

MASQi
THE ENERGY HOUSE

aepa 



PROGRAMAS CORPORATIVOS MASQI

CONTEXTO

¿Por qué importa ahora el bienestar laboral?

Hoy en España la salud mental en el trabajo es una prioridad real y creciente.

Las bajas por problemas de salud mental han aumentado un **88 % desde 2018** y ya son la **segunda causa de absentismo laboral en el país**, solo por detrás del dolor físico.

Más de **600 000 trabajadoras y trabajadores** estuvieron de **baja por salud mental** en 2023, un fenómeno vinculado directamente al **estrés crónico** y al **desequilibrio entre vida profesional y personal**.

La **presión laboral, la ansiedad y el burnout** generan impactos directos en **productividad, absentismo y rotación**, con consecuencias económicas y culturales relevantes para cualquier organización.

Esto no es un “tema de moda”: es un desafío estructural para empresas competitivas que quieren retener talento, reducir rotación y fortalecer su reputación como empleadores de referencia.

PROGRAMAS CORPORATIVOS

QUÉ APORTA MASQI THE ENERGY HOUSE: UN SISTEMA COMPLETO, NO UNA ACCIÓN AISLADA

MasQi Alicante: Bienestar integrado en la vida laboral

- Un espacio urbano donde los empleados pueden cuidarse sin salir de su rutina diaria: Clases de yoga, movimiento y meditación en horarios compatibles con la jornada laboral (clases a las 06:30 h / y hasta las 19:00 h).
- Área Recovery: sauna, cold plunge, pileta de agua caliente para recuperación física y mental.
- Masajes y terapias para gestión del estrés y la ansiedad.
- Restaurante saludable como punto de encuentro, donde comunidad y autocuidado se dan la mano.

→ ***Ideal para prevención, hábito y autocuidado continuo.***

PROGRAMAS CORPORATIVOS

QUÉ APORTA MASQI THE ENERGY HOUSE: UN SISTEMA COMPLETO, NO UNA ACCIÓN AISLADA

MasQi Mariola: Recuperación profunda y transformación

En plena Sierra de Mariola, MasQi ofrece:

- Programas especializados para sanar burnout, estrés acumulado y fatiga emocional.
- Estancias de fin de semana o varios días para directivos y perfiles clave.
- Espacios de silencio, naturaleza, yoga, meditación, terapias y alimentación consciente.

→ **Pensado para cuando el estrés ya no se soluciona con “una clase más”, sino con pausa real y acompañamiento profundo.**

PROGRAMAS CORPORATIVOS

MODELOS DE COLABORACIÓN POSIBLE

1. Beneficio específico para empleados

- **10% de descuento en estancias** (alojamiento, pensión completa y programas) en *MasQi Sierra de Mariola*
- **10% de descuento en membresías** mensuales en *MasQi Alicante*
- **10% de descuento** en áreas **RECOVERY** (zona spa) y **HEAL** (masajes y terapias) en *MasQi Alicante*
- **10% de descuento** en el **restaurante** de *MasQi Sierra Mariola y Alicante*
- **10% de descuento** en los siguientes packs:
 - MasQi Sierra Mariola: [MasQi Day](#)
 - MasQi Alicante:
 - Retiro Urbano (Yoga, spa, menú y masaje)
 - Relax MasQi (Spa, menú y masaje)
 - Pack HEAL (5 masajes o terapias)
 - Pack Recovery (5 sesiones de spa recovery)
 - Ver todas las tarifas de Alicante [aquí](#).

PROGRAMAS CORPORATIVOS

MODELOS DE COLABORACIÓN POSIBLE

2 – Propuesta premium para liderazgo y talento clave - Ubicación MasQi Mariola

- Retiros de fin de semana para directivos (prevención y recuperación del burnout).
- Programas de liderazgo consciente y sostenibilidad personal.

→ Incentivo de alto valor emocional y reputacional.

3 – Offsites y team building conscientes

- Offsites de equipos creativos y estratégicos - MasQi Mariola
- Experiencias de team building consciente - MasQi Mariola y Alicante
- Jornadas en un espacio que favorece foco, creatividad, cohesión y pensamiento profundo - MasQi Mariola y Alicante

→ Muy alineado con equipos creativos, innovación y cultura corporativa.

PROGRAMAS CORPORATIVOS

MODELOS DE COLABORACIÓN POSIBLE

4 – Charlas y talleres ofrecidos por MasQi, tanto en espacios propuestos por AEPA como en nuestros espacios

- Breathwork enfocado a la visualización y consecución de objetivos
- Alimentación inteligente
- Taller de Cocina Macrobiótica
- Estilo de vida saludable
- Herramientas clave de mindfulness para gestionar el estrés y mejorar la productividad

3 – Gastronomía

- Servicio de catering en espacios de AEPA y o en ubicaciones de terceros donde se celebran eventos corporativos

PROGRAMAS CORPORATIVOS

BENEFICIOS PARA LA EMPRESA

Los programas de bienestar de MasQi pueden integrarse como parte de una **estrategia global de People & Culture**, contribuyendo a **reducir estrés, burnout y absentismo**, y acercando a la empresa a certificaciones y sellos de calidad en bienestar laboral reconocidos a nivel nacional e internacional, como *Empresa Saludable*, *Top Wellbeing Company* o *Top Employer*.

MasQi no es solo un centro de bienestar. Es un sistema creado para cuidar la energía de las personas en el día a día, y también cuando necesitan parar de verdad.

Alicante para el hábito. Mariola para la profundidad.

Una propuesta coherente para empresas que quieren cuidar a su gente de forma responsable, inteligente y con impacto real.