



O Zenklub te dá
boas-vindas!



Nós somos **especialistas em bem-estar.**

O Zenklub nasceu em 2016 com a missão de democratizar o acesso à saúde mental.
Hoje, somos a maior empresa especialista em saúde mental corporativa do Brasil.

E estamos aqui para ajudar você a cuidar da pessoa mais importante da sua vida: **você!**

+400 empresas já oferecem Zenklub
às suas pessoas colaboradoras



+500 mil pessoas

já contam com acesso aos nossos especialistas e ferramentas

+

de nota geral no Reclame Aqui

Saúde mental é **tudo** e **tudo** é saúde mental

Sabia que quando falamos em saúde mental, não estamos falando só transtornos mais sérios?

Como seres humanos, somos afetados por quase tudo no nosso dia a dia.

Má alimentação e correria?

Também pode afetar sua saúde.



Briga com a
namorada?

Pode afetar sua saúde.

Estresse no trabalho?

Pode afetar sua saúde.

Nem sempre a resposta
do “**está tudo bem?**”
É o que **de fato**
queremos dizer.

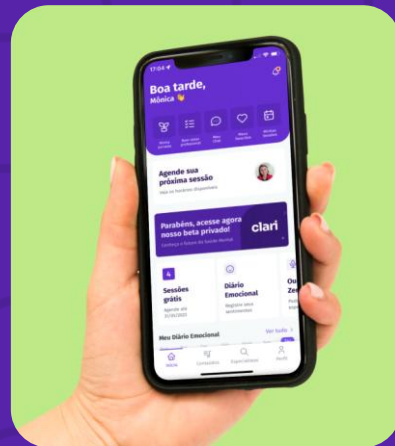
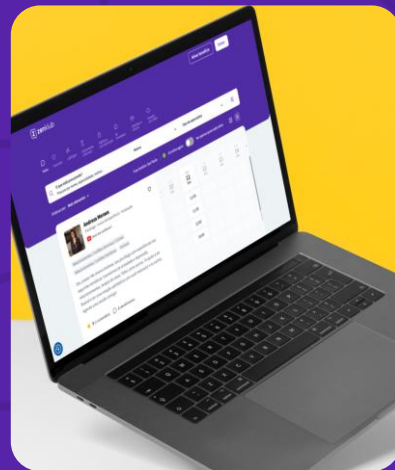
A nossa falta de conexão com o que
sentimos é também impacto dos
estigmas que existem com esse assunto.

Ao cuidar da saúde física, usamos
ferramentas como ajustes na
alimentação, atividade física, na saúde
emocional, **o autoconhecimento é a
nossa ferramenta de força.**

Tá, Zenklub. Mas como vocês me ajudam?

A gente sabe que muita gente pensa direto em “terapia”. E pensa de uma forma muito específica.

Mas nossos profissionais **podem te ajudar de muitas formas diferentes.**





Tá buscando **aquela**
promoção no trabalho?

Os **coaches profissionais** do Zenklub podem te ajudar a desenhar um planejamento de carreira, identificando pontos fortes, desenvolvendo habilidades e muito mais.

Melhorar a sua **alimentação**
para viver melhor?

Contamos também com **nutricionistas** que podem desenham um plano alimentar que atenda às suas necessidades - e busque seus objetivos.

Quer **melhorar suas relações**,
sejam amorosas ou familiares?

A **terapia** também pode ser uma ferramenta para você se conhecer melhor e aprender sobre comunicação. Ela pode te ajudar a lidar com essas questões no dia a dia.

Quais **profissionais** encontro no Zenklub?

Psicólogos

Psicanalistas

Coaches profissionais

Nutricionistas

Terapeutas

Mas tem mais: dentre esses profissionais, você encontra muitas especialidades:

Meditações guiadas, Reiki, Yoga, Aromaterapia, Mindfulness, Arteterapia e muito mais.

Como **escolher** uma pessoa especialista?

