



# CUENCA TELETRABAJO *friendly*





Por su atractivo cultural y natural, su ubicación cerca de grandes urbes pero a la vez su nivel de vida asequible, Cuenca es un destino ideal para asentarse a vivir, tanto para teletrabajadores independientes, como para familias teletrabajadoras.



## Cuenca, emblema de calidad de vida, un destino perfecto para teletrabajar

En un mundo cada vez más digitalizado y tras la pandemia sanitaria de la covid-19, el teletrabajo se ha implementado en muchas empresas como una realidad a largo plazo. Con esta nueva situación, los empleados de muchas compañías, fundamentalmente pertenecientes al sector TIC, se encuentran con la situación inédita de poseer plena libertad de movimiento, pudiendo elegir el lugar donde desean vivir, sin depender de la localización física de sus oficinas centrales.

Como veremos a continuación, Cuenca ofrece una enorme variedad de ventajas para quienes eligen este lugar para teletrabajar o, por qué no, instalar oficialmente sus empresas.

Además, al ser un enclave único ubicado a escasos kilómetros entre Madrid y Valencia, es un destino ideal para trabajadores que tengan que asistir presencialmente a su puesto de trabajo únicamente uno o dos días en semana.



AYUNTAMIENTO DE CUENCA



Castilla-La Mancha



GOBIERNO DE ESPAÑA

MINISTERIO DE INDUSTRIA, COMERCIO Y TURISMO

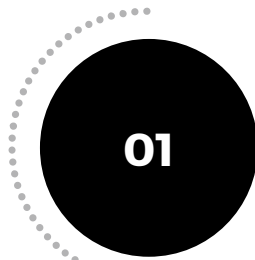
SECRETARÍA DE ESTADO DE TURISMO

PLAN DE SOSTENIBILIDAD TURÍSTICA EN CUENCA



# Cuenca, un destino de nómadas digitales

## CALIFICACIÓN GENERAL



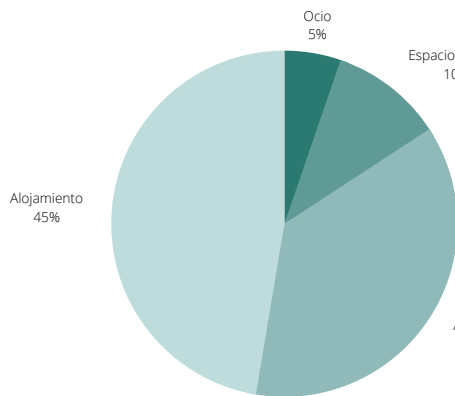
Internet  
Seguridad



Costes



Calidad de vida



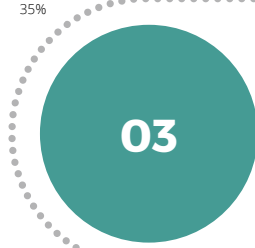
## COSTE MEDIO

Datos [www.cuantocuestavivir.com](http://www.cuantocuestavivir.com)



## PRESUPUESTO

En función de 1.100€



Menú en Restaurante	11€
Una Cerveza	1,9€
Pan (500gm)	0,9€
Botella de Agua (1,5 L)	0,5€
Docena de huevos	2€
Gimnasio cuota mes	30€
Gastos sumistros Apart. 85m2	126€
Espacio Coworking	Posibilidad de gratuidad

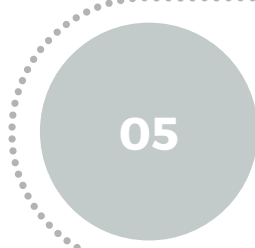
Hospitales	2
Camas Hospitalarias	471
Quirófanos	11
Centros de Salud	4



## SALUD Y SEGURIDAD

Libre de ruidos  
Emisiones CO2 bajas  
Bajo índice de infracciones

## EDUCACIÓN



Infantil, Primaria y Secundaria		Educación Universitaria y Profesional	
Guarderías Públicas	3	Facultades	8
Guarderías Privadas	9	Grados	19
Colegios Concertados	3	Centros FP	9
Colegios Públicos	13	FP	50 aprox.

