

IMPULSO W BY CENTRAL W



PRESIONA PARA VER
TODOS LOS NÚMEROS



dimex

**GENERANDO IMPULSOS
FINANCIEROS**

EDICIÓN 13

CENTRALW COWORKING HOLA ROMA

FEBRERO 2024

Oficinas
a tu **medida**



CONTENIDO

01

GENÉTICA W



02

HEALTH CENTER W



03

LIFESTYLE W



04

IMPULSO W



05

NETWORKING W

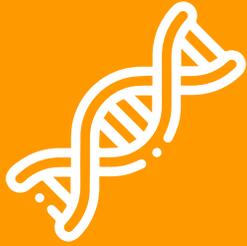


06

BENEFICIOS W



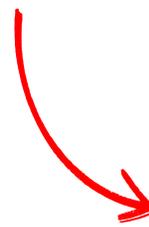
GENÉTICA W



PRESIONA PARA VER EL VIDEO
Y CONOCER CÓMO



ESTA GENERANDO IMPULSOS
FINANCIEROS



01



**PRESIONA PARA VER UN VIDEOÁ
PARA APRENDER A ALIVIAR EL
ESTRÉS**



HEALTH CENTER W

¿Cómo puedo combatir el estrés?



El estrés crónico es uno de los principales saboteadores de aumento de peso, enfermedades, insomnio y desajustes hormonales hoy en día.

Esto va directamente relacionado con el cortisol, la hormona del estrés, que se activa junto con el hipotálamo y eleva demasiado en el organismo por lo cual empieza a causar ciertos síntomas.



02



Te queremos pasar algunos tips para disminuir el estrés y mantener esta hormona del cortisol bajo control.

- Duerme bien, está comprobado que quienes duermen de 6-8 horas al día tienen mejor sensibilidad a la insulina, toleran mejor los carbohidratos y controlan su apetito.
- Trata de no pasar más de 4 horas sin comer para mantener tus niveles de glucosa estables.
- Si estás en una etapa de estrés constante procura disminuir tu consumo de café esos días.
- Ve a terapia, buscar un psicólogo te ayudará a mejorar tu salud emocional.
- Agrega grasas buenas a tu día a día, esto te ayudará a mejorar tu composición corporal.

Sigue estas recomendaciones y verás como tu salud física y emocional empieza a mejorar, tienes más energía y rendirás mejor en tu día a día. Por último, siéntate, cierra los ojos y conscientemente respira lento y pausado, te aseguro que te ayudará.

Y si sientes que es más de lo que puedes manejar, si sientes que ya se está apoderando de ti, ¡busca ayuda! La orientación profesional puede ayudarte a canalizar tus preocupaciones. Buscar la ayuda de un psicólogo no te hace loco, te hace inteligente y responsable.

