

IMPULSO W BY



CENTRAL W



**LOS
DIOSES DEL
MARKETING**

PRESIONA PARA VER
TODOS LOS NÚMEROS



EDICIÓN 04

OPINION

01

GENÉTICA W



02

HEALTH CENTER W



03

LIFESTYLE W



04

IMPULSO W



05

NETWORKING W



06

BENEFICIOS W



GENÉTICA W



01

**PRESIONA PARA VER EL VIDEO
Y CONOCER LA GUÍA PERFECTA
DE MARKETING PARA TI Y TÚ
EMPRESA**



**LOS
DIOSES DEL
MARKETING**



**PRESIONA PARA ESCUCHAR
TODOS LOS EPISODIOS**



TE ESTAMOS BUSCANDO

**ESCRIBE A MKT@CENTRALW.MX
PARA PARTICIPAR EN EL PODCAST**





**PRESIONA PARA VER EL VIDEO
Y CONOCER MÁS SOBRE CÓMO
REFORZAR TU SISTEMA
INMUNOLÓGICO**



HEALTH CENTER W

"CONSEJOS PARA REFORZAR EL SISTEMA INMUNOLÓGICO ESTE INVIERNO"



“

Ahora que el invierno está a la vuelta de la esquina y el termómetro hace días que ha bajado, es importante reforzar el sistema inmune. Hay muchas maneras de fortalecer nuestras defensas mediante una alimentación equilibrada, con productos bio y ecológicos, y unos hábitos de vida saludables. A continuación, te damos algunos tips que te ayudarán a mantener tus niveles de energía y sentirte bien durante estos meses de frío.

”

02



- **INCORPORA ALIMENTOS CON PROBIÓTICOS**
- **CONSUME ALIMENTOS DE TEMPORADA, LLENA TU CUERPO DE VITAMINAS**
- **INCLUYE LEGUMBRES EN TU DIETA**
- **CONSUME AJO Y/O CEBOLLA**
- **NO TE OLVIDES DE FRUTOS SECOS Y FRUTOS ROJOS**
- **TOMA AVENA DE VEZ EN CUANDO**
- **SIGUE UNA RUTINA ALIMENTARIA SALUDABLE**
- **EL DESCANSO ES IMPORTANTE**
- **CONTROLA EL ESTRÉS**
- **HAZ EJERCICIO DE MANERA REGULAR**

Esperamos que estos consejos te sean útiles para prevenir resfriados este invierno y dar la bienvenida a la nueva estación con vitalidad y buen humor.

LIFESTYLE W

**Nuestras recomendaciones
del mes, disfrutemos el teatro.**



Siete veces adiós es una válvula de escape para el artista enamorado, un homenaje a cómo el amor ha creado las más bellas canciones y nos ha acompañado a lo largo de nuestras ilusiones y decepciones, mientras intenta hacer una radiografía de las relaciones en el siglo XXI.

¿Cuántos "amor de mi vida" caben en una sola vida?.

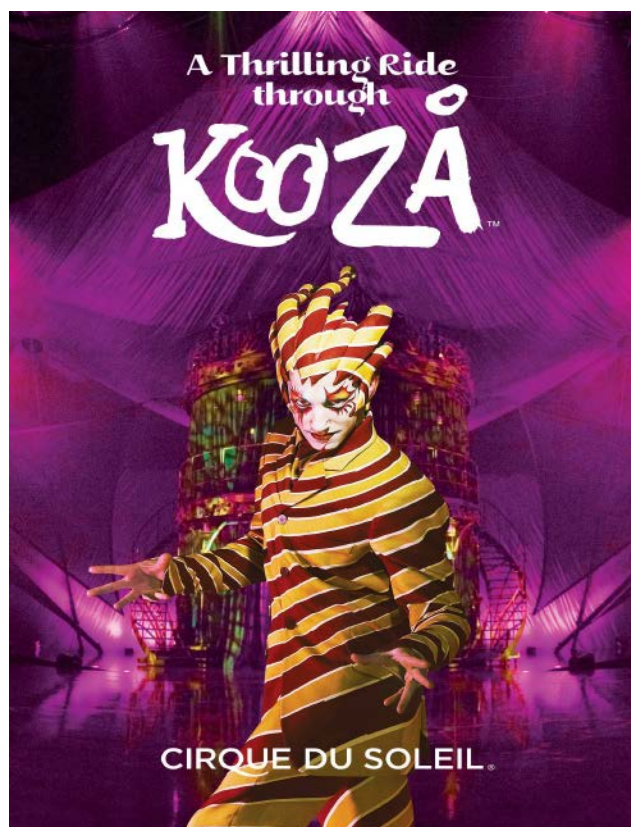
Dónde comprar: ticketmaster o puedes aprovechar nuestros descuentos para obras en la sección de beneficios

