

Frame: Busana Pesta

METMAL

EDISI 1 / 2024

BEKASI



Scan QR Code
to read



Extra Ordinary
MetMall Bekasi

Flash

Time to Party!

Pilihan busana kece untuk berbagai pesta kamu!

Metland
cileungsi



FREE
PPN*

CICILAN KPR

Rp.

4

Jtan*

LT 72 / LB 58

UNIT TERBATAS

PICCOLA

3 KAMAR TIDUR

FREE BIAYA-BIAYA*

5 MENIT KE TOL NAGRAK

*S&K Berlaku

0878 0138 8998

Scan me!



@metlandcileungsi

Metland Cileungsi

Metland Cileungsi

www.metlandcileungsi.co.id



Metland
card

My Precious One



**Get Special
Benefit for Member**

Room

**10%
OFF**

F&B

Valid Only at

HORISON
BANDUNG

HORISON
BANTUL

HORISON
SEMARANG

Metland HOTEL
CIREBON

Metland HOTEL
BEKASI



Registration
Here



contents



22

Koleksi tas dan sepatu dengan unsur futuristik. Cek koleksi kita...



32

Siap-siap tampil memukau dengan koleksi busana Mississippi yang berkelas

6 FRAME Fashion Pesta **18 STYLE AND SHOP** C&F, Aura, Gold Mart **21 TECHNO** iPhone 15 Series **22 TREND** Aksesori/tas dan sepatu dengan desain futuristik **24 SPORT** Poundfit **26 STORY** Garfield, Madame Web **28 RESTO** Sushi, Shigeru **30 KIDS CORNER** Stroberi **31 DADS CORNER** Auto Glaze **32 OUTFIT** Mississippi, Berrybenka **34 REFRESH** Kesehatan: waspada penyakit akibat perubahan iklim, Kecantikan: trend warna rambut 2024 **38 FLASH** Richeese Factory, Bube Bubble & Ice Cream, Cireng Corner, Mads, Wingstop, 30th Anniversary MetMall Bekasi **42 DAFTAR TENANT**



40

30th Anniversary MetMall Bekasi
Xtra Ordinary!

New Hope

Tanpa terasa perjalanan kita telah sampai di 2024. Di penghujung 2023, MetMall Bekasi baru saja merayakan anniversary yang ke-30 tahun lho! Rangkaian perayaannya meriah, seru, dan heboh, diramaikan penampilan artis ibukota.

Pada puncak perayaannya, bersama ratusan pengunjung setia, kita menikmati penampilan fantastis Mahalini Raharja hingga banjir hadiah voucher diskon dari momentum balon drop. Terima kasih kepada seluruh Metmalovers yang sudah bertumbuh dan berkembang bersama Metropolitan Mall Bekasi selama 30 tahun.

Oh ya, Metmalovers adakah yang berulang tahun atau memiliki agenda menghadiri pesta di awal tahun ini? Cocok sekali, kami menyajikan referensi baju dari rekan tenant yang bisa diajak berpesta.

Mari masuki bulan kedua 2024 dengan harapan dan impian baru. Semoga sukses selalu menyertai kita semua.

Endro Basuki



Pelindung
Santoso

Pemimpin Umum
Himawan Mursalim

Chief Editor
Endro Basuki

Dewan Redaksi
Murniati Dewi
Anastasya Wahyuni
Ervita Julian
Andy Safi'i
Alif Edriansyah

Alamat Perusahaan
Jl. Letkol M. Moeffreni
Moe'min,
Kel. Pekayon Jaya,
Kec. Bekasi Selatan,
Kota Bekasi 17148
Telp. 021.885. 5555
Faks. 021.884.0283

Kreatif dan Produksi
Bintang Satu Media

Cover
Eliza

MUA
Ami

Fotografer
Ricky Yu

f Mal Metropolitan Bekasi
@metmalbekasi
@metmalbekasi
@metmalbekasi
Metropolitan Mall Bekasi
@metmalbekasi

Busana:
Valino, Lantai Dasar
Sepatu:
Hush Puppies, Lantai Dasar

Special Gift

Hadiah istimewa
untuk seseorang yang
spesial



Busana: Alexis, Lantai 1
Belt: Elizabeth, Lantai Dasar
Anting: Eprise, Lantai Dasar
Gift box: Gramedia, Lantai 2



Be Gentle

Warna biru lembut, cocok untuk
private party Metmalovers

Dress dan anting: Eprise, Lantai Dasar
Tas dan sepatu: Elizabeth, Lantai Dasar

Trendy Midi

Midi dress tanpa lengan dengan
potongan lurus. Trendy!

Dress dan anting: Eprise, Lantai Dasar
Kalung: Cherry, Lantai 3
Tas: Elizabeth, Lantai Dasar



Brokat Memikat

Busana Pesta
berbahan
brokat selalu
memikat

Dress: Eprise, Lantai Dasar
Anting: Cherry, Lantai 3
Belt dan sepatu: Elizabeth, Lantai Dasar



Flowery

Dress motif bunga
selalu bisa membuatmu
tampil manis

Dress: Eprise, Lantai Dasar
Anting: Cherry, Lantai 3

Casual Party

Outfit ini cocok banget
untuk *casual party* sist!

Busana: Mississippi, Lantai Dasar
Anting: Eprise, Lantai Dasar
Arloji: Citra Arloji, Lantai 1
Sepatu: Elizabeth, Lantai Dasar



Sparkling

Semi gold dress with sparkling effect. Gorgeous!



