikin pagi lebih semangat dengan secangkir kopi favoritmu. Jangan lupa, tambahkan sedikit senyuman biar harimu makin ceria! Selamat ngopi, ya!



Energi Terjaga: 7 Manfaat Kopi sebagai Minuman Penyelamat untuk Aktivitas Anda

Category: LifeStyle

27 Desember 2024



Prolite – Kopi, si hitam pekat yang menjadi teman setia di segala aktivitas harian! Mulai dari pagi yang masih ngantuk sampe malem yang penuh tugas, secangkir minuman ini bisa jadi penyelamat yang ngasih semangat dan fokus buat ngehadapi hari.

Tapi, meski nikmatnya tiada tara, kita juga perlu tahu apa sih manfaatnya buat kesehatan kita. Dalam artikel ini, kita bakal gali lebih dalam soal manfaat kesehatan dari minuman ajaib yang satu ini! Siap-siap buat terpesona lebih dalam sama si hitam pekat! ☕

Nutrisi dalam Kopi



– Freepik

Meskipun terkenal sebagai minuman rendah kalori tanpa lemak atau kolesterol, tapi si hitam pekat ini juga punya beberapa harta karun nutrisi tersembunyi. Ada vitamin B2, B3, B5, dan mangan di dalamnya.

Meskipun tak dalam jumlah besar, tapi mereka tetap memberikan suntikan kebaikan bagi tubuh kita. Jadi, sambil menyeruput kopi, kita juga bisa menikmati sedikit bonus nutrisi yang disediakan oleh si hitam pekat ini!

Manfaat bagi Kesehatan



– Freepik

1. Meningkatkan Fokus dan Konsentrasi

Penelitian telah menunjukkan bahwa kandungan kafein di dalamnya bisa menjadi penyemangat bagi otak kita. Dengan sekali teguk, kita bisa merasakan peningkatan daya ingat, konsentrasi yang lebih baik, dan bahkan peningkatan fungsi kognitif secara keseluruhan.

2. Menjaga Kesehatan Otak

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa minum kopi bisa jadi kunci untuk menjaga kesehatan otak kita. Ada bukti yang menunjukkan bahwa konsumsi secara teratur dapat membantu mengurangi risiko terkena penyakit neurodegeneratif, seperti Alzheimer.

3. Menurunkan Risiko Terkena Diabetes Tipe 2

Ternyata, kandungan kafein dan antioksidan di dalamnya bukan

hanya membuat kita semangat, tapi juga punya manfaat luar biasa bagi kesehatan.

Penelitian menunjukkan bahwa mereka bisa membantu meningkatkan sensitivitas insulin dalam tubuh kita, yang artinya bisa membantu menurunkan risiko terkena diabetes tipe 2.

4. Menjaga Kesehatan Liver

Penelitian telah menunjukkan bahwa konsumsi kopi dapat dikaitkan dengan penurunan risiko terkena penyakit hati, seperti sirosis dan kanker hati. Jadi, selain menikmati rasanya yang nikmat, secangkir minuman ini juga bisa menjadi investasi bagi kesehatan organ vital kita.

5. Mengurangi Risiko Penyakit Parkinson

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa minum si hitam pekat ini dapat dikaitkan dengan penurunan risiko terkena penyakit Parkinson. Siapa sangka, rutin menyeruput kopi juga bisa menjadi langkah preventif bagi kesehatan kita.

6. Menjaga Kesehatan Jantung

Meskipun hubungan antara kopi dan kesehatan jantung masih menjadi topik diskusi, beberapa penelitian menunjukkan bahwa mengonsumsinya dalam jumlah tertentu dapat dikaitkan dengan penurunan risiko penyakit jantung.

7. Menjaga Berat Badan Ideal

Kandungan kafein di dalamnya tidak hanya membuat kita terjaga, tapi juga dapat menjadi sekutu dalam menjaga berat badan ideal.

Kafein telah terbukti dapat meningkatkan metabolisme tubuh dan membantu dalam pembakaran lemak. Jadi, sambil menikmati aroma dan rasanya yang nikmat, kita juga bisa mendukung upaya menjaga berat badan dengan lebih efektif.

Takaran Aman Mengonsumsi Kopi



– Freepik

Meskipun kopi bisa memberikan banyak manfaat bagi kesehatan, namun kita perlu mengonsumsinya dengan bijak.

Setiap orang memiliki batas toleransi yang berbeda terhadap kafein, jadi penting untuk memperhatikan takaran yang tepat.

Secara umum, disarankan untuk tidak mengonsumsi lebih dari 400 miligram kafein per hari, yang setara dengan sekitar empat cangkir kopi bagi orang dewasa yang sehat.

Dengan memperhatikan takaran ini, kita bisa menikmati manfaat si hitam pekat ini tanpa mengalami efek samping yang tidak diinginkan.