(página 10).

Cirque du soleil KOOZA es el sorprendente espectáculo que regresa a los orígenes de Cirque du Soleil con acrobacias fuera de este mundo y una conmovedora historia ideal para celebrar 20 años desde la primera vez que se presentó en México una de las compañías circenses más famosas en todo el mundo. Este espectáculo lleva 15 años en escena y finalmente está por llegar por primera vez a Guadalajara y a la Ciudad de México para festejar el regreso del circo al país después de cuatro años de descanso.

Dónde comprar: ticketmaster o puedes aprovechar nuestros descuentos para obras en la sección de beneficios

(página 10).



Escribenos a mkt@centralw.mx y dinos qué película o libro nos recomiendas y por qué.

03

04

IMPULSO W

CINCO ESTRATEGIAS CLAVE PARA LIDERAR CORRECTAMENTE A TU EQUIPO

“

Centraler ha llegado el momento de cambiar el chip y obtener mejores resultados. La cultura de la jerarquía, del mando y de los imperativos está llegando a su fin. Solo los líderes que se den cuenta e inviertan en desarrollar sus capacidades de liderazgo serán capaces de dirigir su empresa al éxito.

”



Resalta los logros de tus equipo:

Centraler normalmente los jefes se enfocan más en decirles a los colaboradores cuándo hacen algo mal, en lugar de mostrar que reconocen su trabajo. ¡Error! Recompensar a tu equipo por el buen trabajo no solo aumentará su motivación, sino también su lealtad hacia la empresa.

Apuesta por una comunicación bidireccional:

Asegúrate de que tu comunicación con los empleados de tu empresa fluye en ambos sentidos. Esto significa que tienes que ser escuchado y entendido, pero también es importante que sepas escuchar.

Conoce personalmente a los trabajadores:

El objetivo de un buen líder debería ser conocer personalmente y profesionalmente a cada uno de los trabajadores y saber cuáles son sus principales habilidades y motivaciones.

Adecua los puestos de trabajo a las personas:

Esto quiere decir que deberás asegurarte de que cada empleado desempeñe el puesto que más se ajuste a sus habilidades y competencias profesionales.

Crea y comunica una visión compartida de futuro:

Es importante que involucres al personal en las metas y objetivos que se espera que logren.



**PRESIONA PARA VER
UNA TED TALK SOBRE
LIDERAZGO**

NETWORKING W



05

HOLA INSURGENTES

Así se vivió la apertura de la nueva sucursal en Insurgentes Sur 1248 de Central W y Terraza Insurgentes.



BIENVENIDOS A SU NUEVA OFICINA Y ESPACIO PARA EVENTOS





06



BENEFICIOS W

SAM'S CLUB POLANCO

30% de descuento en la adquisición de la membresía presentando credencial de Central W.

Av. Ejército Nacional Mexicano 559, Granada, Miguel Hidalgo, 11520 Ciudad de México, CDMX

FOOD FITNESS AND HEALTH

20% de descuento en plan nutricional totalmente personalizado, plan de alimentación y rutina de ejercicio basado en las metas del cliente.

Servicio a domicilio (Roma, Condesa, Polanco, Del Valle, Satelite)

Contacto: Gabriel Soto / 5611778282

MÍSTICA CANTINA TRADICIONAL

Una bebida de cortesía por persona, (agua de fruta de temporada o un refresco, o una cerveza, o una bebida preparada con tequila, ron, brandy o vodka nacional.) Limitado a un consumo mínimo de \$100 PP.