Ratio 20 alumnos por clase

Facultades: Ciencias Sociales, Bellas Artes, Ciencia, Educación y Humanidades, Comunicación, Escuela Politécnica, Enfermería, Educación y Trabajo social



AYUNTAMIENTO DE CUENCA



Castilla-La Mancha



GOBIERNO DE ESPAÑA

MINISTERIO DE INDUSTRIA, COMERCIO Y TURISMO

SECRETARÍA DE ESTADO DE TURISMO

PLAN DE SOSTENIBILIDAD TURÍSTICA EN CUENCA



# OCIO Y CULTURA

Datos INE

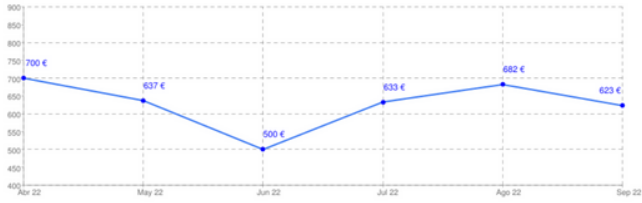
06

11 m2 zonas verdes por habitante aprox  
1 bar o restaurante cada 323 habitantes  
1 museo cada 3600 habitantes  
1800km de senderos en la provincia

Evolución del alquiler en Cuenca ( Cuenca )

↓ -11,0 % Últimos 6 meses | ↓ 623 € Precio medio

6 meses | 1 año



07

## PRECIO MEDIO DE ALQUILER

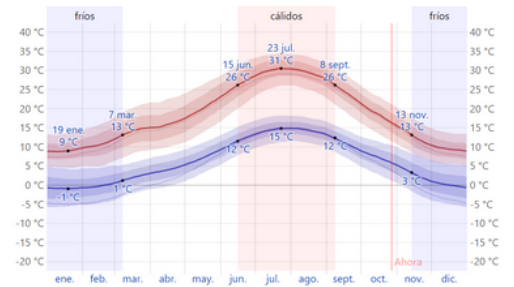
Datos [www.enalquiler.com](http://www.enalquiler.com)

## CLIMA (TEMPERATURA)

Datos [www.es/weatherspark.com](http://www.es/weatherspark.com)

08

Temperatura máxima y mínima promedio en Cuenca

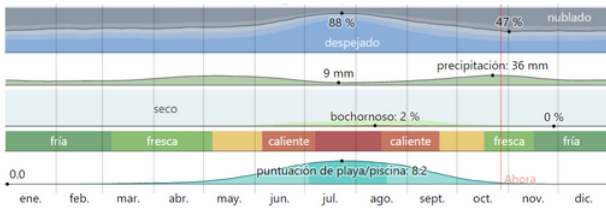


09

## CLIMA (PRECIPITACIONES)

Datos [www.es/weatherspark.com](http://www.es/weatherspark.com)

El clima en Cuenca

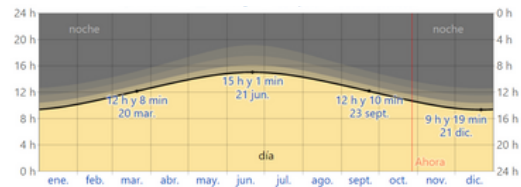


## HORAS DE LUZ

Datos [www.es/weatherspark.com](http://www.es/weatherspark.com)

10

Horas de luz natural y crepúsculo en Cuenca



AYUNTAMIENTO DE CUENCA



Castilla-La Mancha



GOBIERNO DE ESPAÑA

MINISTERIO DE INDUSTRIA, COMERCIO Y TURISMO

SECRETARÍA DE ESTADO DE TURISMO

PLAN DE SOSTENIBILIDAD TURÍSTICA EN CUENCA



# 1 Nivel de vida y ubicación

Uno de los principales beneficios de Cuenca como ubicación para vivir es su nivel de vida económicamente asequible, siendo una ciudad ubicada a menos de 200km de Madrid y de Valencia, su coste de vida llega a ser un 50% menor, así el precio medio de un piso de alquiler en Cuenca de 2 o 3 habitaciones, ronda en 2022 los 500/600€.

Es el destino perfecto para pseudo teletrabajadores que tengan que asistir de manera presencial uno o dos días por semana ya que en menos de dos horas podrán regresar a la ciudad de la casas colgadas en vehículo particular, o en escasos 50 minutos en el tren de alta velocidad. Además, prácticamente la mayor parte de los desplazamientos interurbanos se pueden hacer a pie.

# 2 Tren de alta velocidad

Cuenca Fernando Zóbel es la estación de tren de alta velocidad que conecta a la ciudad y provincia de Cuenca con el resto de ciudades españolas desde el año 2010. Actualmente, Cuenca se encuentra en las rutas de AVE e Iryo, permitiendo gran accesibilidad a Cuenca como buena conectividad con otros destinos en pocas horas.



