MEDITOPIA

Meditopia

Motivação, saúde e bem-estar com o poder da atenção plena e da meditação.

Meditopia oferece mais do que apenas uma solução de curto prazo para adormecer e desestressar; oferecemos a cada membro programas de mergulho profundo que, independentemente da idade, formação ou experiência, estão lidando todos os dias.

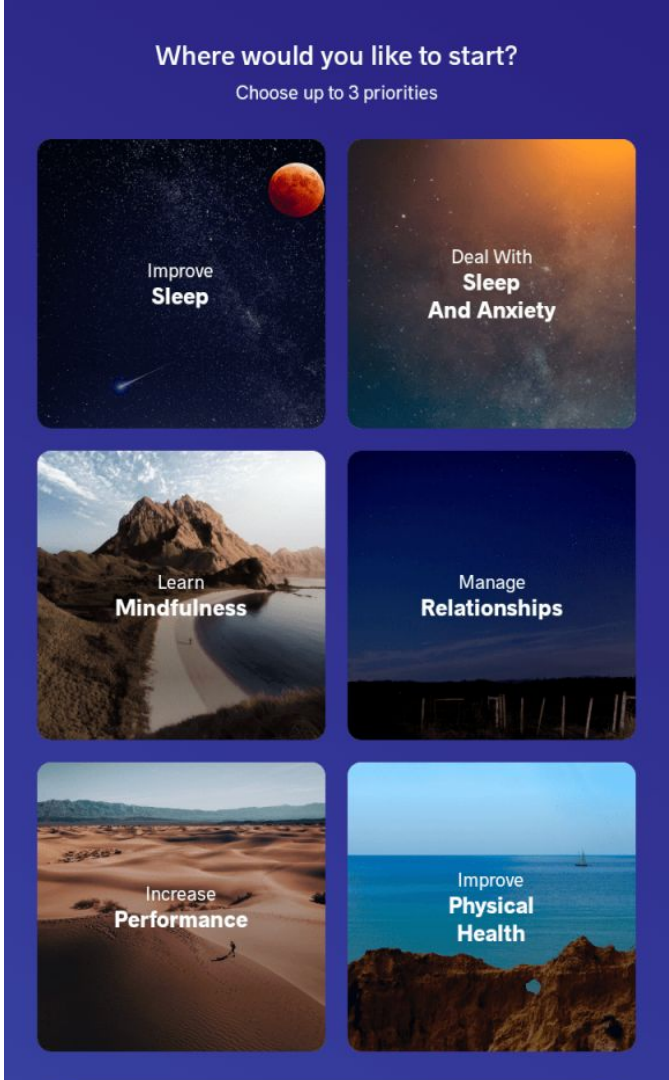
Receba doses diárias de motivação e inspiração; Comece o dia mais animado e motivado com nossas frases e mensagens e programas para você aprender e criar o hábito de meditar

Comece agora, com milhares de meditações para iniciantes a especialistas, sobre diversos temas como:

- Motivação
- Foco
- Ansiedade e Estresse
- Emoções desafiadoras
- Relacionamentos e compaixão
- Ter uma boa noite de sono

