



## COWORK'IN

NANTES | LYON | RENNES | GRENOBLE

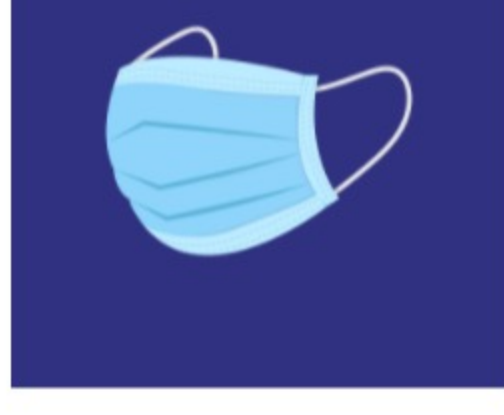
Le 144 Cowork est un **espace de type centre d'affaires** permettant d'accueillir des **entreprises**, des **startups**, des **freelances** et des **entrepreneurs nomades** qui souhaitent développer leur activité en facilitant leur implantation. Nos offres sont multiples et diverses allant de la **domiciliation aux bureaux fermés**, à l'**openspace** jusqu'aux **salles de réunion**.

Découvrez notre newsletter du mois de mars. Bonne lecture !

### ZOOM

#### [ RÉFECTOIRE À NANTES ]

La **jauge instaurée**, dans le réfectoire de notre site de Nantes a **pris fin**. Cependant, le **port du masque reste obligatoire** lors de chaque déplacement mais aussi lorsque vous êtes assis à votre poste de travail.



#### [ NOUVEAUTÉ ]

## NEW NEW

Une **nouvelle salle de réunion** nommée la "CoLab" est disponible à la location sur notre site de Nantes. Celle-ci peut désormais accueillir 3 personnes.

#### [ PAUSE CAFÉ ]

De **nouvelles machines à café** vont être installées dans notre espace de Nantes **courant mars**.



#### [ OFFRE DU MOIS ]

## COWORK10

Durant tout le mois de mars, profitez d'une **remise de 10%** sur les forfaits 10 demi-journées ainsi que sur les forfaits 10 journées pour le coworking. Cette **offre est valable jusqu'au 31 mars** en communiquant le code promotionnel suivant : **COWORK10**.

#### [ FORMATION WEBMARKETING ]

Du **07 au 18 mars prochain**, [alfie formation](#) vous propose de vous former aux **métiers du webmarketing** à Nantes. Au programme : 10 jours de formation à la carte allant du **SEO** au **Référencement Payant & Publicité** en passant par le **Community Management** jusqu'au **Content Management**.

Vous souhaitez de plus amples informations sur les formations proposées ? Rendez-vous sur leur site internet en cliquant sur le bouton ci-dessous.

Si vous êtes intéressé par une ou plusieurs des formations proposées, **envoyez un message** à l'adresse suivante : [bonjour@alfieformation.fr](mailto:bonjour@alfieformation.fr)

[Je découvre le programme complet](#)

PROCHAINE SESSION DE FORMATION  
DU 7 AU 18 MARS 2022

Découvrez le programme complet



#### [ SHOOTING PHOTO ]

Le **11 mars prochain**, l'équipe de **Studio²** vous invite à venir vous faire tirer le portrait de manière originale. En solo, en équipe et/ou avec toute l'entreprise, venez tenter l'expérience « **Sortez du cadre !** » en profitant de l'offre spéciale 144 : le quatre offert pour toute commande de photo individuelle et/ou de groupe.

Si vous avez des questions, n'hésitez pas à contacter **Studio²** via l'adresse e-mail [studio2.carre@gmail.com](mailto:studio2.carre@gmail.com) ou tout simplement en passant les voir dans leurs bureaux au 2ème étage du 144 Nantes.

**Shooting accessible uniquement aux différents adhérents du 144 Cowork**

**Quand ?** Le 11 mars de 14h00 à 18h00

**Où ?** Au 144 Cowork In Nantes

Si vous souhaitez une photo de groupe (équipe ou entreprise), pensez à réserver des créneaux qui se suivent.

**Réservez un créneau en cliquant sur le lien ci-dessous**

[Je réserve un créneau](#)

#### [ ECOFAC X LE 144 ]

Vous souhaitez en savoir plus sur l'alternance ? Vous êtes une entreprise et vous vous intéressez sur la mise en place de l'alternance pour votre structure ?

Le **groupe ecofac**, école de commerce, **interviendra le 19 avril** dans nos locaux ! Nous vous invitons à venir rencontrer Marie BOSSARD pour échanger sur les formations via l'apprentissage.

Nous avons piqué votre curiosité ? N'hésitez pas à vous inscrire, nous vous attendons nombreux !

**Quand ?** Le 19 avril de 18h00 à 20h30

**Où ?** Au 144 Cowork In Nantes

[Je m'inscris](#)



### LA REVUE DU PTIT' CHEF



#### BOTTEREAUX (COMME CEUX DE MAMIE)

Découvrez ce mois-ci une **recette gourmande et réconfortante de bottereaux**. Sachez qu'ils sont aussi bons que ceux de nos mamies (si, si 😊). Bon appétit ! 😊

[Découvrir la recette du mois](#)

### LE POINT INFOS

#### #DÉCRYPTAGE

Comment s'y retrouver dans la jungle des labels ?

[Lire l'article](#)

#### #OUTILS

Comment faire face à la pression en tant qu'entrepreneur ?

[Lire l'article](#)

#### #ACTU

Données numériques : un nouveau levier de croissance ?

[Lire l'article](#)

ENVIE DE SUIVRE NOTRE ACTUALITÉ ?

INSCRIVEZ-VOUS A NOTRE NEWSLETTER MENSUELLE !

[Je m'inscris à la Newsletter](#)



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

VOTRE SATISFACTION EST NOTRE PRIORITÉ !

LE 144 COWORK

[www.le144-coworking.fr](http://www.le144-coworking.fr)

[contact@le144-coworking.fr](mailto: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](mailto:eloisebitaille@cadresenmission.com), cliquez ici pour vous désabonner.