**CUENCA - MADRID**

**53 min**

**CUENCA - VALENCIA**

**58 min**

**CUENCA - BARCELONA**

**4 h**

**CUENCA - SEVILLA**

**4 h 18 min**

**CUENCA - ZARAGOZA**

**3 h 7 min**

# 3 Servicios para Teletrabajadores

**Conectividad 5G** - Tanto la ciudad de Cuenca como más de 70 de sus municipios cuentan con conectividad 5G, una tecnología que permite "descargar contenidos a cinco veces más velocidad que con 4G, una menor latencia para poder teletrabajar o conferencias y reuniones virtuales sin retardo y la posibilidad de tener un gran número de dispositivos conectados de forma simultánea sin perder calidad.

**Coworkings** - Teletrabajar no significa necesariamente llevarte la oficina a casa. En Cuenca y en su provincia encontrarás una gran variedad de coworkings: oficinas compartidas donde recrear el mejor ambiente laboral, con la ventaja de separar tu espacio personal del de trabajo. Incrementar la concentración y la productividad y establecer relaciones profesionales son algunas de las ventajas de trabajar en un coworking. En concreto, Cuenca tiene espacios públicos y privados de coworkings: **Espacio Cu-Working** (perteneciente a la Diputación Cuenca), **AJE Coworking** y empresas privadas con zona de trabajo o deporte.

**Colivings** - El coworking ha dado un paso más allá y en muchas ciudades como Cuenca, se está implantando la fórmula del coliving. Este término es una extensión del coworking al mercado de la vivienda. Es un tipo de comunidad (generalmente internacional) enfocada a agrupar jóvenes emprendedores, nómadas digitales y creativos en un mismo edificio en el que comparten espacios de trabajo y vivienda, fomentando el desarrollo profesional.

**Apartamentos y empresas de alquiler de apartamentos** - Para quienes planean vivir una estancia de duración media o larga, o mientras que encuentras tu asentamiento definitivo en Cuenca, una fantástica elección es alquilar un apartamento turístico. ¡Son muchísimas las opciones que encontrarás a lo largo de toda la ciudad de Cuenca!







## 4 Servicios de Educación y Salud

Cuenca, pese a ser una ciudad con pequeña densidad de población, encallada en la naturaleza, con poca distancia entre sus distintos puntos de interés y en la que hay gran calidad de vida, es una capital de provincia, y como tal, cuenta con todos los servicios necesarios sobre todo, en ámbitos de salud y educación.

Cuenca cuenta con dos hospitales públicos, cuatro centros de salud en su capital y varios consultorios médicos.

Respecto al sector de la Educación, Cuenca cuenta con 3 guarderías públicas, 9 guarderías privadas, 13 colegios públicos, 3 colegios concertados, siendo el ratio de alumnos por clase de 20.

Además, Cuenca está orgullosa de contar con la Universidad de Castilla-La Mancha con 8 facultades y 19 Grados Universitarios y, con 9 centros formativos con casi 50 FPs .