#1 Mental Coach App
App Store
2018

Best App to Relax and Meditate
App Store



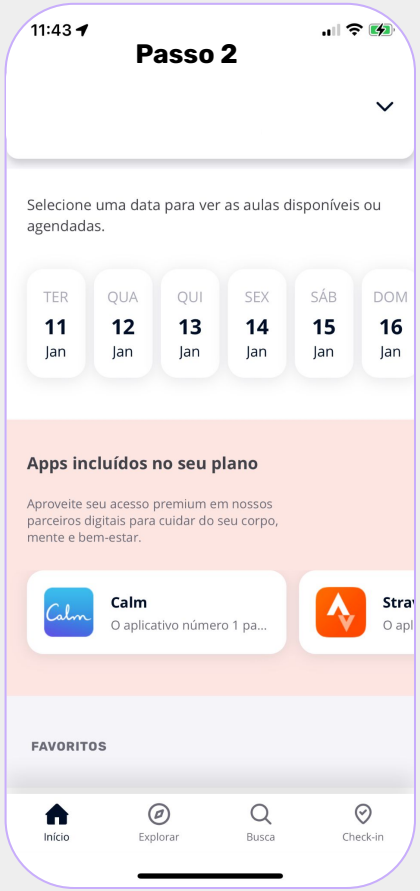
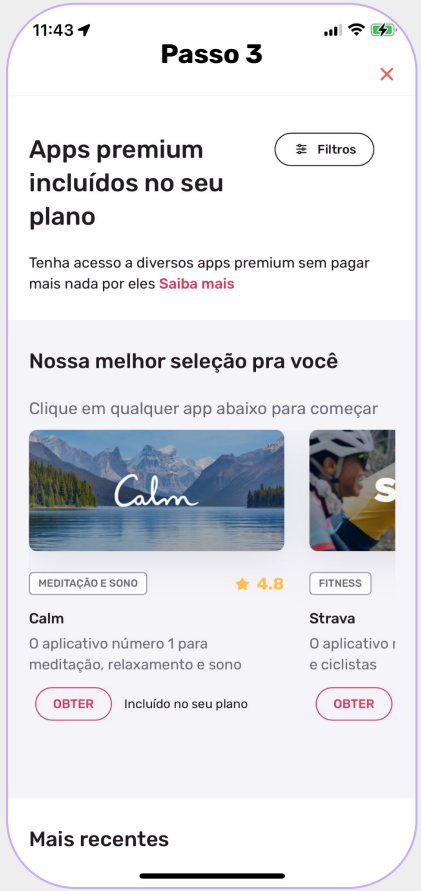
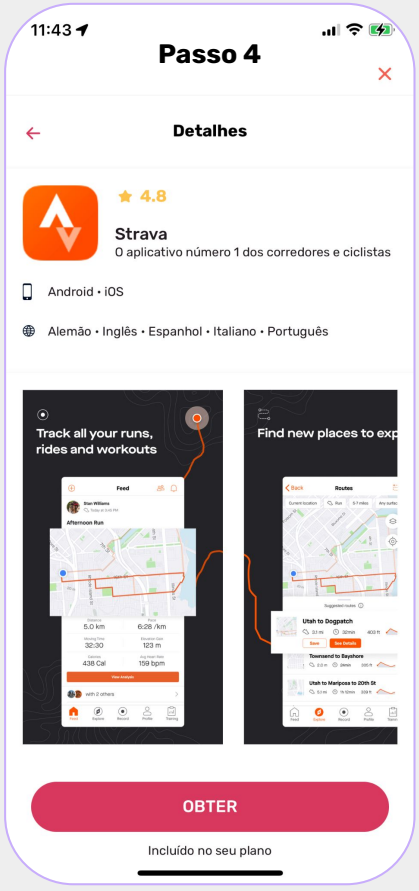
Meditopia for Work

Voltada para os departamentos de RH, a Meditopia visa melhorar o bem-estar mental dos funcionários por meio de práticas de mindfulness e meditação a qualquer hora, em qualquer lugar.

Vantagens:

- Oferecer Meditopia for Work fortalece a marca do empregador para possíveis funcionários. 85% dos funcionários acham que os benefícios de saúde mental são importantes ao avaliar um novo emprego.
- Meditopia é uma solução preventiva e não reativa que visa que todos os indivíduos adotem a atenção plena em seu estilo de vida, em vez de se concentrar apenas em indivíduos que estão atualmente lutando com um problema de saúde mental.
- Um programa de mindfulness no trabalho melhora os dias de folga atribuídos à saúde mental, relacionamentos e trabalho em equipe, felicidade e satisfação emocional, capacidade de relaxar e se concentrar, além dos padrões de sono dos funcionários.

Meditopia Experience

1. Clique no botão OBTER para ser redirecionado para a página de registro do nosso parceiro.
2. Adicione seu e-mail, nome e crie uma senha para configurar sua conta.
3. Baixe o aplicativo e clique em “Continuar com e-mail” para fazer login com as credenciais que você acabou de criar

- Selecione a opção “Apps sem custo extra”.
- Uma vez selecionado, temos acesso a todos os apps que estão disponíveis para download gratuito em seu plano, basta seguir o passo a passo e utilizar.