SI BUSCAS TERRAZA CENTRAL



TERRAZA PARA EVENTOS

TERRAZA PARA EVENTOS CORPORATIVOS

TERRAZA PARA EVENTOS SOCIALES

TERRAZA PARA EVENTOS INCREIBLES

TERRAZA PARA EVENTOS PERFECTOS

SOMOS LA MEJOR OPCIÓN

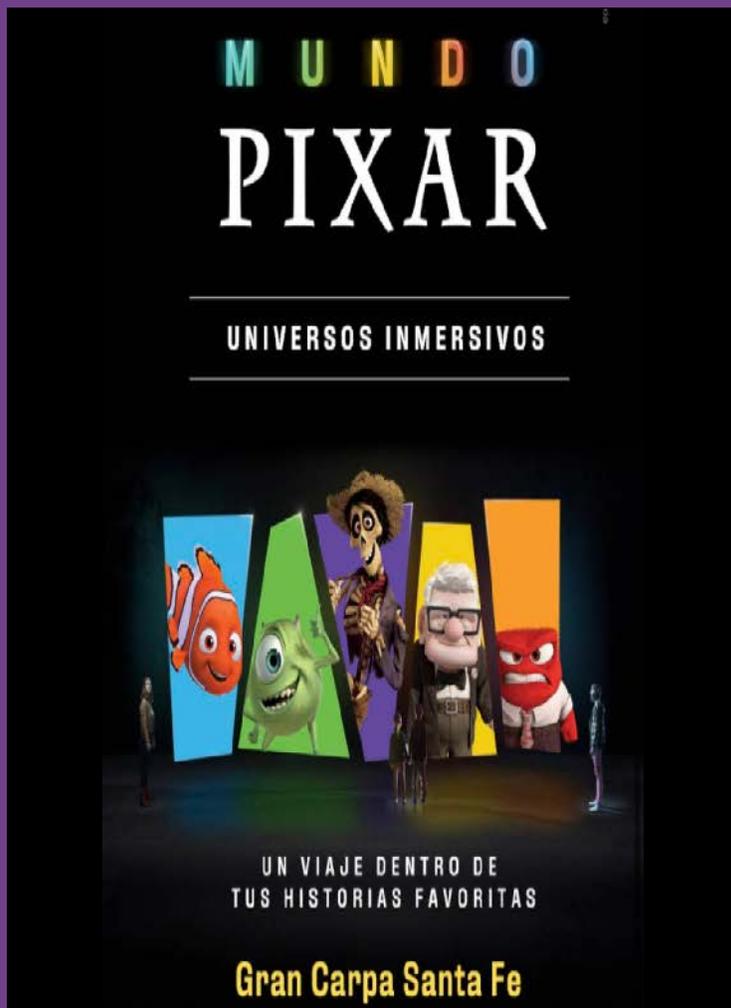
SUCURSALES

LA ROMA • POLANCO • DEL VALLE

COTIZA AHORA 55 6978 9551

LIFESTYLE W

Nuestras recomendaciones
del mes...



Mundo Pixar

Una exhibición de espacios inmersivos inspirados en las increíbles historias de Pixar Animation Studios. Mundo Pixar es como estar viendo una de nuestras películas, pero en lugar de disfrutarlas en la pantalla, tienes la oportunidad de caminar a través de ellas y experimentar la narrativa de Pixar de una manera más rica y auténtica como nunca.

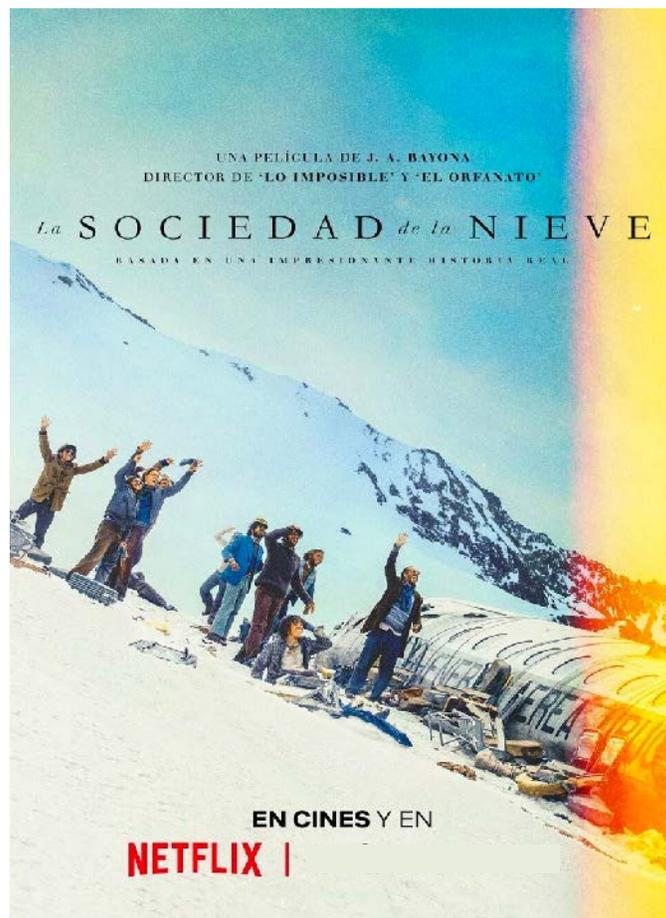
Presiona para
comprar tus
entradas.