Dress: Mississippi, Lantai Dasar

Anting: Eprise, Lantai Dasar

Tas: Elizabeth, Lantai Dasar

Silver

Silver identik dengan kesan futuristik dan elegan. Kamu?



Blouse: Alexis, Lantai 1

Rok: Mississippi, Lantai Dasar

Anting: Cherry, Lantai 3

Puff Sleeve

Model lengan balon (*puff sleeve*) berpadu bahan brokat. *Beautiful!*



Dress: Matahari Dept Store, Lantai Dasar & 1
Tas: Elizabeth, Lantai Dasar
Anting: Cherry, Lantai 3

Simply Elegant

Turtle neck blouse with black skirt. Simply, but elegant.



Blouse: Berrybenka, Lantai Dasar
Rok: Matahari, Lantai Dasar & 1
Tas: Hush Puppies, Lantai Dasar
Aksesoris: Cherry, Lantai 3

Choose White

Warna putih selalu pilihan tepat di berbagai acara. So, choose white!

Dress: Mississippi, Lantai Dasar
Aksesoris: Eprise, Lantai Dasar

Metland
cikarang
Eco Living in Harmony



Cluster Pertama Keuntungan Maksimal

**NEW
PROJECT**

CUKUP DP MULAI DARI

10 **JUTAAN***
Rp. *Syarat & Ketentuan Berlaku
FREE BIAYA PPN*
LANGSUNG AKAD


AVESA GARDEN

 **0811 160 263**





Ragam Pilihan

C&F Store merupakan salah satu toko parfum terkemuka di Indonesia yang telah hadir sejak tahun 1994. Semua produk C&F dijamin 100% keasliannya karena C&F bekerja sama dengan pemilik *brand* dan distributor resmi lho Metmalovers. Untuk menjawab selera *customer* yang beragam, C&F menghadirkan hampir 100 *brand*

parfum premium di *outlet*-nya yang berada di Lantai Dasar MetMall Bekasi ini. Mulai dari Bvlgari, Giorgio Armani, Yves Saint Laurent, Issey Miyake, Hermes, Carven, Tous, Police, Patyka, Banila Co, Trilogy, Flormar, Yves Rocher, dan masih banyak lagi. Metmalovers, saatnya berburu parfum untuk berbagai acara pesta kamu ini nih...



Rp 559.000
Avicenna
Delicate
Dream



Rp 1.750.000
Tous Love
The Silver
Parfum



Rp 9.050.000
Tiziana Terenzi Orza



Rp 2.020.000
YSL Y Eau De
Parfum



Rp 1.650.000
Acqua Di Giorgio
Armani

*Harga dapat berubah tanpa pemberitahuan lebih dahulu



Koleksi Internasional

Melangkahkan kaki memasuki toko By Aura menjadi pengalaman yang menyenangkan untuk *customer*. Desain toko yang sarat nuansa *gold* dengan tata lampu yang menghiasi setiap *brand* membawa kenyamanan tersendiri saat memilih parfum.

Menghadirkan koleksi parfum berkualitas yang terjamin originalitasnya, Aura memiliki *brand-brand* internasional yang siap membawa aroma wangi untuk *customer*. Sebut saja Aigner, Kenzo, Cartier, Trussardi, Hugo Boss, Prada, D&G dan lain sebagainya. Metmalovers mau pilih yang mana?



Rp 1.370.000
Aberchrombie
& Fitch



Rp 1.350.000
Furla



Rp 1.650.000
Trussardi



Rp 1.530.000
Guess Woman



Rp 1.375.000
Elizabeth Arden

*Harga dapat berubah tanpa pemberitahuan lebih dahulu



GOLDMART
METMALL BEKASI
LANTAI DASAR

One Stop Solution

Berminat menambah koleksi perhiasan kamu? Yuk berkunjung ke Goldmart yang berada di Lantai Dasar MetMall Bekasi. Di dalam tokonya yang bersih dan nyaman ada banyak koleksi perhiasan emas 18 Karat dan 24 Karat untuk orang dewasa, cincin kawin dan perhiasan untuk anak-anak

dalam bentuk emas kuning, putih dan *rose gold*. Untuk memanjakan *customer* Goldmart menyediakan *one stop service solution* yaitu pelayanan dari mulai pembelian, reparasi, perawatan, sampai dengan penjualan kembali (*buyback*) dengan garansi yang berlaku seumur hidup.



Rp 57.945.000
One set



Rp 25.110.000
Bangle WG



Rp 36.495.000
Collier emas 24K



Rp 10.355.000
Cincin



Rp 41.200.000
Collier emas 24K



IPHONE 15 SERIES

Chipset Baru



Ini dia koleksi *smartphone* teranyar dari Apple. Seri iPhone 15 hadir dalam empat model yaitu iPhone 15, iPhone 15 Plus, iPhone 15 Pro dan iPhone 15 Pro Max.

iPhone 15 dilengkapi layar Super Retina XDR berukuran 6,1 inci. Sementara iPhone 15 Plus memiliki layar lebih besar, yakni 6,7 inci. Keduanya didukung *chipset* A16 Bionic yang sebelumnya disematkan di iPhone 14 Pro. Semuanya dalam desain aluminium dan kaca yang kuat. Keduanya juga telah memiliki konektivitas USB-C yang merupakan hal baru bagi Apple. Sebagai standar yang diakui secara universal, USB-C memungkinkan pengisian daya, penyelarasan data, serta pemutaran audio dan video. Kabel dan adaptor daya yang dapat digunakan ini banyak tersedia dari Apple dan produsen lain.

