



Petit BamBou

Medita en casa, gratis programa de meditación para la ansiedad by Petit BamBou.

- *Meditar es una gran opción para estar tranquilos durante la época de aislamiento.*
 - *Petit BamBou se suma abriendo su programa de ansiedad de manera gratuita.*
-

CDMX 19 de marzo 2019.- Ante la situación actual, es normal sentir ansiedad, miedo, estrés, dificultades para dormir... La práctica del mindfulness puede contribuir a reducir el estrés y a que consigamos enfrentar esta situación desde la calma.

[Petit BamBou](http://www.petitbambou.com/es/) quiere aportar sus recursos para contribuir al bienestar emocional de quien lo necesite en estos difíciles momentos, sin importar en que parte del mundo se encuentre. A partir del lunes 16 de Marzo y durante 15 días, **el programa de meditación ANSIEDAD está disponible de forma GRATUITA en la App y desde el ordenador en su página web <http://www.petitbambou.com/es/>**. A través de cada sesión (que se puede realizar en cualquier momento del día) los creadores y desarrolladores de la app tratan de aportar nuevas herramientas que ayuden a más gente a desarrollar más serenidad, relajación y a reducir la ansiedad y el miedo... ¡o incluso a superarlos completamente!

Además, todos los días a las **8:00 am tiempo de España se hará una sesión en directo con uno de los colaboradores y experto en mindfulness Antonio Gallego** a través de la cuenta de Instagram [@petitbambou_es](https://www.instagram.com/petitbambou_es) y se intentarán resolver todas las dudas sobre la práctica de la meditación que puedan surgir.

Juntos, conseguiremos salir de esta contingencia.

Contacto para prensa:

Andrea Peña

RPM | LUXURY BRANDS 

Mexico City: +521 (55) 34887118
www.rpmluxurybrands.com.mx

Acerca de:

[Petit BamBou](#) es la App de meditación mindfulness 100% en español con la que ya meditan más de 4 millones de personas. Su método sencillo y eficaz la convierte en la mejor opción para aquellos que quieran empezar a meditar y para los que ya llevan tiempo meditando. Más de 400 meditaciones sobre distintas temáticas: estrés, ansiedad, sueño relaciones, trabajo, maternidad..., y videos explicativos que guían a los usuarios a través de los principios clave de la meditación. Amplio contenido gratuito con el que iniciarse.

Disponible en iOS y Android.

Suscripción mensual: MXN 99.00.

Suscripción semestral: MXN 499.00.

Suscripción anual (solo a través de web): MXN 945.

Contacto para prensa:

Andrea Peña

RPM | LUXURY BRANDS 

Mexico City: +521 (55) 34887118

www.rpmluxurybrands.com.mx