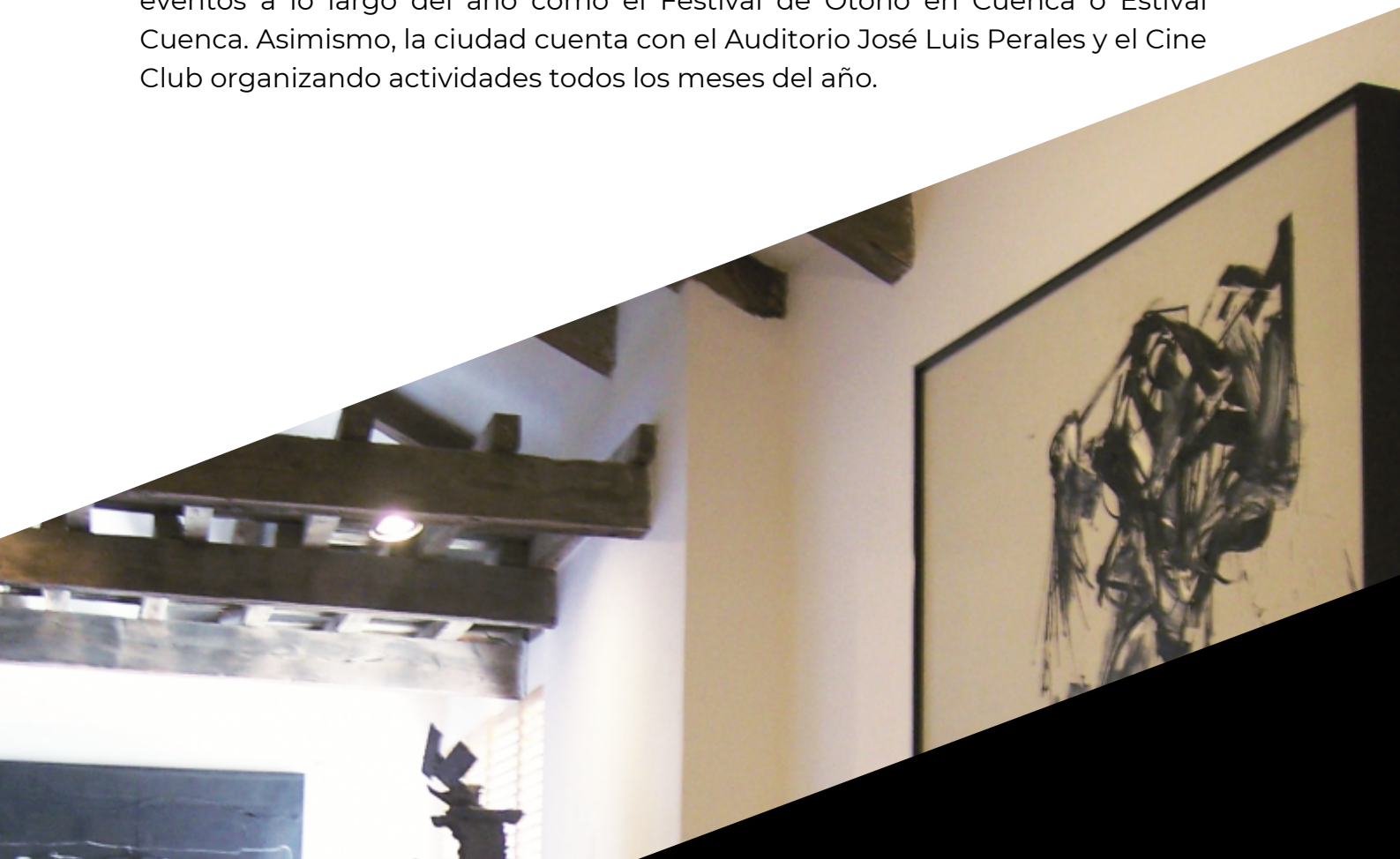
# 5 Oferta Cultural

El rasgo más destacado de la ciudad es su belleza que surge, por un lado de la armonía entre naturaleza y espacio arquitectónico, y por otro lado, su larga trayectoria histórica que nos ha dejado un importante legado cultural y monumental.

El 6 de diciembre de 1996 Cuenca fue declarada por la UNESCO Ciudad Patrimonio de la Humanidad, gracias a su magnífica preservación del paisaje urbano original, fortaleza medieval, su rica arquitectura civil y religiosa de los siglos XII al XVIII, y esa excepcional fusión de la ciudad con el bellissimo entorno natura en que se enclava.

Cuenca, es la ciudad con más museos per cápita, destacando entre otros por su reconocimiento a nivel nacional el Museo de Arte Abstracto, la Fundación Antonio Saura, la Fundación Antonio Perez, el Museo de las Ciencias de Castilla-La Mancha o el Museo de Paleontología de Castilla-La Mancha.

Además, Cuenca tiene una gran oferta cultural en la calle gracias a diferentes eventos a lo largo del año como el Festival de Otoño en Cuenca o Estival Cuenca. Asimismo, la ciudad cuenta con el Auditorio José Luis Perales y el Cine Club organizando actividades todos los meses del año.





# 6 Naturaleza

La naturaleza abraza a Cuenca y se funde con la ciudad, perfecto ejemplo de integración urbana en un medio natural singularmente atractivo. Las espectaculares hoces de los ríos Júcar y Huécar -refugio de numerosas especies de aves- esculpen el paisaje conformando un patrimonio natural que invita a ser explorado tanto por familias como por aventureros.

