

# SERENITY

X

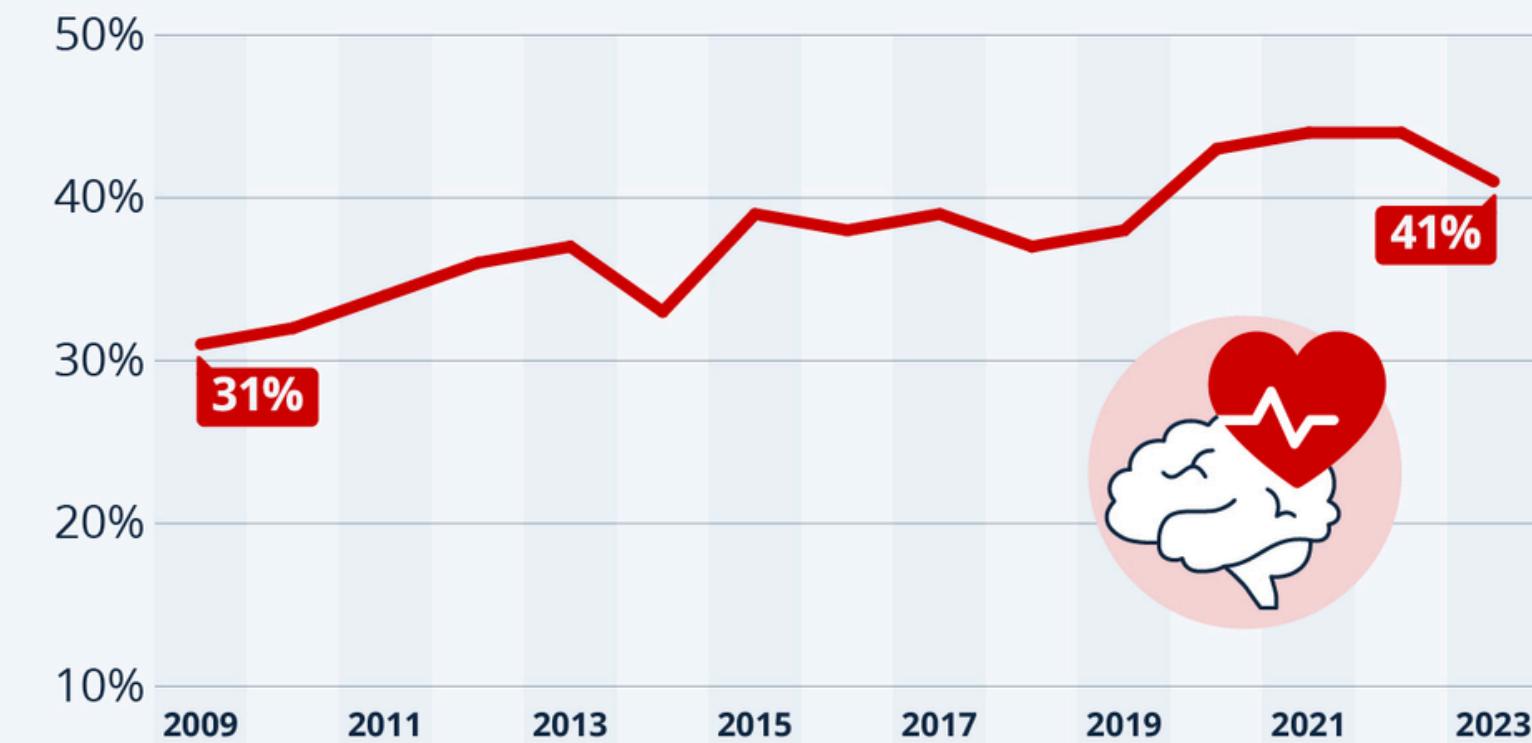


# OBJETIVO

Aplicación diseñada para ayudar a las personas a gestionar el estrés, la ansiedad y mejorar la calidad del sueño mediante técnicas de meditación y respiración guiada.

## La evolución del estrés laboral en el mundo

Porcentaje de empleados que aseguran haber experimentado mucho estrés el día anterior



Basado en encuestas a al menos 1.000 empleados por país y año en más de 160 países.  
Fuente: Gallup

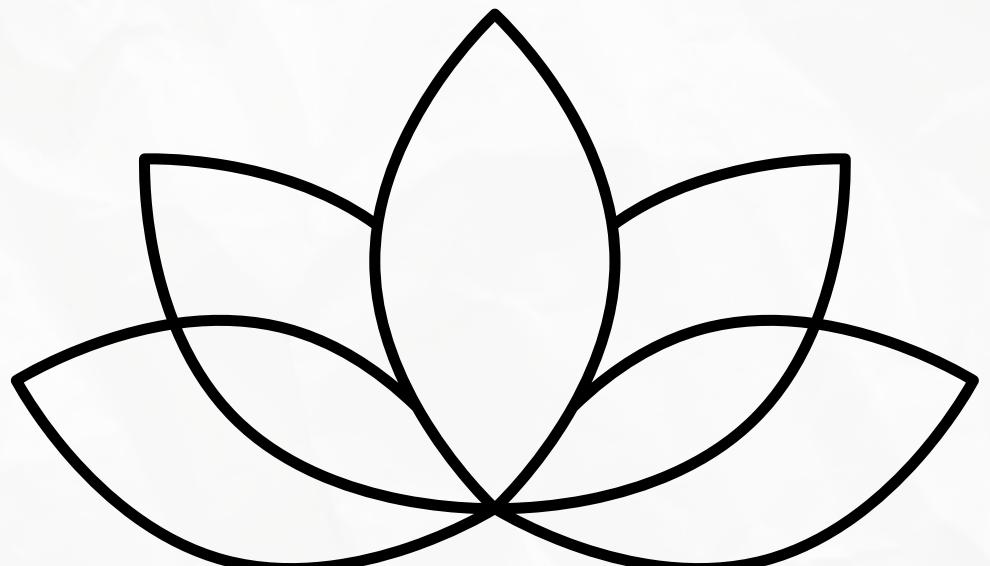


# SOLUCIÓN

Aplicación de meditación diseñada para ayudar a jóvenes, adultos a reducir el estrés, la ansiedad y mejorar su bienestar emocional, a través de:

- Meditaciones guiadas personalizadas para diferentes estados de ánimo.
- Audios relajantes y música ambiental para fomentar la calma.
- Temporizadores y recordatorios para crear hábitos de autocuidado.
- Interfaz intuitiva y amigable , diseñada para una experiencia relajante.

Una herramienta de práctica digital, accesible para mejorar la salud mental desde cualquier lugar.



# EVOLUCIÓN



La tecnología utilizada permite una implementación eficiente y una escalabilidad potencial