Baik iPhone 15 dan iPhone 15 Plus telah disematkan fitur Dynamic Island dan kamera

utama 48 MP dengan sensor quad-pixel dan 100% Focus Pixels yang dilengkapi 24MP *default* untuk foto beresolusi super tinggi. Metmalovers dapat melakukan 2x perbesaran untuk foto dengan telefoto dengan kualitas optik.

Fitur fotografi terbaru lainnya adalah mode portrait baru. Oh ya Metmalovers, iPhone 15 reguler dan 15 Plus tersedia dalam tiga pilihan kapasitas yaitu 128GB, 256GB, dan 512GB.

Beralih ke varian pro, iPhone 15 Pro dan iPhone 15 Pro Max. Kedua model ini didukung *chip* A17 Pro yang menawarkan performa unggulan. iPhone 15 Pro dilengkapi kamera utama 48MP yang kini mendukung *super high resolution* 24MP. Selain itu, terdapat kamera telefoto 5 kali yang secara eksklusif di iPhone 15 Pro Max.

iPhone 15 Pro dan Pro Max juga tersedia dalam ukuran 1TB. So Metmalovers mau pilih yang mana?

*Koleksi *gadget* Apple bisa diperoleh di iBox dan tenant lainnya di MetMall Bekasi, Lantai 1 dan Lantai 3

HAND BAG
RP 1.299.000
 HUSH PUPPIES
 LANTAI DASAR



SLING BAG
RP 299.000
 BERRYBENKA,
 LANTAI DASAR



FLAT SHOES
RP 1.599.000
 HUSH PUPPIES,
 LANTAI DASAR



SANDAL WANITA
RP 229.000
 BERRYBENKA,
 LANTAI DASAR



SNEAKERS
RP 1.999.000
 HUSH PUPPIES,
 LANTAI DASAR



SANDAL WANITA
RP 229.000
 BERRYBENKA,
 LANTAI DASAR



Futuristik!

Metmalovers, tahukah kamu bahwa pada awal tahun 2000-an, dunia mode mengalami transformasi yang signifikan. Era Y2K (Year 2000) adalah dekade yang dipenuhi dengan *trend* mode unik. Salah satunya adalah futuristik, yang kini kembali populer dan meramaikan dunia *fashion*.

Gaya berbusana futuristik kerap dianalogikan dengan siluet serba minimalis

yang juga aerodinamis. Salah satu ciri khas dari Y2K adalah nuansa pop millenium dengan warna *silver* atau *gold* yang mengkilap. Bicara tentang tas dan sepatu, desain futuristik juga kerap mengadaptasi bentuk geometris kotak yang merupakan bentuk ikonik futuristik. Mau tahu beberapa koleksi futuristik *tenant* MetMall Bekasi? Simak referensi kita *yups*...

Sparkle

Sepatu dan tas bernuansa futuristik identik dengan beberapa ciri khasnya. Warna *silver* dan *gold*, efek *sparkle*, hingga bentuk tas yg geometris atau bergelombang. Cek koleksinya *yuks*...

* Harga dapat berubah tanpa pemberitahuan terlebih dahulu



POUND FIT

Stik dan Musik

Metmalovers, akhir-akhir ini pasti sering melihat sekelompok orang melakukan gerakan layaknya bermain drum menggunakan stik, tapi mereka mengikuti alunan musik yang menyertai. Ups, mereka bukan akan menabuh drum gaesss, inilah olahraga pound fit.

Pound fit adalah olahraga kardio yang dilakukan dengan gerakan layaknya bermain drum menggunakan stik dengan durasi kurang

lebih selama 45 menit. Belakangan, olahraga ini menjadi favorit karena mampu membakar hingga 900 kalori.

Nah, sebelum Metmalovers memainkan stik sembari mengikuti musik, yuk baca sekilas info yang kami rangkum tentang 4 gerakan dasar yang perlu dikuasai untuk memulai pound fit.

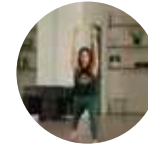
1. Set

Merupakan gerakan dasar yang terdiri dari beberapa variasi *squat*. Untuk mencobanya, lebarkan kedua kaki, lalu pastikan punggung tetap tegak dan bahu rileks. Setelah itu, tekuk lutut sedikit hingga menyerupai gerakan *deep squat* sambil menggenggam stik drum di kedua tangan.



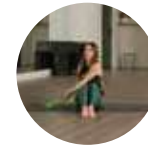
2. Lunge

Posisi ini dilakukan dengan merentangkan kaki kiri ke belakang. Kemudian, tekuk lutut kaki kanan kamu dan turunkan badan secara perlahan. Pastikan berat badan Metmalovers bertumpu pada tumit kaki bagian depan.



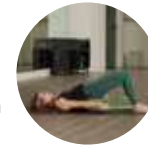
3. Kit

Posisi kit dimulai dengan duduk di atas matras dengan punggung yang tegak. Selanjutnya, rentangkan kedua tangan kedepan dan tekuk kedua kaki selama beberapa detik sambil mengatur napas. Setelah itu, luruskan kembali kaki, tapi dorong tubuh kamu perlahan ke belakang. Luruskan tangan ke depan untuk tetap menjaga keseimbangan.