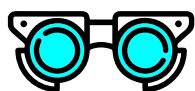
Schiller 333 Col. Polanco, C.P. 11560

Contacto: Ernesto Flores / 56 1122 5550

ÉLÉVATIONE™
Time Stops



EVOC ÓPTICA
Evaluación Visual Optométrica Completa



VAPIANO

ÉLÉVATIONE MASARYK

Facial completo y estudio de la piel por \$1,299

Av. Pdte. Masaryk 427, Polanco III Secc, Miguel Hidalgo, 11550 Ciudad de México, CDMX

Contacto: 5513284250

F45 TRAINING LOMAS

Recibe 5 clases gratis

Sierra Mojada 405-PB, Lomas de Chapultepec III Secc, Miguel Hidalgo, 11000 Ciudad de México, CDMX

Contacto: José Luis Elizondo / 5587649735

EVOC ÓPTICA

2 lentes graduados por \$499, incluye graduación, armazón y antireflejante (aplica en armazón gama básica y límite de graduación)

Servicio directo en tu sucursal Central W agendando cita.

Contacto: Brayan Juárez / 5537246415

VAPIANO / COMIDA ITALIANA

20% de descuento en su cuenta.*

Únicamente para consumo en restaurante. No aplica para Delivery, Pick Up o plataformas.

*Consumo mínimo \$300. No aplica con otras promociones, aplican restricciones.

Aplica en cualquier sucursal Vapiano de CDMX y EDOMEX Carso, Samara, Refomra, Tlalnepantla, Vallejo.



SURA AFORE

Obtendrás una tasa preferencial al ser cliente de Central W en la contratación del servicio.

Servicio directo en Central W agendando cita.

Contacto: Bertha Jiménez / 5591892075



INSTITUTO DE BELLEZA ESPECIALIZADA

Descuento todo el 2022 en masajes relajantes, descontracturantes, masajes de velas y reafirmantes.

Precio público \$1,200, precio Central W a domicilio \$750

A domicilio y/o en sucursal ubicada en colonia Alamos.

Contacto: Ivan Sanchez / 5526948339



ENERGY FITNESS POLANCO

Precio al público de \$897 mensual a \$499 presentando tu credencial de Central W, aplica en contrato anual.

Av. Horacio 203, Polanco V Secc, Miguel Hidalgo, 11220 Ciudad de México, CDMX

Contacto: Alberto Ramírez / 55 8531 2206

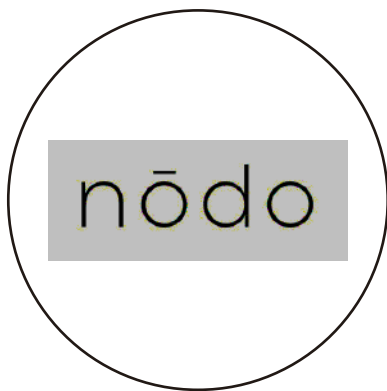


NAIL RUSH

10% de descuento en el servicio de manicure y pedicure a domicilio.

Servicio a domicilio (Roma, Condesa, Polanco)

Contacto: Victoria Colmenares / 5624855990



NODO / COMIDA JAPONESA

20% de descuento en su cuenta.*

Únicamente para consumo en restaurante. No aplica para Delivery, Pick Up o plataformas.

*Consumo mínimo \$500. No aplica con otras promociones, aplican restricciones.

Virgilio 25A Polanco, Polanco III Sección Miguel Hidalgo 11550 Ciudad de México.

GAIA / MOBILIARIO

5% de descuento adicional a los precios publicados con el código GAIAMXO22

www.gaiadesign.com.mx

CONNY / BOLETOS DE TEATRO

Descuentos y precios especiales para obras de teatro y shows para todos los centralers, pregunta por la cartelera del mes.

55-1387-3661 / 55 3207-5634

CENTRAL

BUSINESS CENTER

HOLA INSURGENTES SUR
BIENVENIDOS A SU NUEVA OFICINA

APROVECHA PROMOCIONES Y
PRECIOS DE LANZAMIENTO



PRESIONA PARA
CONOCER MÁS
INFORMACIÓN

