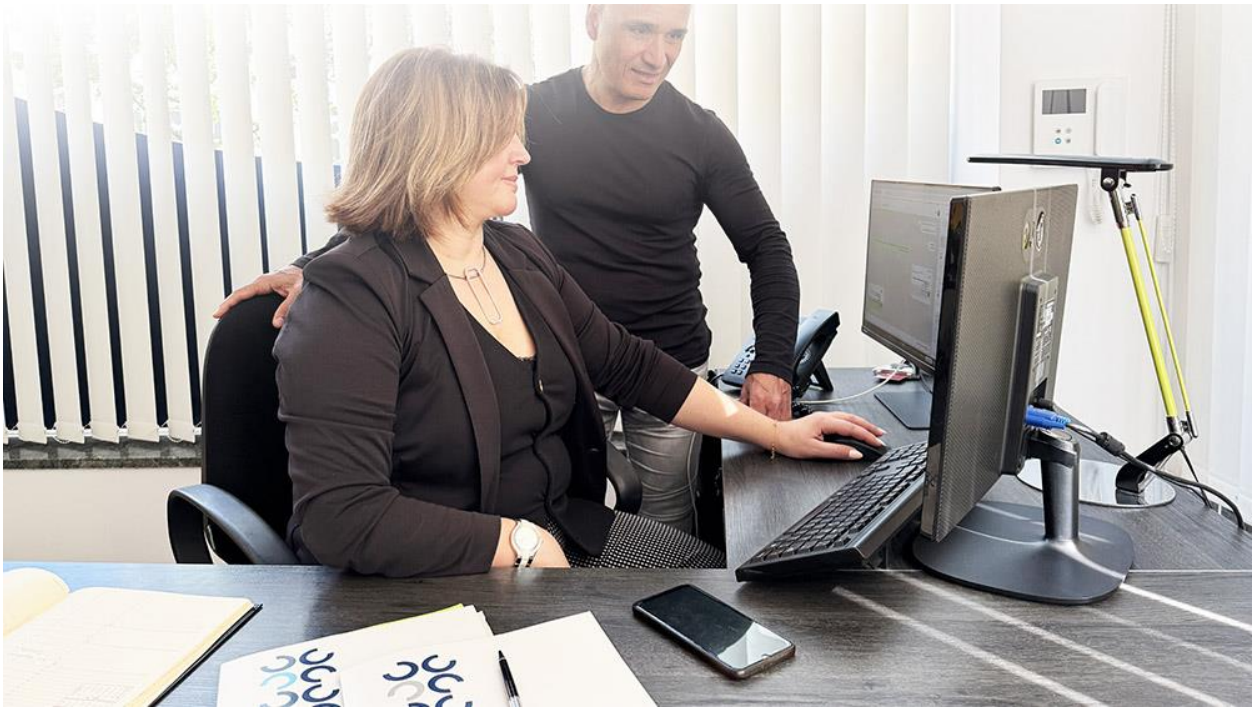
¿Qué es Centrum?



Centrum nace con una idea clara: Crear un entorno colaborativo **donde profesionales puedan desarrollar su actividad** con foco, rodeados de otros especialistas y con **un espacio y recursos alineados con el nivel de los servicios** que estos ofrecen.

Nuestra actividad **se organiza en tres áreas específicas**, que trabajan entrelazadas en muchos casos

CENTRUM Professionals

Centrum Hub



Mediante **Centrum Hub** creamos **un entorno profesional estratégico** donde **profesionales expertos independientes** desarrollan su actividad en un marco **diseñado para crecer**, **colaborar** y **generar nuevas oportunidades** de negocio.

Conectamos talento, impulsamos **sinergias reales** y facilitamos que cada miembro **acceda a clientes**, **visibilidad** y **recursos** que serían difíciles de conseguir de forma individual. En esencia, es una **plataforma de crecimiento profesional compartido** donde trabajar deja de ser solo ejercer y pasa a ser evolucionar.

Diseñado para **ayudarte a crecer**, **colaborar** y generar **nuevas oportunidades**

En Centrum Hub, **valoramos el talento y la dedicación de nuestros asociados y colaboradores**, ofreciendo oportunidades de desarrollo profesional y un ambiente de trabajo colaborativo.

Mucho más que un lugar físico: es un ecosistema cuidadosamente construido en el que cada profesional opera con exclusividad en su especialidad, lo que eleva el nivel del conjunto y evita la competencia interna.

- **Comunidad estratégica**: Acceso a un entorno de profesionales seleccionados que comparten objetivos, colaboran y generan proyectos conjuntos.
- **Generación de clientes** (networking interno): Derivación de clientes entre profesionales del centro, creando un flujo constante de oportunidades de negocio.
- **Posicionamiento y visibilidad**: Presencia dentro de la marca CENTRUM, promoción conjunta, redes sociales y acciones de marketing compartidas.
- **Dirección fiscal y domiciliación profesional**: Posibilidad de establecer la dirección del negocio en CENTRUM, reforzando imagen y credibilidad.
- **Espacios profesionales exclusivos**: Consultas y salas totalmente equipadas para atender clientes en un entorno cuidado y profesional, con exclusividad por especialidad.
- **Salas para talleres y eventos**: Espacios preparados para impartir formaciones, charlas y actividades que atraen nuevos clientes.
- **Creación de contenido profesional**: Uso del espacio para grabar contenido (RRSS, formaciones, marca personal) en un entorno estético y coherente.