4. Thigh and asset (T&A)

Gerakan ini dilakukan dengan posisi berbaring terlentang di atas matras dengan pandangan menghadap arah langit-langit. Kemudian, tekuk lutut kamu dan angkat pinggul secara perlahan menyerupai gerakan yoga *bridge pose*. Letakan kedua tangan di samping tahan selama beberapa detik sambil mengatur napas.



Langkah selanjutnya tinggal ikutan pound fit nih. Ayo kamu mau mulai kapan?



Rp 450.000
Sport shirt



Rp 550.000
Sport long pants



Rp 900.000
Sepatu



Rp 299.000
Backpack

Bisa diperoleh di Sport Station, Lantai 1

*Harga dapat berubah tanpa pemberitahuan lebih dahulu



THE GARFIELD MOVIE

Petualangan Dunia Luar

Bersiaplah menonton aksi terbaru si kucing lucu Garfield. Sebagai pembuka film, diceritakan awal mula pertemuan Garfield dan pemiliknya Jon Arbuckle.

Garfield kecil yang kelaparan saat hujan menghampiri Jon yang kesepian menghabiskan pizza pesanannya di restoran. Dari sepotong pizza kisah kebersamaan mereka dimulai. Garfield dibawa Jon pulang ke rumah dan berteman dengan Odie, anjing peliharaan Jon.

Suatu hari, tak diduga Garfield bertemu

ayah kandungnya, Vin. Selain corak bulu yang sama, keduanya juga hobi makan Metmalovers!

Vin lantas mengajak Garfield dan Odie untuk berpetualang menjelajahi dunia luar, jauh dari kenyamanan rumah. Penasaran? Nonton yuk di XXI MetMall Bekasi Lantai 2.

Produser: Sony Pictures Entertainment

Sutradara: Mark Dindal

Pengisi Suara: Nicholas, Ving Rhames, Cecily Strong, Bowen dan Samuel L. Jackson



MADAME WEB

Pahlawan Wanita Misterius

Siapa diantara Metmalovers yang sudah mengenal sosok Madame Web? Madame Web merupakan kisah *spin-off* dari Spider-Man.

Madame Web bercerita tentang Cassandra Webb. Suatu hari, Cassandra berhasil selamat dari kecelakaan yang sangat fatal. Ternyata tak hanya selamat, kini ia memiliki kekuatan mampu meramal dan melihat masa depan.

Kekuatan barunya ini membawa Cassandra pada sebuah misi untuk menyelamatkan tiga wanita penting, dari pembunuhan yang akan dilakukan Ezekiel Sims, musuh utama Madame

Web, yang tak lain adalah sosok yang biasa disebut Spider-Man Last Stand. Duh, penasaran siapa tiga wanita penting yang diselamatkan ya? Nonton selengkapnya di XXI MetMall Bekasi, Lantai 2 ya...

Produksi: Marvel

Sutradara: S.J. Clarkson

Pemain: Dakota Johnson, Sydney Sweeney, Isabela Merced, Emma Roberts, Celeste O'Connor, dan Adam Scott



HIDANGAN SUSHI

Sushi Favorit

Akhir-akhir ini panganan sushi kembali naik pamor. Di salah satu platform media sosial bahkan sering berseliweran program *all you can eat* (AYCE) makanan khas Jepang ini.

Bicara sushi, tak jauh dari kata wasabi ya *gaesss...* Tahukah Metmalovers bahwa wasabi mengandung antioksidan seperti isothiocyanates. Rasanya yang tajam dan berbau ini menandakan adanya kandungan antikanker yang bermanfaat. Dimakan

bersama sushi rasanya makin otentik Metmalovers.

Oh ya, umumnya saat ini di restoran sushi juga tersedia beragam menu lainnya. Mulai dari Robatayaki, Surimi, dan Oden. Bahkan adapula Salmon Skin Original. Mana yang favorit kamu nih Metmalovers? Sstt... Ada semua lho di restoran Sushi di MetMall Bekasi. Cek halaman sebelah *yups...*



Fresh dan Berkualitas

Craving for sushi? Yuk ke Shigeru, Lantai 2 MetMall Bekasi. Saat memasuki restoran, kamu langsung disambut *display* beragam menu sushi yang disajikan begitu menarik. Mulai dari Sushi, Sashimi, Bento, Donburi, Katsu, Tempura, Odeng, Salmon Skin (rasa Original dan Spicy).

Metmalovers harus cicipi menu *best seller* Shigeru ya, mulai dari Silky dan Puding aneka

rasa, All About Salmon, dan Salmon Platter. Untuk si buah hati, Shigeru juga menyediakan *cooking class* untuk anak-anak lho...

Untuk memuaskan pelanggan, Shigeru selalu menggunakan bahan yang *fresh* dan berkualitas. Harganya bersahabat nih, bahkan sedang ada promo bank BRI, Permata, dan Mega lho Metmalovers.



Rp 49.000
Fresh Salmon Nigiri Set



Rp 72.000
Salmon Sashimi



Surganya Pernak-pernik

Metmalovers, pernahkah kamu membayangkan berada di sebuah tempat yang dipenuhi aksesoris dan pernak-pernik, imut berwarna-warni favorit kamu? Yess, inilah gambaran ketika kamu memasuki outlet Stroberi, MetMall Bekasi Lantai 3.