Cuenca nos permite disfrutar del Parque Natural de la Serranía y su entorno de alto valor como reserva de biodiversidad. Los monumentos naturales: Palancares y Tierra Muerta, Nacimiento del Río Cuervo, Hoz de Beteta, Ciudad Encantada... son otros lugares imprescindibles. Además, cuenta con un gran diversidad de fauna y flora, los bosques de pino silvestre, tilos y arces acompañan paseos y rutas para descubrir la Naturaleza.





## 7 Gastronomía

De la mesa más refinada a platos contundentes, siempre con materias primas de alta calidad y proximidad. Comer en Cuenca es una experiencia incomparable gracias a la amplia variedad de establecimientos repartidos por la ciudad, algunos de ellos premiados por prestigiosas guías de gastronomía por sus exquisitas interpretaciones de la cocina tradicional.

Tradición en los asadores y mesones de cocina castellana y manchega que reviven a diario productos con denominación de origen como el cordero manchego, junto al cabrito y la caza preparada de mil formas. La miel, el aceite de oliva, el queso, el ajo morado, el pan ... no dan tregua al visitante, que sucumbirá a los zarajos, las migas con huevo, el ajo arriero o el gazpacho pastor, para finalizar con alajú, un postre de origen árabe hecho de almendras y miel, sin olvidar la multitud de variedades de vinos cultivados y producidos en la provincia.

## 8 Ocio

Quienes buscan ocio y diversión, encontrarán en Cuenca el destino perfecto. Rutas nocturnas, eventos como la Semana Santa, las Ferias y Fiestas de San Julián, San Mateo o la Semana y Música Religiosa, actividades temáticas y mucho más para pasarlo en grande. Cuenca es cultura y naturaleza, poblaciones rurales, cultura e historia, sorprendentes paisajes de interior y bellas postales de pueblos asomados a la montaña. Es el lugar perfecto para escapar de la rutina, descubrir nuevos rincones y vivir experiencias inolvidables. Descubre todas las opciones de ocio que ofrece Cuenca.







## 9 Turismo Activo

Cuenca ofrece la oportunidad de disfrutar de los deportes al aire libre para todos los niveles, mediante múltiples actividades de Turismo de Aventura como:

- Orientación.
- Escalada.
- Moto-cross
- Espeleología.
- Rappel.
- Bici de montaña.
- Observación de estrellas.
- Running.
- Barranquismo.
- Vías ferratas.
- Senderismo.
- Piragüismo.
- Equitación
- Rutas en todoterreno o quad

Las posibilidades van desde galopar por parajes únicos a descender en rappel por una cascada o surcar las aguas de un río misterioso en piragua. Son algunas de las experiencias que nos harán sentir, exploradores en tierras remotas, donde la naturaleza sigue reinando majestuosa.

## 10 Piscinas Naturales

En la provincia de Cuenca se encuentran numerosas piscinas naturales de gran belleza donde poder refrescarse y además disfrutar en familia o con amigos.

El denominador común de estas piscinas naturales y ríos de la provincia de Cuenca son su gran riqueza natural y aguas cristalinas. Son lugares en que te puedes bañar de forma relajada y que no tienen el hándicap del oleaje y además atesoran una temperatura del agua fresca.

# Evento Híbrido

El Proyecto CUENCA TELETRABAJO FRIENDLY tiene el objetivo de ganar visibilidad para Cuenca entre los directivos y trabajadores de cara al modelo de trabajo híbrido, consiste en un evento híbrido, es decir, presencial y en streaming, dirigido a directores y CEOs de grandes empresas, directores de recursos humanos y headhunters que buscan candidatos que puedan ejercer su actividad laboral en remoto.



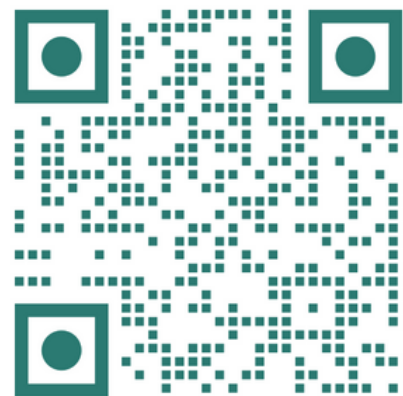
El evento se realizará el martes 22 de noviembre de 2022.

 **MUPA - Museo de Paleontología de Castilla-La Mancha (Cuenca).**

Horario de 11:00 a 14:00. Almuerzo institucional de 14:00 a 16:00.