Si **eres un experto en tu campo** y estás **buscando oportunidades para crecer** y **colaborar** con otros profesionales de primer nivel entonces ¡Centrum Professionals es el lugar para ti! únete a nuestro equipo.

Servicios profesionales

Servicios profesionales **ofrecidos por el equipo especialista residentes** de Centrum: Bufete de Abogados, Asesoría Fiscal y Laboral, Coaching, ... y mucho más.

En Centrum estamos **comprometidos con el éxito de nuestros clientes**. Con **más de 10 años de experiencia** en servicios empresariales, nos hemos ganado el reconocimiento de los clientes que confían en nuestro equipo. Nuestra misión es proporcionar **soluciones integrales** y personalizadas para las necesidades únicas de cada cliente.

Nuestro equipo de expertos en diversas áreas de gestión empresarial, estamos preparados para ayudarte a superar tus retos y lograr objetivos.

Bufete de abogados



Somos un **Despacho de Abogados** especializados en el área de **Derecho civil** y **Derecho laboral**.

Área de Derecho Civil

- **Derecho de familia**: Divorcios, convenios reguladores, guardia y custodia, pensiones de alimentos.
- **Sucesiones y Herencias**: planificación testamentaria, declaración de herederos, adjudicación de bienes.
- **Contratos y Obligaciones**: Redacción y revisión de contratos de alquiler, compraventas, reclamación de cantidad (impagos).

Area de Derecho Laboral

- **Despidos Reclamaciones** de cantidad (nóminas, horas extras, finiquitos).
- **ERTE**s y **ERES**.
- **Incapacidades laborales** y accidentes de trabajo .
- **Acoso laboral** y vulneración de derechos fundamentales.

Asesoría Fiscal/Laboral



Nuestros **servicios de Asesoría Fiscal/Laboral** cubren un amplio abanico de necesidades, incluyendo **asesoramiento financiero**, planificación fiscal, gestión de **recursos humanos**, **conformidad legal** y normativa, **gestión contable** y mucho más. Estamos comprometidos a proporcionar las herramientas y los recursos necesarios para hacer crecer tu negocio y llevar tu negocio al éxito.

En Centrum Asesoría, cada cliente es único y cada proyecto es una oportunidad para hacer una diferencia positiva. Estamos aquí para escuchar, comprender vuestras necesidades y trabajar juntos para encontrar las mejores soluciones para vuestro negocio.

Área fiscal

- Preparación y presentación de IVA (modelo 303 y 390).
- IRPF (retenciones de alquileres, profesionales) .
- Impuesto de Sociedades (modelo 200-202).
- Declaraciones informativas: modelos anuales (347,190, 180).
- Planificación fiscal: análisis de beneficios para reducir legalmente el pago de impuestos antes del cierre del año.
- Asistencia representación: defensa ante inspecciones de Hacienda, contestación a requerimientos y recursos administrativos.
- Impuesto sobre la renta (IRPF) campaña anual de la renta para particulares y autónomos.

Área laboral

se ocupa de toda la relación administrativa entre la empresa, sus trabajadores y la seguridad social.

- Gestión de nóminas (confección mensual de recibos de salarios y finiquitos).

- Seguridad Social: altas, bajas y variaciones de trabajadores (sistema RED)y liquidación de cotizaciones (seguro sociales).
- Contratación: asesoramiento sobre tipos de contratos, bonificaciones vigentes y prórrogas.
- Trámites específicos: gestión de partes de baja por enfermedad (IT) o accidentes de trabajo (Delta).
- Relaciones laborales: asesoramiento en despidos sanciones disciplinarias y representación en conciliaciones.

Área contable

- Registro de operaciones: mecanización de facturas recibidas, emitidas, gastos y movimientos bancarios.
- Libros oficiales: elaboración y legalización de los libros de diario, de inventario y cuotas anuales en el Registro Mercantil.
- Conciliación bancaria: verificación de que el saldo contable coincide con la realidad de las cuentas bancarias.
- Informe de situación: elaboración de balances de situación y cuentas de pérdidas y ganancias trimestrales para que el cliente conozca la salud de su negocio.

Otros servicios

- **Constitución de sociedades**: altas en el censo (IAE), trámites en notaría y registro mercantil.
- **Gestión de autónomos**: Alta en el RETA y asesoramiento en módulos o estimación directa.
- **Auditoría interna**: revisión de la contabilidad para detectar errores antes de un cierre oficial.

Coaching



El **coaching cognitivo-conductual** (CCC) es una **metodología de desarrollo personal y profesional** basada en los principios de la psicología cognitivo-conductual (TCC). Combina técnicas del coaching tradicional (orientadas a objetivos y motivación) con herramientas cognitivas y conductuales (centradas en cómo pensamos y actuamos).