Stroberi bisa jadi salah satu toko andalan Metmalovers para remaja hingga dewasa saat mencari aksesoris, pernak-pernik, hingga kelengkapan kebutuhan sehari-hari dengan harga bersahabat. Tak hanya hadir dengan model dan warna yang menggemaskan, koleksi barang Stroberi juga multiguna lho *sist!*



* Harga dapat berubah tanpa pemberitahuan terlebih dahulu



Memanjakan Mobil

Beroperasi sejak tahun 2008, Autoglaze memberikan solusi bagi Metmalovers melakukan perawatan mobil. Pada 2016, Autoglaze menciptakan inovasi Autoglaze Express sebagai salon mobil di tengah pusat perbelanjaan, dengan layanan berkualitas yang dikerjakan secara profesional dan didukung penggunaan bahan-bahan terbaik di setiap pengerjaannya.

Autoglaze Express menawarkan berbagai macam layanan diantaranya Car Grooming, Window Coating, Interior Cleaning, dan lainnya. Autoglaze juga menawarkan program Membership Platinum 1 tahun dengan harga Rp 1,8 juta per mobil. Keuntungannya banyak dan sangat menarik Metmalovers, salah satunya mendapatkan

pelayanan Car Grooming dengan harga Rp150.000 (non member Rp 600.000). Selain itu ada juga *free treatment* ketika kedatangan pertama atau ketika berulang tahun, diskon sampai 50% di tanggal tertentu, khusus untuk *membership*, dan masih banyak lagi!

For info Metmalovers, Car Grooming merupakan layanan membersihkan mobil dari noda *water spots* atau jamur. Terdiri dari poles mobil, wax, vakum, semir ban dan *window cleaning* (menghilangkan jamur di kaca).

Jadi, tunggu apa lagi? Daftar *membership*nya dan rasakan sendiri keuntungannya. *Drive it clean and healthy!*



Rp 795.000
Long coat
Rp 245.000
T-shirt
Rp 395.000
Jeans kulot



Rp 495.000
Blouse
Rp 395.000
Mini skirt



Tampil Memukau

Ladies, kamu sedang mencari busana yang kece dan berkelas? Yuk mampir ke Mississippi, MetMall Bekasi Lantai Dasar. Semua koleksi ini hadir dengan kualitas premium dan desain berkelas, siap membuat kamu tampil memukau di berbagai acara. Desain yang *up to date* dan kenyamanan maksimal juga menjadi prioritas Mississippi lho... Tunggu apalagi Metmalovers, ayo segera ke Mississippi.



Rp 845.000
Dress
Rp 345.000
T-shirt
Rp 445.000
Long skirt



* Harga dapat berubah tanpa pemberitahuan terlebih dahulu



Rp 349.000
Blazer



Rp 399.000
Sling bag

Andalan Kaum Hawa

Koleksi baju mulai menipis? Cuss ke Berrybenka! Berrybenka menyediakan berbagai trend pakaian, tas, sepatu, dan aksesoris terkini dengan harga yang terjangkau. Andalan para kaum hawa nih... Menghadirkan busana dengan beragam model yang *up to date*, Berrybenka siap menjadi rekan kamu setiap saat. Mulai dari busana sehari-hari santai, bekerja ke kantor, *hangout*, atau pesta. Sstt, diskon menarik selalu menanti lho!



Rp 399.000
5: Hand bag



Rp 369.000
Long dress



* Harga dapat berubah tanpa pemberitahuan terlebih dahulu



SEHAT DI MUSIM PANCAROBRA

Tetap Fit dan Aktif!

Beberapa bulan terakhir kita dipapar oleh cuaca kemarau yang cukup panjang. Kondisi ini sempat menimbulkan kondisi kekurangan air hingga beberapa petani gagal panen.

Seiring berjalannya waktu, kini kita mulai memasuki musim penghujan Metmalovers.

Perubahan cuaca ini seringkali membuat tubuh menjadi kurang fit. Akibatnya kita lebih mudah terpapar penyakit, mulai dari demam, batuk, pilek, hingga masalah pencernaan. Agar bisa tetap aktif beraktivitas, yuk lakukan pencegahan berikut ini.



1. Konsumsi Makanan Sehat

Saat cuaca ekstrem penting mengonsumsi banyak buah dan sayur. Antioksidan yang terkandung di dalamnya bisa membantu imun tubuh melawan zat berbahaya sehingga kamu terhindar dari penyakit. Protein seperti ayam dan ikan juga sangat bermanfaat untuk mendorong kinerja sistem imun ya Metmalovers.

2. Rutin Berolahraga

Olahraga bisa mengurangi risiko terjangkit penyakit dan memperkuat tulang dan otot. Saat cuaca ekstrem, memperhatikan waktu berolahraga sangat penting. Hindari berolahraga di luar ruangan di siang hari saat terik matahari.

3. Cukup Minum Air Putih

Di cuaca apapun, kamu harus mengonsumsi air dalam jumlah cukup. Jumlah total air yang harus seseorang konsumsi bisa bervariasi tergantung umur, jenis kelamin, dan apakah

seseorang sedang hamil atau menyusui. Umumnya, ahli kesehatan menyarankan minimal 6-8 gelas air tiap harinya.

4. Tidur Cukup

Tidur yang cukup tidak hanya tentang waktu, tetapi juga kualitas tidur itu sendiri. Sebaiknya, kamu menetapkan jadwal tidur yang konsisten. Hindari distraksi seperti menonton televisi atau bermain ponsel sebelum tidur agar tidurmu nyenyak dan tidak terganggu.

5. Konsumsi Vitamin

Saatnya memperkuat kekebalan tubuh dengan mengonsumsi vitamin atau suplemen. Beberapa vitamin yang sangat penting dikonsumsi adalah vitamin A, vitamin D, vitamin C, vitamin E dan rangkaian vitamin B yakni B6, B9, dan B12. Butuh vitamin? Metmalovers bisa mencarinya di Century, Guardian, atau Watson MetMall Bekasi Lantai Dasar ya....