LA SOCIEDAD DE LA NIEVE

En 1972, el vuelo 571 de la Fuerza Aérea Uruguaya, fletado para llevar a un equipo de rugby a Chile, se estrella en un glaciar en el corazón de los Andes. Solo 29 de sus 45 pasajeros sobreviven al accidente. Atrapados en uno de los entornos más inaccesibles y hostiles del planeta, se ven obligados a recurrir a medidas extremas para mantenerse con vida.

Presiona para ver
el trailer.



03

04

IMPULSO W

TIPOS DE LIDERAZGO EMPRESARIAL



Ser un buen líder no es solo dar órdenes y ya. Implica tener un conocimiento profundo sobre la forma en la que inspiras y motivas a los demás. Conocer cuáles son los tipos de liderazgo, cuándo ejercerlos y cómo hacerlo es crucial para el éxito de cualquier líder.

Existen diferentes tipos de liderazgo empresarial que se pueden clasificar según el grado de autoridad, participación y motivación que ejerce el líder sobre sus seguidores. Cada estilo tiene sus ventajas y desventajas, y se puede adaptar a diferentes contextos y situaciones. A continuación, te explicamos algunos tipos de liderazgo que puedes aplicar en tu empresa.



Liderazgo autocrático

El liderazgo autocrático se caracteriza por un control total del líder sobre su equipo. El líder toma todas las decisiones de manera independiente y sin consultar a nadie. Impone sus normas y criterios y espera que los demás los cumplan sin cuestionarlos.

Liderazgo democrático

El liderazgo democrático se basa en la participación activa de los miembros del equipo en la toma de decisiones. El líder busca opiniones y aportes de los demás antes de decidir respetando sus puntos de vista y sugerencias. Así, fomenta un ambiente de colaboración, confianza y respeto mutuo.

Liderazgo transaccional

El liderazgo transaccional se fundamenta en un intercambio entre el líder y los colaboradores. El líder establece expectativas claras y ofrece recompensas tangibles a cambio de un rendimiento deseado. También, supervisa el cumplimiento de las tareas y puede sancionar los errores o incumplimientos.

Liderazgo transformacional

El liderazgo transformacional se enfoca en inspirar y motivar a los miembros del equipo para alcanzar metas más allá de sus intereses personales. El líder comunica una visión clara y compartida, estimula la innovación, el cambio positivo y el desarrollo personal y profesional. Además, reconoce el valor y el potencial de cada individuo.

Liderazgo situacional

Como su nombre lo indica, el liderazgo situacional se adapta a la situación y a las necesidades del equipo en un momento en concreto. El líder ajusta su estilo según el nivel de competencia y compromiso de los miembros del equipo, así como según la urgencia o complejidad de la tarea. De esta manera, puede ofrecer orientación, apoyo, delegación o empoderamiento según corresponda.

Como has visto, existen diferentes tipos de liderazgo empresarial que puedes adoptar según la situación, el objetivo y el equipo que diriges. Lo importante es que seas capaz de reconocer tu estilo predominante, así como de desarrollar y combinar otros estilos según las circunstancias.



