

IMPULSO W BY CENTRAL W



**INNOVANDO EL
CUIDADO DE TU ROPA**

PRESIONA PARA VER
TODOS LOS NÚMEROS



EDICION 15

CONTENIDO

01

GENÉTICA W



02

HEALTH CENTER W



03

LIFESTYLE W



04

IMPULSO W



05

NETWORKING W



06

BENEFICIOS W



CENTRAL W COWORKING HOLA ROMA TU NUEVA OFICINA

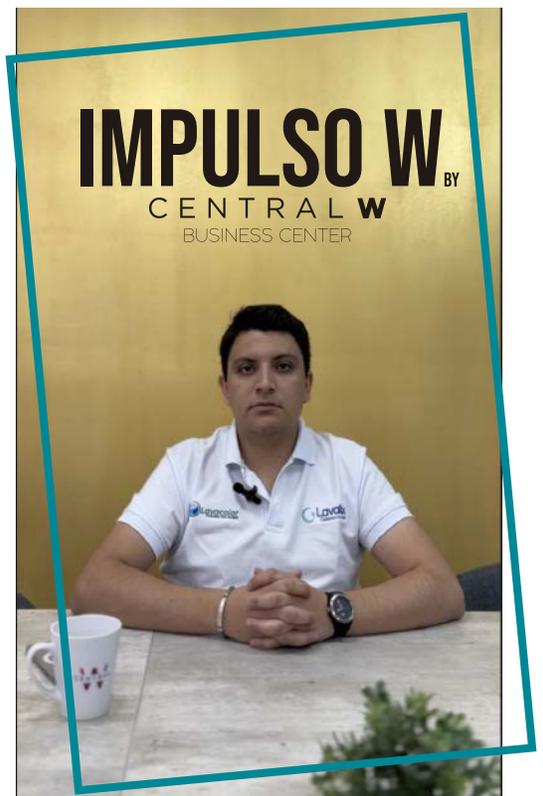


Oficinas
a tu **medida**

GENÉTICA W



**PRESIONA PARA VER EL VIDEO
Y CONOCER MÁS SOBRE LOS
BENEFICIOS Y SUCURSALES QUE
TIENEN PARA EL CUIDADO
DE TU ROPA**



01



**PRESIONA PARA VER UN VIDEO
CON MÁS HERRAMIENTAS
DE IA QUE TE PUEDEN
INTERESAR**



INNOVACIÓN W

5 herramientas y aplicaciones de Inteligencia Artificial que tu empresa necesita



¿Quieres optimizar el tiempo de trabajo de tu empresa y gestionar mejor tus procesos con Inteligencia Artificial? La transformación digital y la evolución en la industria 4.0 han permitido la creación de diferentes herramientas que hoy en día son un gran soporte para todo tipo de negocios.

En el artículo de hoy, hemos recopilado algunas herramientas y aplicaciones de Inteligencia Artificial que pueden ser útiles para el desarrollo de tu empresa. ¿Te interesa? Sigue leyendo.

02

Chat GPT

Es la herramienta de IA más popular del mercado en la actualidad debido a la facilidad de uso y la rapidez en sus respuestas. Dentro del marketing digital tiene diferentes usos, especialmente en la generación de contenidos.

Synthesia

Es una plataforma de generación de videos de IA que permite crear rápidamente videos con avatares de IA, en más de 120 idiomas. Incluye plantillas, un grabador de pantalla, una biblioteca multimedia y mucho más.

Reply

Sirve para diseñar flujos de trabajo, medir el alcance de diferentes acciones, y realizar búsquedas de correos electrónicos para aumentar la base de datos de forma rápida y sencilla.