TREND WARNA RAMBUT 2024

Pastel atau Bold?

Tahun 2024 ingin penampilan baru? Coba memberi warna baru pada rambut yuk Metmalovers...

Rambut memang bagian yang paling diperhatikan dari penampilan seseorang. So, jika kamu berencana untuk mencoba warna baru, yuk pilih dari beberapa warna cat rambut

berikut ini yang diprediksi bakal jadi trend warna di 2024. Dari warna pastel hingga yang *bold* ada di sini lho...

1. Chestnut Brown

Warna rambut ini sebenarnya tergolong coklat yang klasik, namun, kesan yang

muncul saat orang memakai warna rambut ini adalah mahal dan mewah. Ada sedikit rona emas daripada warna coklat biasa yang membuatnya menarik. Kamu bisa menerapkan warna rambut Chestnut Brown dengan *balayage* supaya makin memesona.

2. Warmer Blonde

Warna tren 2024 berikutnya yang diprediksi bakal melejit pada tahun depan adalah Warmer Blonde. Warna *blonde* yang lebih hangat dengan nuansa kuning atau perak akan terlihat sangat alami dan segar.

3. Warna Pastel

Warna rambut pastel seperti ungu, pink, atau biru muda akan terlihat cantik pada rambut yang terang atau pirang dan warna ini akan menjadi pilihan yang populer di tahun 2024. Ini adalah cara yang baik untuk menambahkan sedikit warna dan keceriaan ke gaya rambut kamu.

4. Warna-warna Bold

Contoh warna tren 2024 yang termasuk dalam kategori *bold*, antara lain biru, ungu, dan warna neon. Agar terlihat lebih menarik, Metmalovers bisa mengaplikasikan warna-warna berani tersebut dengan berbagai teknik pewarnaan, misalnya *highlight* atau *melt*.

For info ya Metmalovers, *melt* merupakan inspirasi teknik cat rambut yang memadukan lebih dari satu warna, yakni warna rambut aslimu pada akar dan batang rambut atas, biru tua di tengahnya, dan biru muda menyala pada bagian bawah.

Nah itu tadi beberapa pilihan warna yang bakal trend di 2024 Metmalovers. Kamu pilih yang mana?



Rp 173.500
Liese
Berry Pink



Rp 179.000
Misle En Scene
Primer
Hello Bleach



Rp 179.000
Misle En Scene
Violet
Hello Bubble

Produk dapat diperoleh di Guardian, Lantai Dasar

* Harga dapat berubah tanpa pemberitahuan terlebih dahulu

Richeese Factory



Sulit rasanya menolak godaan potongan ayam goreng berbumbu dibalur saus barbeque yang disajikan dengan saus keju lezat. Yess, Fire Chicken, hidangan khas Richeese Factory kini bisa kamu nikmati di MetMall Bekasi, Lantai 2.

Disajikan dengan pilihan pedas level 0 sampai dengan 5, menu yang satu ini siap menggoyang lidah kamu. Ada beragam menu lainnya juga lho, yuk langsung ke sana.



Sweet Bubble

Sedang ingin yang manis dan segar? Ke Bube Bubble & Ice Cream MetMall Bekasi yuk Metmalovers.

Minuman kekinian dengan topping boba atau jelly ini disajikan dalam menu yang sangat beragam. Mulai dari Kopi, Coklat hingga pilihan segar seperti Lemon Lime dan Lychee Tea. Adapula makanan ringan seperti French Fries dan Chicken Fingers ya...

Skin+ Slim+

Good news untuk Metmalovers yang mencari rekomendasi tempat perawatan kulit dan tubuh dalam 1 tempat. Skin+ Slim+ hadir di MetMall Bekasi. Didukung tenaga profesional dan berkompeten di bidangnya, Skin+ Slim+ siap memberi perawatan kulit, wajah dan tubuh yang komprehensif, efektif, dan terjangkau. Dapatkan penawaran terbaik di kunjungan pertama Anda yaaa...



Cireng Corner



Berita gembira untuk Metmalovers penggemar cireng! Cireng Corner hadir di MetMall Bekasi gaesss...

Cireng yang renyah di luar dan lembut di dalam ini disajikan dalam berbagai rasa Metmalovers. Sebut saja mulai dari Cireng Balado, Cireng BBQ, Cireng Keju, Cireng Jagung Bakar, Cilor, Kentang Goreng, dan Chicken Pop. Kamu pilih yang mana?



Mads

Mads, merupakan Factory Outlet yang cocok banget untuk Metmalovers gen-Z. Koleksi yang dihadirkan mulai dari *sweater*, *hoodie*, *topi*, *T-shirt*, beragam model celana, *dress*, atau *blouse* untuk pria dan wanita ya... Sstt, diskonnya super membahagiakan nih!

Wingstop

Hidangan ayam cepat saji rasanya tak pernah sesegar ini. *Yups*, di Wingstop hidangan. Saat ini, Wingstop menawarkan 9 pilihan rasa, contohnya Garlic Parmesan, Louisiana Rub, Lemon Pepper, Hickory-Smoked BBQ, dan lainnya. Wingstop juaranya rasa!





Xtra Ordinary!