Escolha um motivo e veja profissionais que possuem experiência naquele tema.

Veja a formação, resumo, vídeo de apresentação para conhecer melhor a pessoa especialista.

Não existe certo ou errado - agende a primeira sessão e faça uma tentativa!

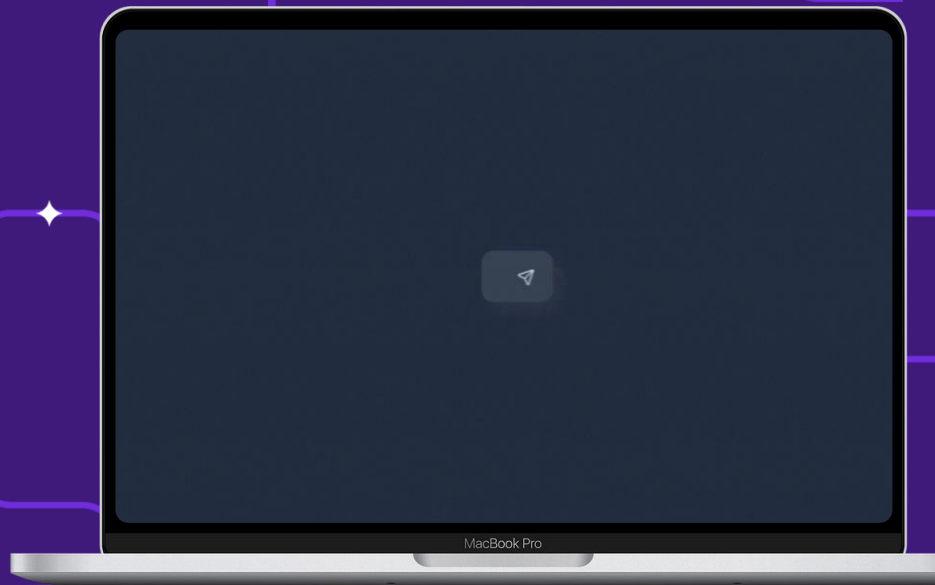
Dedique esse tempo para o seu autocuidado - prepare-se e escolha um local tranquilo para sua sessão.

Inteligência artificial que apoia colaboradores

Nossa assistente virtual conduz a jornada dos clientes, oferecendo apoio e encaminhamento a qualquer momento.

O que a Clari pode fazer:

- Te explicar as abordagens terapêuticas de seu interesse;
- Indicar profissionais especializados nos seus motivos para agendar consultas;
- Tirar dúvidas sobre conceitos de saúde mental;
- Dar dicas de bem-estar para o seu dia a dia;
- E muito mais.