Sembly

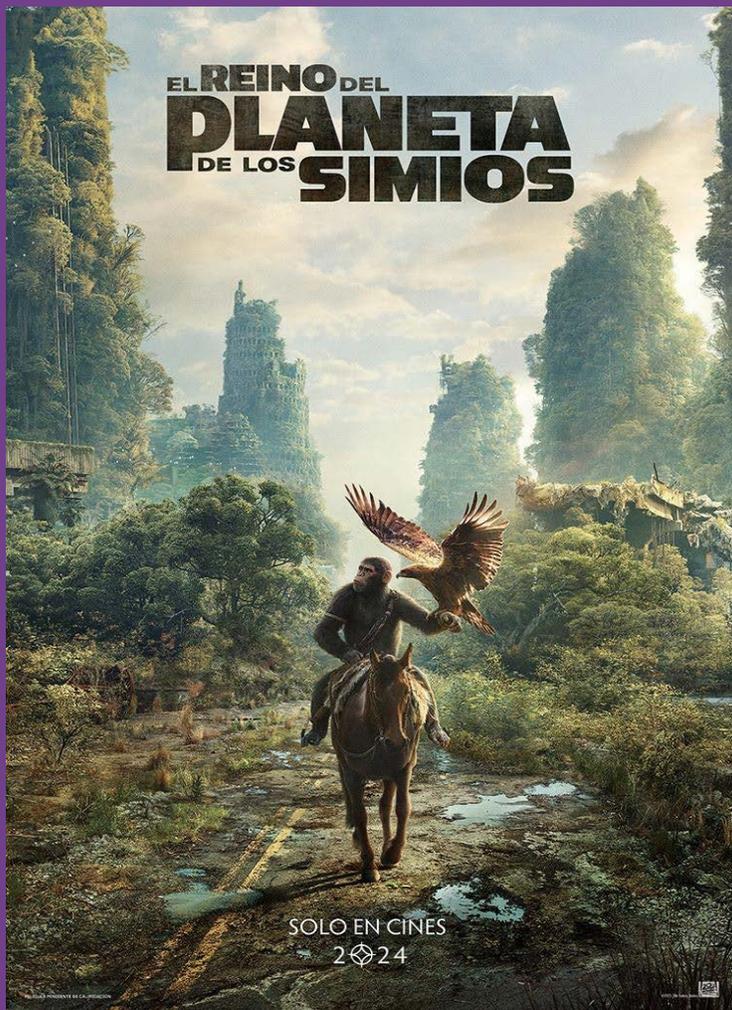
Es una plataforma SaaS que ayuda a que las reuniones sean más efectivas para ti y tu equipo. A través de algoritmos de inteligencia artificial puede transcribir y analizar reuniones, transformándolas en información procesable y útil para los equipos de venta.

Zenefits

Esta herramienta ayuda a administrar y agilizar servicios de nómina, beneficios, incorporación de empleados, bajas, vacaciones, etc. en un solo lugar.

LIFESTYLE W

Nuestras recomendaciones
del mes...



El Planeta de Los Simios: Nuevo Reino

El director Wes Ball le da nueva vida a la épica franquicia global situada varias generaciones en el futuro tras el reinado de César, en el que los simios son la especie dominante que vive en armonía y los humanos han quedado reducidos a vivir en las sombras.

Presiona para
ver el trailer



TECATE EMBLEMA

¡Tecate Emblema 2024 ya está aquí! Este 17 y 18 de Mayo nos volveremos a encontrar en una tercera edición donde las canciones que forman el soundtrack de nuestras vidas nos harán vibrar, cantar y bailar al ritmo de cada nota.

Este año viviremos un capítulo lleno de magia, música y colores que nos harán pasar el fin de semana más chic de nuestras vidas.

El aquí y el ahora ha llegado... ¡Esta tercera edición será aún más EMBLEMÁTICA!

Presiona para
comprar tus
entradas.



17 Y 18
MAYO
2024

AUTÓDROMO
HERMANOS
RODRÍGUEZ

TECATE
EMBLEMA

VIERNES MAYO 17

SAM SMITH - MÅNESKIN - MARSHMELLO
NOAH CYRUS - XXXXX - PATY CANTÚ - ESTEMAN - MATISSE - RIIZE
ALEX PONCE - MONSIEUR PERINÉ - ELENA ROSE
NICOLE ZIGNAGO - BU CUARON - ÁCIDO PANTERA

SABADO MAYO 18

CALVIN HARRIS - CHRISTINA AGUILERA - NELLY FURTADO
NICKI NICOLE - ANITTA - AITANA - MIRANDA! - INNA
EMPRESS OF - GRYFFIN - SIGRID - THE CHANGE - LALI
THE ACES - TIMØ - RENZO TIPACTI - XXXX

ticketmaster.com.mx OCESA

03

04

IMPULSO W

LA PSICOLOGÍA DEL DISEÑO DE INTERIORES EN ESPACIOS DE TRABAJO

“

El diseño de interiores en espacios de trabajo va más allá de simplemente elegir muebles y colores atractivos. La forma en que se diseñan estos espacios puede tener un impacto significativo en la productividad, el bienestar y la satisfacción de los empleados. La psicología del diseño de interiores se centra en entender cómo los entornos físicos afectan el comportamiento humano y cómo se pueden diseñar de manera efectiva para mejorar la experiencia de las personas que los ocupan.