Happy birthday MetMall Bekasi! Yess, tahun ini mall kesayangan masyarakat Bekasi dan sekitarnya ini genap menginjak usia 30 tahun. Untuk merayakannya, mengangkat tema Extra Ordinary Metropolitan Mall Bekasi, MetMall Bekasi menggelar Late Night Sale hingga 70% serta penampilan spesial dari Mahalini Raharja pada 16 Desember 2023.

Tampil cantik dengan busana bernuansa hijau, Mahalini membawakan lagu-lagu andalannya, seperti Sial, Sisa Rasa, Bohongi Hati, Melawan Restu dan lainnya. Euphoria kemeriahan dan kehebohan acara begitu

terasa saat ratusan pengunjung MetMall Bekasi ikut bernyanyi bersama.

Late Night Sale up to 70% ini didukung oleh seluruh *tenant* MetMall Bekasi dimulai pukul 20.00–23.00. Pengunjung setia berkesempatan menjadi *top spender* untuk mendapatkan hadiah langsung 1 unit sepeda listrik Viar C3X.

Rangkaian acara juga akan dilanjutkan dengan pemberian penghargaan kepada *tenant-tenant* yang telah bergabung dengan MetMall Bekasi selama 30 tahun serta pemberian penghargaan kepada karyawan *tenant* yang sudah bekerja di



MetMall Bekasi selama 30 tahun. Seremoni ditutup dengan agenda *balon drop* yang membagikan *voucher* diskon belanja untuk pelanggan yang beruntung mendapat balon.

Memasuki usia 3 dekade, MetMall Bekasi tetap memberikan yang terbaik kepada pengunjung setianya. Perjalanan panjang telah dilalui oleh MetMall Bekasi sebagai *one stop shopping mall* pertama dan favorit keluarga di Kota Bekasi. Kelengkapan

tenant yang dapat memenuhi kebutuhan masyarakat menjadi salah satu strategi MetMall Bekasi tetap eksis selama 30 tahun ini. “Memasuki usia tiga dekade Metmall Bekasi tetap menjadi mal favorit keluarga di Bekasi, dengan jumlah pengunjung yang tetap stabil,” tutur Santoso, Direktur PT Metropolitan Land Tbk Santoso. Terima kasih untuk semua Metmalovers yang telah menjadi pelanggan setia dan menemani perjalanan kami selama ini yaaa.