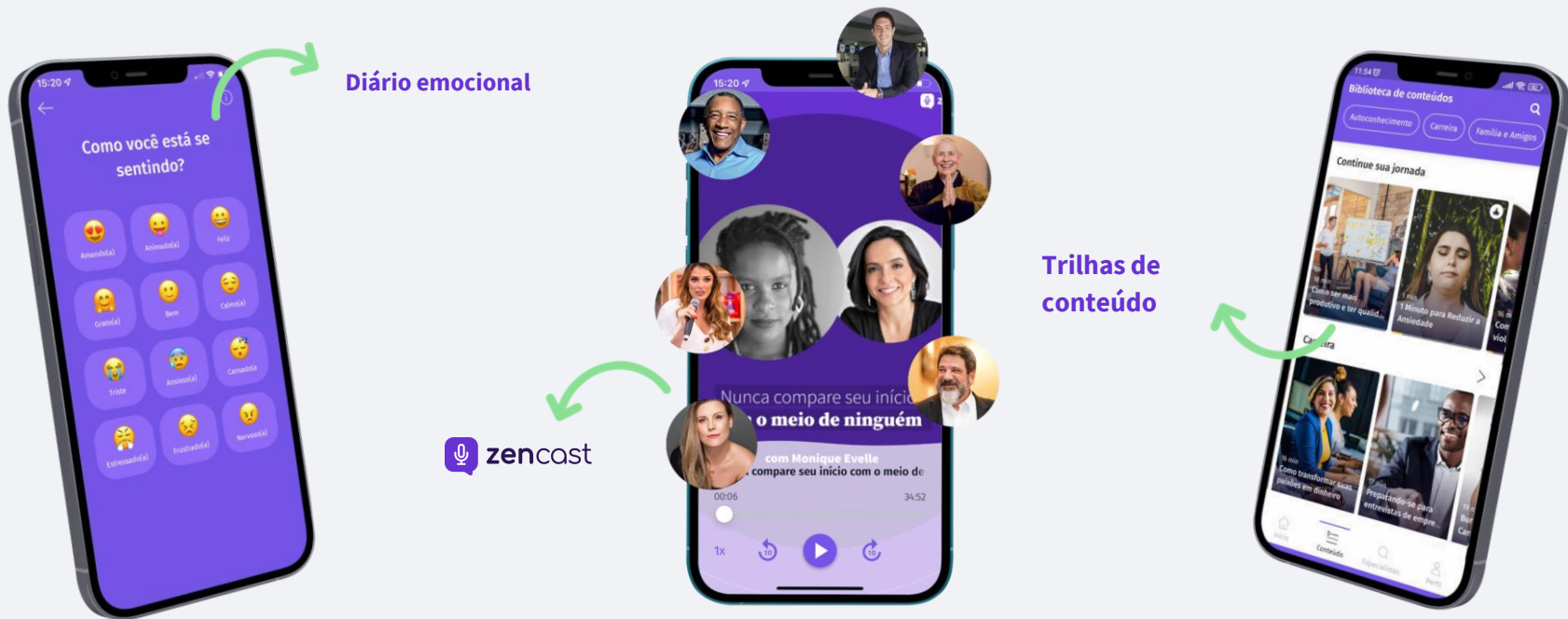
Um produto exclusivo  zenklub

Mais ferramentas do Zenklub que agora são suas também!



Segurança e
privacidade de dados

Em nosso aplicativo, disponível para iOS e Android, você tem uma jornada completa!



Diário Emocional

Personalize sua experiência registrando suas emoções. Com isso, conseguimos customizar a entrega de conteúdos no APP e te auxiliamos a conhecer mais sobre seus sentimentos e emoções.



Segurança e
privacidade de dados





Podcast do Zenklub

Conteúdos de autoconhecimento e desenvolvimento pessoal e profissional, construídos em parceria com nossos especialistas.

Apresentado pela jornalista
Izabella Camargo



Onde você pode **trilhar sua jornada** de desenvolvimento



**Segurança e
privacidade de dados**



Testes de bem-estar

Você é resiliente? Domina a arte da socialização? Tem problemas com sono? Qual seu nível de ansiedade? Responda testes para aprender mais sobre você!