”

1. Creación de un Ambiente Inspirador

El diseño de interiores puede influir en el estado de ánimo y la motivación de los empleados. Espacios bien diseñados pueden inspirar creatividad, fomentar la colaboración y aumentar el sentido de comunidad entre los trabajadores. Por ejemplo, áreas comunes con iluminación natural, plantas y muebles cómodos pueden crear un ambiente acogedor que motive a los empleados a socializar y colaborar en proyectos.

2. Fomento de la Concentración y la Productividad

El diseño de interiores también puede afectar la capacidad de los empleados para concentrarse y realizar su trabajo de manera eficiente. La distribución del espacio, la acústica y la selección de colores pueden influir en la concentración y reducir distracciones.

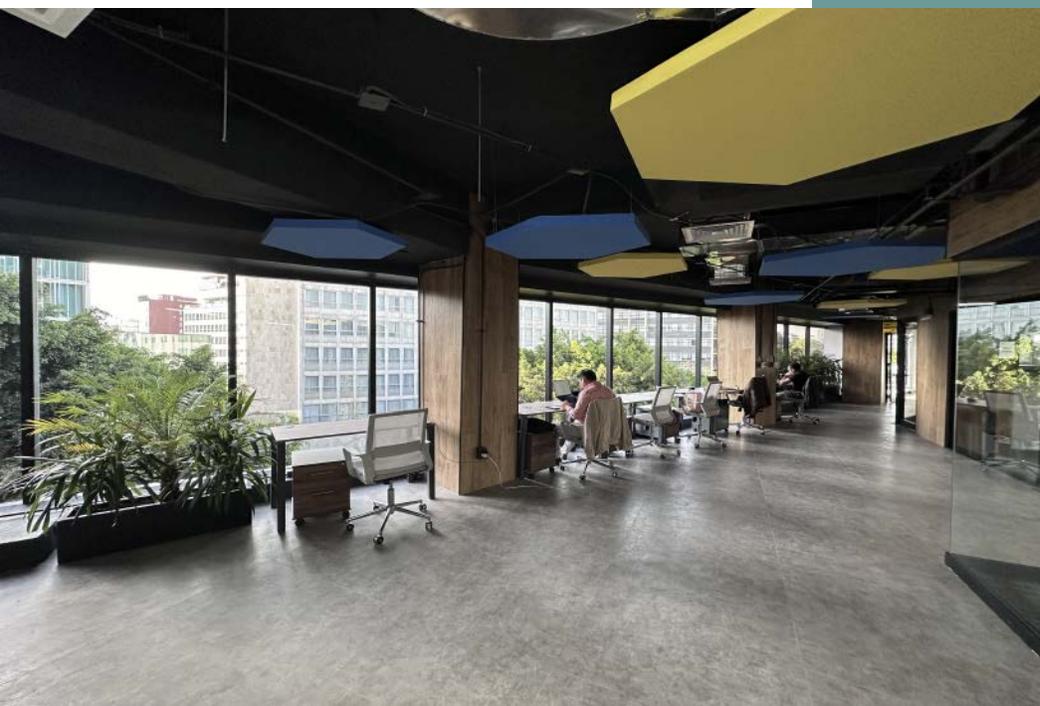
3. Mejora del Bienestar y la Salud Mental

Los espacios de trabajo que se diseñan considerando el bienestar de los empleados pueden tener un impacto positivo en su salud mental y emocional. La inclusión de elementos como áreas de descanso, espacios verdes y acceso a luz natural puede reducir el estrés y aumentar el bienestar general de los trabajadores. Además, un diseño que promueva la movilidad y la ergonomía puede ayudar a prevenir problemas de salud relacionados con la postura y el movimiento repetitivo.

4. Reflejo de la Cultura Organizacional

El diseño de interiores en espacios de trabajo también puede comunicar la identidad y los valores de una empresa. Desde la disposición del mobiliario hasta la

elección de los colores y la decoración, cada aspecto del diseño puede contribuir a crear una atmósfera que refleje la cultura organizacional. Por ejemplo, una empresa que valora la innovación y la creatividad puede optar por un diseño moderno y abierto, mientras que una empresa con un enfoque más tradicional puede preferir un diseño más formal y estructurado.