DATA TENANT METROPOLITAN MALL BEKASI

ACCESSORIES & GIFT			ENTERTAINMENT			FOOD & BEVERAGE			HOUSE HOLD, ELECTRONIC & HEALTHY			KIDS FASHION & TOYS			SUPERMARKET					
Brun-Brun Paris	Lt.1	11	Beyond Fitness	Lt.3	23-25 II	A&W	Lt.2	37	ACE Hardware	Lt.Dasar	12 II	A&Q ACC	Lt.3	28 II	Superindo	Lt.Dasar	23B			
Cherry	Lt.3	18-19 II	Cinema XXI	Lt.2	42	A&W	Lt.3	30	Advance	Lt.2	06 II	Baby's Smile	Lt.3	26						
Cindy Gift Shop	Lt.1	01	Fun World	Lt.3	33-33A	Auntie Anne's	Lt.Dasar	IU	Electronic City	Lt.1	08 II	Cool Kids	Lt.2	11						
Loly Poly	Lt.1	07 II	Kidzilla	Lt.3	13 II	Bakmi GM	Lt.2	15A II	Informa Furnishings	Lt.1 & Lt.2	10II & 15II	Figure Land	Lt.3-IU II							
Stroberi	Lt.3	20 II	Princess Syahrini-Karaoke	Lt.5		Bakso Lapangan Tembak	Lt.3	25	OB Fit	Lt.1	29-30 II	Baby Wish	Lt.1	02						
Swiss Silver	Lt.Basement	14				Baskin Robbins	Lt.D	IU				Kidz Station	Lt.1	25-26 II						
Twin Star	Lt.3 - IU					BMK	Lt.2	26-30				Osh Kosh B' Gosh	Lt.Dasar	33						
			FACILITY			Bube	Lt.3	IU												
			Galeri PMI			Chatime	Lt.Dasar	Lt.D-IU												
			(Unit Donor Darah)	Lt.3	19	Cireng Corner	Lt.3	IU												
			Kantin Karyawan	Lt.3		Dear Butter	Lt.Dasar	08 II												
			Mushalla	Lt. 3	Bsm	Doner Kebab	Lt. 2	01-02												
			Nursery Room	Lt.3		Dunkin Donuts	Lt.Dasar	02-03												
						Dcost Seafood	Lt.2	38												
			FASHION			Daily Fresh	Lt.2	IV II												
			Arnold Palmer	Lt.1	128 II	Es Teler 77	Lt.2	17-18												
			Batik Keris	Lt.2	13 II	Es Teh Indonesia	Lt.3	07 II												
			Berrybenka	Lt.Dasar	53	Fore Coffee	Lt.Dasar	14 II												
			Celcius	Lt.Dasar	06 II	Gokana Ramen & Teppan	Lt.3	14 II												
			Colorbox	Lt.Dasar	42	Hanamasa	Lt.3	32												
			Crocodile	Lt.1	19	Hokkaido Baked Cheese Tart	Lt. Dasar	25 A												
			Emba	Lt.1	17	Hokben	Lt.2	35												
			Eprise	Lt. Dasar	01	Hop-Hop Bubble Drink	Lt.2	36 A												
			Factor	Lt. 1	36 II	Hop-Hop Bubble Drink	Lt.Dasar	IU II												
			Gaudi	Lt.1	34-35	Ichiban Sushi	Lt.3	15B II												
			Giordano	Lt.Dasar	17A II	J.Co Donuts & Coffee	Lt.Dasar	21-22												
			Gino Mariani	Lt.Dasar	17	KOI The	Lt.1	IU												
			Hammer	Lt.Dasar	10-11	King Guava	Lt.2	IU												
			Hardware	Lt.2	12A-14	King Guava	Lt.Basement													
			House of Rider	Lt.Basement	BS01	Kopi Kenangan	Lt. 2	16 II												
			Hush Puppies Apparel	Lt.1	13-15 II	KFC	Lt.Dasar	23A												
			Isla	Lt.1	32-33	KSomsa	Lt.3	IU												
			JOBb	Lt.Dasar	34	La Crepes & Juice	Lt. Dasar	25 B												
			Jack Nicklaus	Lt.Dasar	20	Mako Cake & Bakery	Lt.Dasar	28-29												
			Lea Jeans	Lt.Dasar	18	Mixue	Lt. 2	19												
			Levi's	Lt.Dasar	15-16	Momoiro	Lt. Dasar	IU												
			Logo	Lt.Dasar	49	Mokka Coffee Cabana	Lt. Dasar	25 - II												
			Luludi	Lt.1	06A	Nao Kao	Lt.Basement	IU												
			Mads	Lt.1	24-25	Pan and Flip	Lt.2	40												
			M.O.C	Lt.1	42	Papabunz	Lt.2	32 A II												
			M2	Lt.Dasar	07	Raa Cha	Lt.2	32-33 A												
			Minimal	Lt.Dasar	24B II	Ramen and Sushi Box by Takon	Lt.2	35 I												
			Minoshe	Lt.1	20-21 II	Ramen Ya	Lt.Dasar	11 A I												
			Mississippi	Lt.Dasar	03-05 II	Ramen I	Lt.2	33												
			Nathalie & Flyman	Lt.3	29	Re.juve	Lt.Dasar	10-3A II												
			Oregano	Lt.1	06 II	Richeese Factory	Lt.1	09 II												
			Pojok Busana	Lt.Dasar	46	Shihlin	Lt.2	03												
			Poshboy	Lt.1	18	Shigeru	Lt.2	16												
			PS	Lt.Dasar	08-09	Solaria	Lt.3	15A II												
			Ranti	Lt.1	22-23	Starbucks	Lt.Dasar	52												
			Sox Galeri	Lt.1	05 II	Steak 21	Lt.2	36												
			The Executive	Lt.Dasar	04-06	Sushi Go	Lt.2	39												
			Tulip	Lt.2	12	Ta Wan Restaurant	Lt.2	01-03 II												
			Valino	Lt.Dasar	40-41	Tous les Jours	Lt.Dasar	50												
			Watchout	Lt.1	20-21	Teh Poci	Lt.Basement	IU												
			Wacoal	Lt.1	01 II	Takoyaki Takomaru	Lt.3	IU-II												
			Wrangler	Lt.1	29-31	Wingstop	Lt.2	07-08												
			X8	Lt.1	12-13	Yogen Fruz	Lt.Dasar	IU												
									HP, GADGET & COMPUTER						METLAND GALLERY					
									ABS Cell			Lt.2	17	Metland Gallery			Lt.3	31		
									Absolut Cell			Lt.2	24 II				PHOTOS, MUSIC & HOBBIES			
									Asia Cell			Lt.2	29B II	Zona Digital			Lt.2	34 II		
									Awensindo Cell			Lt.2	09A II	Magic Photo			Lt.3	IV		
									Connect Cell			Lt.2	12 II							
									Digiplus			Lt.1	33-34 II							
									Dunia Cell			Lt.2	22 II							
									Erafone			Lt.2	30 II							
									Erafone Megastore			Lt.3	3-9							
									Fonel			Lt.2	33							
									IBox			Lt.2	05							
									Metro Cell			Lt.2	32 II							
									Mitra Ponselino			Lt.2	21 II							
									Oppo Store			Lt.2	10 A II							
									Rappang Store			Lt.2	227A II,							
													228 II,							
													229A II,							
													22-23 II							
									Samsung by											
									Sentra Ponsel			Lt.2	18-19 II							
									Star Cell			Lt.2	25 II							
									Samsung			Lt. Dasar	13 II							
									Vyatta			Lt. 2	20 II							
									JEWELLERY, WATCHES & OPTIC											
									Berlian Arloji			Lt.Dasar	39							
									Citra Arloji			Lt.1	08							
									Dr. Specs			Lt.1	109-110							
									Gold Mart			Lt.Dasar	19 II							
									Mulia Jewellery			Lt.1	07							
									Olivia Jewellery			Lt.1	04							
									Optik Melawai Gallery			Lt.Dasar	12-14							
									Optik Seis			Lt.Dasar	35							
									Surya Arloji			Lt.1	43							
									Swatch			Lt.1	05							
									Time Square			Lt.1-IU								
									Toko Mas Glory			Lt.1	22-24 II							
									Toko Mas Internasional			Lt.1	40-41							
									Unitime			Lt.1-IU								
									Watch Link			Lt.Dasar	18 II							

Metland
menteng

DP 5%* *Special*
PROMO
FREE AJB, BPHTB, KPR*

Grand
JURA 88

COSTARIA



 **0877 6888 0090**

www.metlandmenteng.co.id



Metland
Coloring Life

*Terms & Condition Applied