Elementos clave

1. **Cognitivo**: Se enfoca en identificar y modificar pensamientos automáticos, creencias limitantes y patrones de pensamiento negativos que afectan la conducta y el bienestar.
Ejemplo: Una persona puede pensar “No soy capaz de hablar en público” y, a través del CCC, se cuestiona y reestructura esa creencia.
2. **Conductual**: Busca cambiar hábitos, acciones y comportamientos que limitan el desempeño o la satisfacción personal.

Incluye técnicas de exposición gradual, planificación de metas, modelado de conductas y refuerzo positivo.
3. **Coaching**: Trabaja con un proceso estructurado y orientado a metas, donde el coach ayuda a la persona a clarificar objetivos, diseñar estrategias y mantener la motivación.
Se diferencia de la terapia: el foco no es tratar un trastorno clínico profundo, sino potenciar recursos y habilidades para el logro de objetivos específicos.

¿A quién va dirigido?

El CCC es especialmente útil para personas que desean mejorar su desempeño, cambiar hábitos o manejar emociones en distintos ámbitos. Entre los destinatarios principales se incluyen:

- **Profesionales y ejecutivos**: para mejorar habilidades de liderazgo, gestión del estrés y toma de decisiones.
- **Estudiantes y jóvenes adultos**: para aumentar la motivación, la concentración y la autoconfianza académica.
- **Deportistas**: para optimizar la mentalidad, superar bloqueos y mejorar el rendimiento.
- **Personas con desafíos personales leves**: como ansiedad leve, procrastinación, hábitos no deseados, miedo escénico o baja autoestima.
- **Cualquier individuo motivado al cambio**: siempre que esté dispuesto a trabajar activamente en sus pensamientos, emociones y comportamientos.

No está dirigido principalmente a personas con trastornos psicológicos graves sin supervisión profesional, aunque puede complementar terapia bajo indicación de un psicólogo.

¿Por qué se utiliza?

El CCC se utiliza porque combina evidencia científica con aplicación práctica orientada a resultados:

1. **Cambio de pensamientos limitantes**: Muchos problemas de desempeño o malestar emocional surgen de patrones de pensamiento negativos o distorsionados.
2. **Modificación de conductas**: Cambiar la acción genera cambios en la

percepción y en los resultados.
3. **Orientación a objetivos**: Se centra en metas concretas, haciendo más tangible el progreso.
4. **Autoeficacia y autonomía**: Ayuda a la persona a adquirir herramientas que luego puede aplicar de forma independiente.

¿Qué se puede conseguir con coaching cognitivo-conductual?

El CCC permite resultados concretos en varias áreas de la vida:

a) **Personal**.
• Reducción de ansiedad y estrés leve.
• Mejora de la autoestima y autoconfianza.
• Mayor resiliencia frente a adversidades.
• Manejo de emociones y regulación afectiva.
b) **Profesional**.
• Mejora en la productividad y gestión del tiempo.
• Habilidades de liderazgo y comunicación.
• Superación de bloqueos para hablar en público o asumir responsabilidades.

c) **Conductual**.
• Adopción de hábitos saludables.
• Reducción de conductas de procrastinación.
• Desarrollo de rutinas efectivas para el logro de objetivos.
d) **Cognitiva**.
• Identificación de creencias limitantes.
• Reestructuración de pensamientos negativos.
• Desarrollo de pensamiento positivo y realista orientado a la acción.

CENTRUM Professionals

Resumen

El **coaching cognitivo conductual** (CCC) es un **método de alto impacto** diseñado para **acelerar el rendimiento**, eliminar bloqueos mentales y convertir objetivos en resultados medibles. Combina técnicas científicas con una ejecución práctica, rápida y orientada a acción, ideal para profesionales que buscan mejorar desempeño, liderazgo y claridad estratégica.
El CCC permite que una persona **identifique pensamientos y conductas que le limitan**, los modifique y avance hacia objetivos concretos, desarrollando autonomía, confianza y eficacia personal.

Proyectos

En Centrum **impulsamos proyectos con potencial** y **ayudamos a profesionales** a **convertir sus ideas en negocios sólidos**, **visibles** y preparados **para crecer**.

Ofrecemos mucho más que un espacio de trabajo: Creamos un entorno estratégico donde encuentras apoyo, conexiones, visibilidad y recursos para desarrollar tu proyecto acompañado de una comunidad profesional que suma valor real. Si hay una idea, una especialidad o un negocio en crecimiento, **aportamos la estructura**, la **imagen** y las **oportunidades** necesarias para llevarlo al siguiente nivel.
Un proyecto merece algo más que intentarlo solo. En Centrum **reunimos a profesionales con talento** y visión que quieren transformar una idea en un negocio real, sólido y con oportunidades de crecimiento.
Te **ofrecemos el entorno**, las **conexiones** y el **impulso estratégico** que muchas veces marcan la diferencia entre avanzar… o quedarse estancado.
Aquí no solo encuentras un espacio para trabajar. **Encuentras una comunidad que te abre puertas**, potencia tu valor profesional y te ayuda a crecer rodeado de personas que también construyen.
Centrum es el lugar donde **los proyectos dejan de ser planes** y empiezan a convertirse en realidad.