Las inscripciones al evento se realizan por medio de la dirección:

**<https://visitacuenca.es/es/i-evento-cuenca-teletrabajo-friendly>**



Los invitados **que deseen conocer la ciudad alargando su estancia**, por favor que contacten con Inmaculada López mediante email en [direccion@atperson.com](mailto:direccion@atperson.com).



# Panel de Expertos

El evento constará de las siguientes partes:

**1. Ponencias sobre los nuevos modelos híbridos** que expondrán especialistas en talento sobre el nuevo entorno laboral y los retos/oportunidades que le brindan los formatos híbridos de teletrabajo.

**2.Experiencias inspiradoras de nómadas digitales**, que compartirán los beneficios de trabajar en Cuenca, y disfrutar de su gran riqueza cultural y natural, costo de vida asequible, y ciudad amigable para el trabajo híbrido y teletrabajo.

**3. Mesa Redonda: Los temas a debatir serían:**

- ¿Cómo se gestiona el nuevo talento?
- ¿Han cambiado las organizaciones tras el Covid?
- “La gran evasión” ¿Puede ocurrir en España?
- ¿Cómo se capta y mantiene el talento joven?
- ¿Cómo se adaptan las empresas al nuevo entorno?
- Pros y contras de los formatos de trabajo híbrido
- El nuevo visado para nómadas digitales y la oportunidad de atraer talento internacional.

**4. Cuenca, emblema de calidad de vida, un destino perfecto para teletrabajar (Video):** La ciudad presenta su propuesta de Valor para modelos híbridos de trabajo para quienes quieran trabajar y disfrutar desde Cuenca.



# Programa

## 10:00 – 10:15 Presentación Cuenca Teletrabajo Friendly

- Presentación por Miguel Ángel Valero, Concejal de Turismo, Patrimonio y Cultura en el Ayuntamiento de Cuenca.

10:15 – 10:55 Ponencia “¿Estoy en un buen momento para teletrabajar?” – Ponente: Mejora Tu Éxito Laboral (Francisco Fernández Yuste). Orientador Laboral y Creador de Mejora Tu Éxito Laboral.

10:45 – 11:15 Ponencia "Cómo desarrollar tu carrera profesional teletrabajando." – Ponente: Israel Bloesch. CEO de Blabum y Mentor y Partner de Jobhunters.

## 11:15 – 12:00 Experiencias inspiradoras de Nómadas Digitales

- Amy Marie Narewski. Autónoma (Administrativa, traductora y docente de inglés).
- Mariano Ferrer. Data Analyst en coches.com.
- Nacho Ave y Marta Schroeder. Emprendedores en Jabonerña de la Sierra.
- Álvaro de Sayas. Recruitment Coordinator en Jobandtalent.

## 12:10 – 13:10 Mesa Redonda "Visión empresarial y corporativa del teletrabajo".

- Moderadora: Carolina San Miguel. Comunicadora y CEO Dataprotec.
- Participantes:
  - Rodrigo Pérez. CEO Ankaa Studio
  - Barbara Romero. Experta en RRHH y teletrabajadora.
  - Marcos Ángel Pastor Martínez. Headhunter en IT en novanotio

13:20 – 13:30 Presentación del vídeo. «Cuenca, emblema de calidad de vida, un destino perfecto para teletrabajar».

13:30 Clausura, ruegos y preguntas.

14:00 Almuerzo-networking en «Natura Restaurante Bistró».





# Vive la experiencia en primera persona

Se realizarán **dos sorteos de viajes a Cuenca con todos los gastos pagados.**

Cada viaje (para dos personas) viaje consistiría en:

- Viaje en tren de alta velocidad a Cuenca.
- Recogida en la estación de tren Fernando Zóbel.
- Visita a recursos importantes de la ciudad ligados al bienestar, la calidad de vida, la comunidad y el entorno profesional.
- Almuerzo con responsables de la ciudad.
- Guía turística por la ciudad de Cuenca.
- Despedida y traslado a la estación de tren Fernando Zóbel.



AYUNTAMIENTO DE CUENCA



Castilla-La Mancha



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DE INDUSTRIA, COMERCIO  
Y TURISMO

SECRETARÍA DE ESTADO  
DE TURISMO

PLAN DE SOSTENIBILIDAD  
TURÍSTICA EN CUENCA



# CUENCA TELETRABAJO *friendly*

22 de Noviembre de 2022 - 11:00 horas  
<https://visitacuenca.es/es/i-evento-cuenca-teletrabajo-friendly>