PRESIONA PARA VER
UN VIDEO
PARA CONOCER
MÁS



05

HEALTH CENTER

MEJORANDO LA SALUD EN LA OFICINA: ESTRATEGIAS Y CONSEJOS PRÁCTICOS

“

Pasamos una gran parte de nuestras vidas en entornos de oficina, y cómo se diseñan y se gestionan estos espacios puede tener un impacto significativo en nuestra salud y bienestar.

Desde la ergonomía del mobiliario hasta la calidad del aire interior, hay muchas formas en que las empresas pueden promover un entorno de trabajo saludable para sus empleados. A continuación, se presentan algunas estrategias y consejos prácticos para mejorar la salud en la oficina:

”

1. Fomentar la actividad física

La vida sedentaria puede tener efectos negativos en la salud, por lo que es importante fomentar la actividad física en el lugar de trabajo. Además, se pueden organizar actividades grupales, como clases de yoga o caminatas durante el almuerzo, para animar a los empleados a mantenerse activos.

2. Diseñar espacios ergonómicos

El mobiliario ergonómico puede ayudar a prevenir lesiones y molestias musculoesqueléticas, como dolores de espalda y cuello. Las sillas ajustables, los escritorios de altura regulable y los accesorios ergonómicos para computadoras pueden mejorar la postura y reducir la tensión en el cuerpo durante largas horas de trabajo.

3. Promover una buena postura y pausas activas

La conciencia postural es clave para prevenir problemas de salud relacionados con la postura, como la tensión muscular y los problemas de espalda. Las empresas pueden promover una buena postura proporcionando capacitación sobre ergonomía y recordatorios periódicos para realizar pausas activas y estiramientos.

4. Fomentar una Cultura de Bienestar

Promover una cultura de bienestar en la oficina puede involucrar actividades que abarquen aspectos físicos, mentales y emocionales de la salud. Esto puede incluir la provisión de opciones saludables en las máquinas expendedoras, la

organización de charlas sobre salud y bienestar, y la implementación de políticas que fomenten un equilibrio entre el trabajo y la vida personal. Al hacer del bienestar una prioridad, las empresas pueden crear un entorno que apoye la salud y el rendimiento de sus empleados.



PRESIONA PARA VER
UN VIDEO
PARA CONOCER
MÁS



NETWORKING

Centralers en esta ocasión nos aventamos una competencia de timbales, una receta deliciosa y super refrescante para el calor. ¿Estas listo para el siguiente networking? Apúntate con tu Office manager y acompáñanos.



centralers





SI BUSCAS



TERRAZA PARA EVENTOS

TERRAZA PARA EVENTOS **CORPORATIVOS**

TERRAZA PARA EVENTOS **SOCIALES**

TERRAZA PARA EVENTOS **INCREIBLES**

TERRAZA PARA EVENTOS **PERFECTOS**

SOMOS LA MEJOR OPCIÓN



TERRAZA CENTRAL
ROMA SUR



TERRAZA
POLANCO



TERRAZA CENTRAL
INSURGENTES SUR

SUCURSALES

COTIZA AHORA 55 6978 9551

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

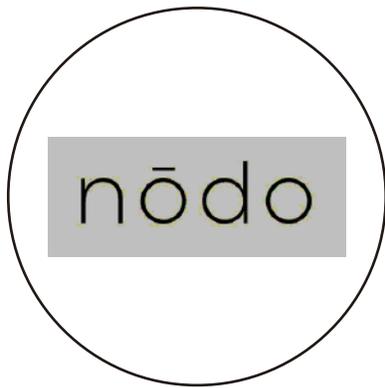
VAPIANO / COMIDA ITALIANA

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



Quaternum
Solutions
Group

QUATERNUM

20% de descuento en la compra de un mini split. (no incluye instalación).

Contacto: 55 1390 7799
contacto@quaternum.mx



STAYCONNECTED™
Powered by AT&T®

Stay Connect

Triple de GB en navegación en portabilidad
1 mes de renta gratis

Equipos incluidos de acuerdo al plan
(Motorola, Samsung, OPPO, iPhone)

Planes desde \$ 269.00 pesos con equipo
incluidos.

Contacto: 56 1413 3609
i.estrada@stayconnected.mx