**10 IDEAS DE CITAS LIBRES DE ALCOHOL PARA ENCONTRAR EL AMOR ESTE 2024**

Si uno de tus propósitos de año nuevo fue disminuir el consumo de alcohol, Bumble te propone 10 ideas de citas interesantes y entretenidas para salir en búsqueda del verdadero amor, con opciones más livianas y saludables, pero igual de románticas que compartir una copa de vino a la luz de las velas.

1. **LA RUTA MÁS DULCE**Para una cita sabrosa, pasar una tarde entre panaderías y cafeterías probando dulces y especialidades es una gran idea. Para hacerlo más interesante, pueden ir un poco más allá y crear un sistema de puntos donde cada uno ponga nota a los diferentes dulces y elegir sus favoritos. Así estrecharán lazos a través de una nueva experiencia y, quién sabe, quizá compartan el mismo gusto por los postres.
2. **PICNIC EN LA NATURALEZA**

¡Un picnic nunca falla! Después de una parada rápida en el supermercado para recoger lo necesario, disfruten de una cita romántica al aire libre. En la montaña, en la playa o un lindo parque, aprovechen el momento para centrarse el uno en el otro y compartir una rica y saludable comida.

1. **¡A JUGAR!**

Sin tragos que distraigan, el juego es una gran opción. Volver a un pasatiempo de la infancia puede ayudar a sacar el lado más inocente y hacer que las personas se sientan cómodas rápidamente. Además, al centrarse en el juego, habrá menos presión para mantener una conversación fluida. Si aún no están las condiciones para una cita en casa, una cafetería de juegos de mesa es la solución.

1. **TREKKING CERCA DE LA CIUDAD**

Salir a caminar en una excursión cerca de la ciudad es una de las mejores opciones cuando se están conociendo. Compartir un desafío y algo de adrenalina, puede ayudarlos a conectar mejor, sobre todo al darse ánimo mutuamente. Las alternativas cerca de Santiago son variadas: desde la Quebrada de Macul hasta el Parque Nacional La Campana.

1. **RECREANDO GHOST LA SOMBRA DEL AMOR**

Moldear arcilla húmeda con las manos desnudas puede no parecer la cita más atractiva, pero puede llegar a ser muy entretenido el conocerse en profundidad mientras se ensucian y se divierten. Además de disfrutar de una experiencia táctil, ambos expresarán su creatividad. Aunque la cita no se convierta en un flechazo, se podrán llevar una obra de arte para recordar y sentirse en una película romántica.

1. **CLASES DE YOGA**

Un encuentro relajante puede ser la mejor opción para una cita, sobre todo si uno de los dos tiende a sentirse ansioso. Sea cual sea el tipo de yoga que prueben, la clase debería terminar con Savasana, una postura de descanso que calma la mente. En un estado de felicidad post-endorfina, luego de la clase pueden recompensarse con un jugo natural o un smoothie y conocerse mejor.

1. **DE PASEO POR EL MUSEO**

¿Qué más romántico que pasear tomados de la mano mientras miran obras de arte? Experimentar juntos el asombro y el aprendizaje puede ayudar a estrechar lazos y a descubrir lo que el otro piensa del mundo. Para añadir un toque de novedad, pueden elegir un museo o galería que ninguno de los dos haya visitado antes.

1. **APRENDER A PREPARAR *MOCKTAILS* (TRAGOS SIN ALCOHOL)**

Las bebidas sin alcohol pueden ser tan deliciosas como las que sí lo tienen. Para aprender a prepararlas, busquen una clase presencial u online, reúnan todos los ingredientes y láncense a la aventura de aprender haciendo. El trabajar juntos permite que ambos descubran su capacidad de colaboración, algo crucial a la hora de plantearse qué se busca en una pareja.

1. **NOCHE DE TEATRO**

Elijan una obra entre los dos y maravillense con lo mejor de las artes escénicas. Seleccionar la temática en conjunto puede ayudar a conocer un poco más sobre los intereses y gustos del otro. Una buena idea es optar por una comedia para compartir un momento de buenas risas.

1. **COCINA EN PAREJA**

Cocinar juntos puede ser muy divertido, al mismo tiempo que pone a prueba la capacidad de ambos para trabajar en equipo. Pueden elegir una receta clásica del libro de tu abuela, inventar un nuevo plato mezclando ingredientes que les gusten, o anotarse en una clase de cocina donde les enseñen a preparar una rica cena. Lo mejor, ¡pueden comerse el resultado al final!

**Acerca de Bumble**

[Bumble](https://bumble.onelink.me/3396940749?pid=press&c=prmexico), la aplicación de citas y red social en la que las mujeres van primero fue fundada por su CEO, Whitney Wolfe Herd en 2014. La aplicación conecta a personas que buscan relaciones de pareja (Bumble Date), amistad (Bumble BFF) y contactos profesionales (Bumble Bizz). Sea cual sea el tipo de relación, en Bumble las mujeres son quienes dan el primer paso y se basa en la importancia de las relaciones igualitarias y su valor para una vida sana y feliz. Su plataforma ha sido concebida en torno a la amabilidad, el respeto y la igualdad.  Bumble responsabiliza a sus usuarios de sus acciones y tiene una política de cero tolerancias hacia discursos de odio, agresión o acoso.  Bumble es gratis y está disponible en todo el mundo tanto en App Store como en Google Play.

**Contacto con los medios**

**Tamara Marambio G.**

(+56) 9 3022 0833

[tamara.marambio@another.co](mailto:tamara.marambio@another.co)