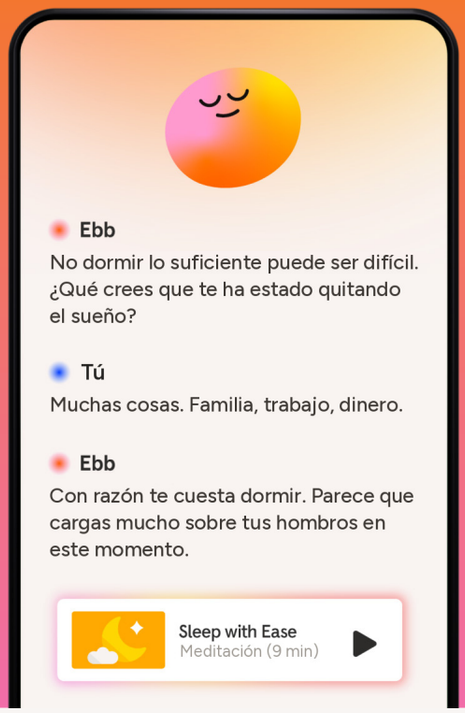


Conoce a Ebb,
tu compañero empático de IA
de headspace

Tu compañero empático de IA para los altibajos de la vida, directo en tu app de Headspace.

Ebb es tu compañero empático de IA, diseñado para ayudarte a sobrellevar los altibajos de la vida. Chatea con Ebb para procesar tus pensamientos y emociones, y explorar ejercicios de reflexión, meditaciones y recomendaciones de actividades.

Creado por expertos clínicos pensando en tu seguridad y privacidad, Ebb puede guiarte en momentos como desafíos en tus relaciones, estrés laboral, agotamiento y más — para que sepas que no estás solo.

¿Listo para comenzar?

¿Ya estás inscrito? Abre tu app de Headspace para explorar Ebb hoy

¿Aún no te has inscrito? Inscríbete ahora y desbloquea Ebb y más
https://work.headspace.com/jpshealthnetwork/member-enroll