– Freepik

Dengan pemahaman yang lebih baik tentang manfaat dan takarannya, kita bisa menikmati secangkir si hitam pekat ini dengan lebih bijaksana dan menyehatkan.

Jadi, mari nikmati dengan penuh kesadaran akan manfaatnya bagi tubuh kita, dan tentu saja, jangan lupa untuk tetap menjaga keseimbangan dan keberagaman dalam pola makan dan gaya hidup kita secara keseluruhan. *Stay healthy guys!* ☕🍵

Anda Pecinta Kopi! Simak 6 Tanda Tubuh Sudah Kecanduan Kafein

Category: LifeStyle
27 Desember 2024



Anda Pecinta Kopi! Simak 6 Tanda Tubuh Sudah Kecanduan Kafein

Prolite – Anda salah satu pecinta kopi ! Kami hadir untuk memberikan informasi tentang tanda-tanda jika tubuh sudah kecanduan kopi.

Secangkir kopi di pagi hari memang sangat nikmat, dengan kita menikmati kopi maka akan menambah energi semangat untuk

memulai aktifitas.

Ada banyak jenis kopi di Bandung juga memiliki rasa yang beraneka ragam. Namun apa kalian tau kandungan yang terdapat dalam minuman itu?

Ya kafein ! Kandungan yang terdapat pada kopi yakni kafein dengan kita mengonsumsi kafein maka dapat menghasilkan efek bahagia seperti meningkatkan energi, kewaspadaan, dan rasa nyaman.

Namun ada beberapa orang pecinta kopi yang bahkan sudah kecanduan, rasanya akan aneh jika sehari tidak mengonsumsi minuman yang satu itu.

Bahkan jika seseorang terbiasa dengan mengonsumsi kafein maka ia merasa tidak membutuhkan orang lain untuk membuatnya bahagia.

Lantas apa saja tanda-tanda pecinta kopi yang sudah kecanduan kafein?

Untuk pecinta kopi Ada 6 tanda tubuh jika sudah kecanduan kopi, mari simak penjelasannya?

1. Sakit Kepala



Tanda yang pertama jika tubuh sudah kecanduan maka akan merasa sakit kepala di pagi hari, jika anda merasakan sakit kepala ketika bangun tidur mungkin itu tandanya anda membutuhkan secangkir kopi.

Saat tubuh menunggu asupan kafein, maka pembuluh darah akan melebar. Sehingga ini dapat mengiritasi ujung saraf yang memicu pusat rasa sakit di otak Anda. Akibatnya, kepala akan mulai berdebar.

Maka di saat itulah hanya dengan mengonsumsi kopi maka rasa

sakit di kepala akan berkurang.

2. Mengalami Kejang Otot



Mengalami kejang otot ().

Dengan mengonsumsi minuman yang mengandung kafein secara berlebihan maka dapat membuat tubuh mengalami dehidrasi yang pada akhirnya menyebabkan kejang otot, terutama pada betis, paha belakang, atau paha. Rasa sakit yang akan di rasakan seperti ditusuk-tusuk.

3. Mudah Marah



Shutterstock/fizkes

Tanda yang ketiga ketika tubuh sudah ketergantungan kafein yaitu mudah marah tanpa alasan yang jelas. Orang akan mudah marah jika melewatkan untuk mengonsumsi kafein di pagi hari.

Jika seseorang tidak mengonsumsi kafein di pagi hari berarti mengurangi aktivitas system saraf simpatik yang atau yang dikenal dengan kewaspadaan

4. Tekanan Darah Turun



Jika kamu melewatkan konsumsi kafein di pagi hari, untuk beberapa orang akan merasakan detak jantung yang bertambah cepat.

Jika kamu berusaha untuk berhenti mengonsumsi kafein maka tubuh akan mengalami penurunan tekanan darah. Ketika tekanan darah turun maka akan merasakan pusing, ketidakseimbangan, kelemahan atau bahkan kelelahan.

5. Suhu Tubuh Meningkat



Jika kita sudah benar-benar sudah kecanduan kafein maka ketika tubuh tidak mengonsumsi kafein, maka akan menyebabkan fluktuasi suhu tubuh secara tiba-tiba.

Jadi anda akan merasakan kedinginan meskipun suhu di ruangan kamu tetap di atur pada suhu yang sama. Adapun kasus yang lebih parah jika kita menghentikan konsumsi kafein yakni munculnya keringat dingin. Hal ini terjadi karena ketiadaan kafein dapat menyebabkan penyempitan pembuluh darah di ekstremitas.

6. Tidur Tidak Nyenyak



Jika waktu tidur anda terganggu bisa jadi penyebabnya adalah asupan kafein secara keseluruhan.

Kafein juga memblokir reseptor adenosin yang sangat penting dalam memicu kelelahan dan tidur. Jadi, peminum kopi sering kali merasa tidak terlalu lelah, lebih berenergi, dan lebih waspada. Bahkan jika kamu mengonsumsi kafein secara berlebih maka dapat menyebabkan insomnia.