

ESTILO DE VIDA

Oficinas baratas que miman al empleado

Tendencias ♦ Es posible trabajar duro y disfrutar de un masaje relajante en el mismo entorno

REDACCIÓN
redaccion@neg-ocio.com

Quizá le cueste meterse en el papel, pero haga un esfuerzo. Acaba de entregar un informe cuya sacrificada elaboración le ha robado toda la mañana y, antes de irse a comer, se pasa por el *spa* de su oficina a reponer fuerzas. Otro ejercicio de imaginación: lleva todo el día con un fuerte dolor de espalda porque no se ha levantado de su silla en ocho horas; entonces llama al fisioterapeuta de su oficina y se lleva el masaje puesto a casa. Un último intento: su horario de trabajo es tan ajustado que no ha podido apuntarse al gimnasio, pero por suerte ha practicado *pilates* en algunos ratos muertos sin salir de su lugar de trabajo.

Aunque es cierto que algunas empresas facilitan este tipo de servicios a sus empleados en sus propias sedes, no es lo habitual: quien quiera relax, que se lo busque por su cuenta.

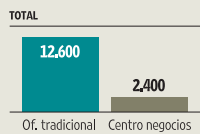
Una idea brillante

Si está pensando en montar un negocio o simplemente a modo de sugerencia, sepa que hay una forma de conseguir que los casos teóricos planteados más arriba se conviertan en experiencias reales sin tener que asumir unos gastos desorbitados. Al menos eso aseguran desde la Asociación Española de Centros

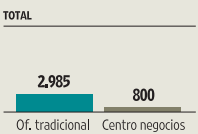
¿UN DERROCHE INNECESARIO?

■ Gasto medio nacional de financiación de una oficina, en euros.

Inversión inicial



Gastos mensuales



CONCEPTO	OFICINA TRADICION.	CENTRO DE NEGOCIOS
Depósito (a devolver)	1.200	1.600
Contratos de luz, gas, agua, etc.	400	0
Fotocopidora	3.000	0

CONCEPTO	OFICINA TRADICION.	CENTRO DE NEGOCIOS
Mensualidad	850	800
Servicio de limpieza	200	0
Servicio de seguridad	150	0

Fuente: ACN.

infografia@neg-ocio.com

de Negocios (ACN), una entidad que agrupa a más de 160 compañías de este sector.

Un centro de negocios es un espacio empresarial privado y compartido por profesionales independientes, pymes, delegaciones o emprendedores, cuyo objetivo principal es aprovechar el espacio y la puesta en común de algunos servicios. En el gráfico adjunto, ACN traduce a

cifras la diferencia de gasto que supone instalar una compañía en una oficina tradicional y en un centro de negocios. En él se destacan algunos de los datos más ilustrativos.

Es significativo que hacerse con una fotocopidora suponga más dinero (3.000 euros) que la inversión media inicial que debe hacer un empresario al contratar los servicios de un



No todo es estrés. Muchos centros de negocios españoles ofrecen instalaciones que ayudan a sus clientes a llevar mejor el estresante día a día en la oficina.



centro de negocios (2.400 euros).

Juzgue usted mismo. Por el momento quizá le pongan los dientes largos algunos ejemplos existentes en España.

Son de verdad

En Barcelona, Gran Vía Business & Meeting Center (www.granviaabc.com) cuenta con facilidades de alojamiento para sus

clientes de fuera en una casa de lujo y con un espléndido jardín japonés (en las imágenes horizontales).

En Cádiz, el Centro de Negocios y Convenciones Azabache (www.azabachecentrodenegocios.com) tiene un restaurante panorámico, Bahía Grande. También ofrece servicios de *spa*, gimnasio, clínica de estética y adelgazamiento.

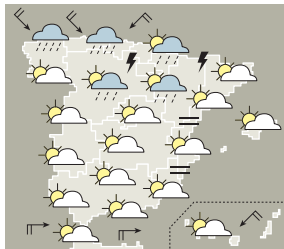
En Madrid, Help4U (www.help4u.es) apuesta por el relax en forma de masaje y acupuntura, y en Affirma La Moraleja (www.affirmabusinesscenters.com, también en Madrid) hay servicio de fisioterapia, gimnasio y una terraza-jardín.

Más. En Mallorca Office (www.palmaoffice.com) hay sala de pilates (en la imagen vertical). Así, hasta 160 centros. ♦

EL TIEMPO

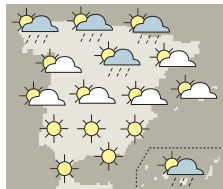


HOY EN ESPAÑA



	Máx.	Min.
Barcelona	29	24
Bilbao	23	17
Burgos	24	14
La Coruña	20	16
Madrid	33	21
Murcia	36	23
Sevilla	36	20
Toledo	35	21
Valencia	32	23
Valladolid	29	16
Zaragoza	34	22

MAÑANA



TEMPERATURAS MUNDO

	Máx.	Min.
Berlín	33	19
Bruselas	24	18
Londres	24	13
Nueva York	30	21
París	24	20
Tokio	34	26

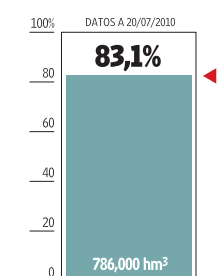
renfe viajes.com
Sea cual sea tu viaje.
HOTELS - VACACIONES - COCHES DE ALQUILER - ENTRADAS - PRECIO MÍNIMO GARANTIZADO

Fuente: AEMET.

infografia@neg-ocio.com

EMBALSES

■ Nivel medio de agua almacenada en los embalses de la Comunidad de Madrid.



Información facilitada por:



Fuente: Canal de Isabel II.

Negocio

PROGRAMACIÓN

Intereconomía

07:30	Capital la bolsa y la vida
10:00	Teletienda
11:00	Mucho que decir
14:00	Boletín
14:30	Crónica 1
15:05	El tiempo
15:40	Empresas con id.
16:10	Fuego cruzado
17:05	Cierre de mercados
19:40	Colocate
20:40	Empresas con id.
21:08	Los clones
21:30	Crónica 2
22:00	El gato al agua
00:00	Dialogos al limite
00:30	Parada obligada (redif.)
00:50	Los clones (redifusión)
01:30	Tiempo de tertulia

16:00	The Call
17:00	European closing Bell
18:00	Power lunch US
18:45	Europe tonight
20:00	US Street signs
21:00	Closing Bell US
23:00	Meeting of the Minds: The Future of Capitalism

CNN+

12:00	Edición matinal
13:00	Edición tarde
15:30	Cara a cara
15:30	Cara a cara
16:00	Edición tarde
17:45	Cierre de mercados
18:50	Estrenos
19:00	Edición tarde
19:50	La red
20:00	Edición Noche
20:50	Economía CNN+
21:00	Edición Noche
21:30	Cara a cara
22:00	Edición Noche
22:30	El debate CNN+
23:00	Edición Noche
23:30	Economía 23

CNBC

07:00	Squawk Box Europe
10:00	Worldwide Exchange
12:00	Squawk Box US
14:00	Squawk on the Street

Gestiona Radio

06:00	Primera hora con J.R. Inguanzo
09:00	Primera hora con Alejandro Avila
14:00	Economía a las 2 con Marisa Martin
15:00	Tiempo Real con Rocio Arvizu
18:00	El Bulevar con Aina Ariztoy