PRESIONA PARA VER
UN VIDEO
CON ALGUNOS
TIPS PARA SER
UN MEJOR LIDER



POSADA CENTRAL W

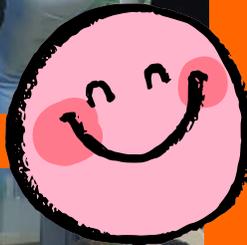
centralers

Estimados Centralers,

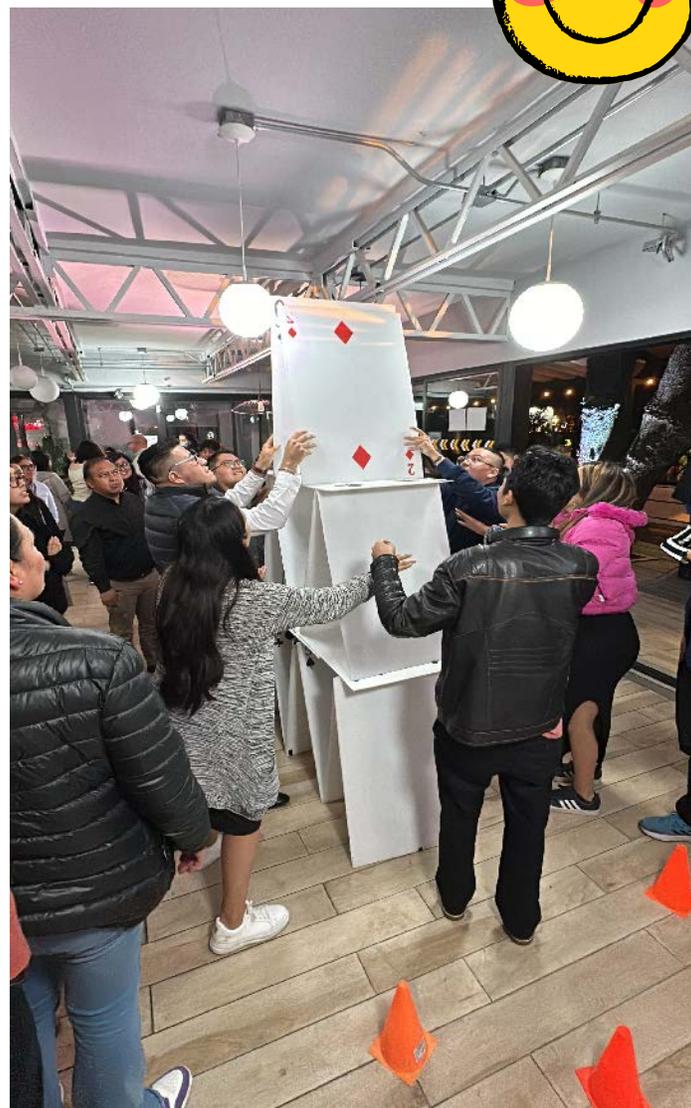
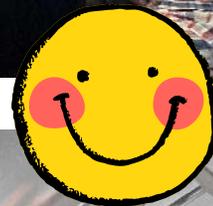
Queremos tomarnos un momento en este primer mes de año para expresar nuestro más profundo agradecimiento **por elegirnos**. Su confianza en nuestro servicio es fundamental para nosotros y estamos verdaderamente agradecidos por la oportunidad de servirles.

En Central W nos esforzamos continuamente por superar sus expectativas y proporcionarle la mejor experiencia posible. Cada día **ustedes nos impulsa a mejorar y a ofrecer servicios de calidad**.

Gracias nuevamente por ser parte de la familia **Central W**.



NUESTROS GANADORES



05

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



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

ÉLÉVATIONE™
Time Stops

F45

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

Avenida Prado Norte 560, Lomas de Chapultepec, Miguel Hidalgo, 11000 , CDMX

Contacto: José Luis Elizondo / 5587649735

EVOC ÓPTICA

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

Servicio directo en tu sucursal Central W agendando cita.

Contacto: Brayan Juárez / 5537246415

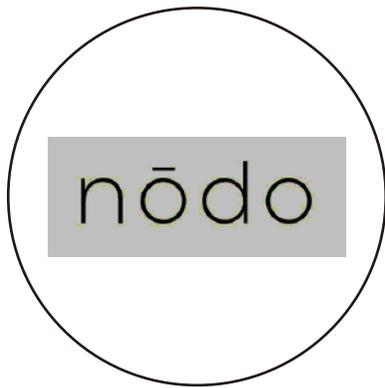
VAPIANO / COMIDA ITALIANA

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.



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 GAIAMXO23

www.gaiadesign.com.mx



WEFREIGHT / SERVICIOS DE LOGÍSTICA

15% DE DESCUENTO EN TODOS LOS SERVICIOS DE LOGÍSTICA NACIONAL E INTERNACIONAL

AV. FERROCARRIL DE CUERNAVACA 214
POLANCO I SECCIÓN C.P. 11540

Contacto: www.wefreight.com



CHINA SHING / COMIDA CHINA GOURMET

15% DE DESCUENTO EN EL TOTAL DE TU CUENTA DESDE LA APP CON EL CÓDIGO CENW O EN RESTAURANTE PRESENTANDO TU CREDENCIAL

No aplica con otras promociones.

www.chinashing.com