



En **juillet**, les vacances commencent à pointer le bout de leur nez... Pour cette dernière newsletter avant les vacances, nous vous avons réservé quelques surprises...

Bonne lecture 🌴 !

ZOOM

[NOS CONSEILS POUR PASSER UN BEL ÉTÉ]



Laissez de la place à l'improvisation

Profitez de chaque moment



Décrochez de votre travail

Faites le plein de bons souvenirs



[L'OFFRE DU MOIS]



Le 144 lance l'offre "SUMMER" sur le coworking! 🌴

🌐 Pour l'achat d'un forfait de 10 demi-journées profitez d'un deuxième à -50% ;

🌴 Pour l'achat d'un forfait 10 journées profitez d'un deuxième à -50%.

📅 Quand ? Du 1er juillet au 31 août

L'achat devra se faire en une seule fois mais l'utilisation des forfaits ne sera pas bloquée dans le temps (pas d'obligation de les utiliser entre juillet et août)

[Je profite de l'offre !](#)

LA REVUE DU PTIT' CHEF

Avant de prendre ses vacances ptit' chef s'associe à Ilona du 144 Nantes, pour vous partager une recette gourmande de pancakes à la banane. 🌴

RECETTE POUR 8 PANCAKES

- 3 bananes
- 2 œufs
- 140g de farine
- 8g de levure chimique
- 60g de lait
- 1 pincée de sel fin

- Ecraser en purée les bananes puis mélanger avec les œufs

- Chauffer une poêle à feu moyen

- Ajouter au mélange œufs/bananes, la farine, le lait, la levure et la pincée de sel et mélanger à nouveau

- Déposer sur la poêle chaude une louche d'1cm d'épaisseur et cuire 1 min de chaque côté

Vous aussi vous avez une recette favorite ? N'hésitez pas à nous en faire part : elle sera peut-être publiée dans la prochaine newsletter. 🌴

LE POINT INFOS

DÉCRYPTAGE

L'impact, un mot fourre-tout devenu une tendance entrepreneuriale

[Lire l'article](#)

CONSEILS

Faire face aux montagnes russes émotionnelles quand on est entrepreneur

[Lire l'article](#)

OUTILS

7 conseils à suivre pour recruter et fidéliser vos talents

[Lire l'article](#)



VOUS AIMEZ LE 144 ? LAISSEZ-NOUS VOTRE AVIS SUR GOOGLE.

VOTRE SATISFACTION EST NOTRE PRIORITÉ !

LE 144 COWORK'IN

www.le144-coworking.fr

contact@le144-coworking.fr

Si vous avez des difficultés pour visualiser ce message, consultez la version en ligne

Cet email a été envoyé à eloisebitaille@cadresenmission.com, cliquez ici pour vous désabonner .