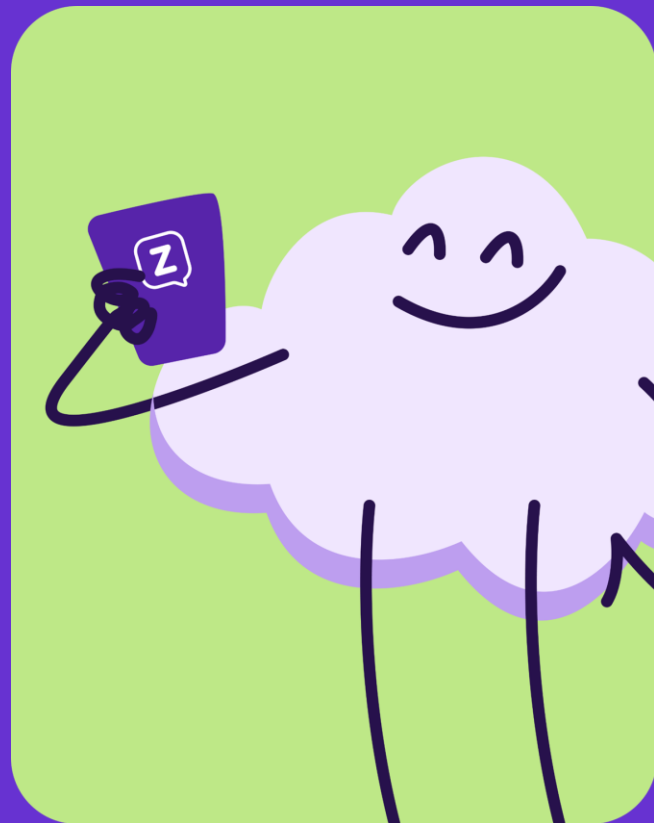


Lives com especialistas

Toda semana um tema novo abordado por especialistas do Zenklub em lives transmitidas direto do aplicativo. Para você se empoderar com informações sobre bem estar ou se desenvolver como pessoa e profissional.

Bora ativar o seu benefício?

Baixe o aplicativo do Zenklub no seu celular e **vamos fazer o passo a passo da ativação agora!**



Aproveite agora!

As pessoas colaboradoras poderão ter acesso a:

- **2 sessões p/ mês**, demais sessões R\$70,00 cada
- Possibilidade de fazer terapia com um **psicólogo, coach, psicanalista ou terapeuta**;
- Possibilidade de fazer consulta com **nutricionista**;
- Acesso a **áudios, testes e exercícios** de saúde emocional e a todo conteúdo da Zenklub de forma gratuita;
- Acesso ao **Diário Emocional, Podcast, Inteligência Artificial** da Zenklub e **Trilhas de conteúdo**;
- Disponível para **03 dependentes**. Sessões com valor de desconto de R\$ 70,00 cada.



Ativando seu benefício

- 01 Selecione "Ativar Benefício"
- 02 Responda perguntas simples
- 03 Confirme seu número de celular
- 04 Responda “sim” para o benefício corporativo e insira seu código de ativação
- 05 Nos conte um pouco sobre seu bem-estar
- 06 Prontinho!

Baixe o aplicativo
do Zenklub para
**fazer o passo a
passo da ativação
agora!**



Código Ativação:

economussaudezen

01

Que bom que você está aqui!
Inicie a sua jornada de saúde emocional

PRIMEIRO ACESSO

ENTRAR

ATIVAR BENEFÍCIO

Ao continuar você concorda com os Termos e Condições e
Política de Privacidade.

02

Como podemos te chamar?

Escolha o nome que preferir para ser usado no aplicativo. Não é necessário usar o nome real.

Nome

Qual a sua data de nascimento?

Selecione a data de nascimento para criar uma experiência melhor.

Dia Mês Ano

03

Confirme seu número

Digite o código de 6 dígitos enviado via SMS para +55 (11)
90000-0000

0 0 0 0 0 0

Reenviar código >

04

Você trabalha em uma empresa que oferece o
zenklub como benefício ou possui um
convite?

☒ Sim

☐ Não

☐ Não sei

Código de ativação ou convite

Use o código que foi compartilhado com você

☐ Não

☐ Não sei

Qual o seu e-mail corporativo?

Digite seu e-mail corporativo

☐ Não sei

05

Qual aspecto mais afeta sua
vida emocional hoje?

Você pode escolher uma ou mais opções.

☐ Sexualidade

☐ Vida amorosa

☐ Carreira

☐ Amigos e vida social

☐ Saúde e bem-estar



Qualquer dúvida, estamos aqui!

Entre em contato pelo
info@zenklub.com
ou pelo chat no nosso portal.

O **time de suporte** está disponível de seg-dom para atender de forma rápida e eficiente às dúvidas técnicas dos colaboradores.



Obrigada!

