



Hello Mai



MOZAÏK FONDATION

SAVE THE DATE !

Fondation Mozaïk

JEUDI 13 JUIN 2024
À NANTES

La Fondation Mozaïk au 144

Ne rater pas cet **événement** placé sous le signe de la **bienveillance** ! ✨

La **Fondation Mozaïk** vous donne rendez-vous le **jeudi 13 juin 2024** au **144 Nantes**.

Fondée à la fin des années 2000, la **Fondation Mozaïk** s'est donné pour mission de **révolutionner** les modèles de recrutement en **luttant** contre les **discriminations**.

Au programme, **deux temps forts** pour sensibiliser à la **diversité** et à l'**inclusion** en entreprise :

- Autour d'un **petit-déjeuner** de 09h00 à 11h00 🕒
- Ou en **afterwork** de 17h30 à 19h30 🍷

[S'inscrire à l'atelier](#)

Conférence Le Wagon

Le **18 juin 2024**, **Le Wagon** organise une **conférence** au **144 Nantes** à partir de **18h00**.

Spécialisé dans l'**enseignement** de compétences **TECH**, **Le Wagon** offre l'opportunité de vous former au **no-code**.

Destiné aux **débutants**, vous pourrez apprendre à **développer** une **appli** sans connaître le langage informatique. 🛠️

Pensez à amener votre ordinateur ! 💻

[S'inscrire à la conférence](#)

le wagon

SAVE THE DATE !

Le Wagon

MARDI 18 JUIN 2024
À NANTES

SAVE THE DATE !

Alexandre Tessier

JEUDI 27 JUIN 2024
À NANTES

Gratuit

Aftertalk

Edition **estivale** des **Aftertalks** ! ✨

Retrouvons-nous le **jeudi 27 juin 2024** à **17h45** sur notre site de **144 Nantes**.

Alexandre Tessier, **expert** dans la **prise de parole** en public et fondateur d'**Objectif Eloquence**, animera une **conférence** sur le thème : "Construire un discours marquant". 🗣️

La soirée se terminera autour d'un **apéro festif**. 🍷

Ne rater pas cette opportunité ! 📅

[S'inscrire à l'Aftertalk](#)

Nos bureaux privatifs à Lyon

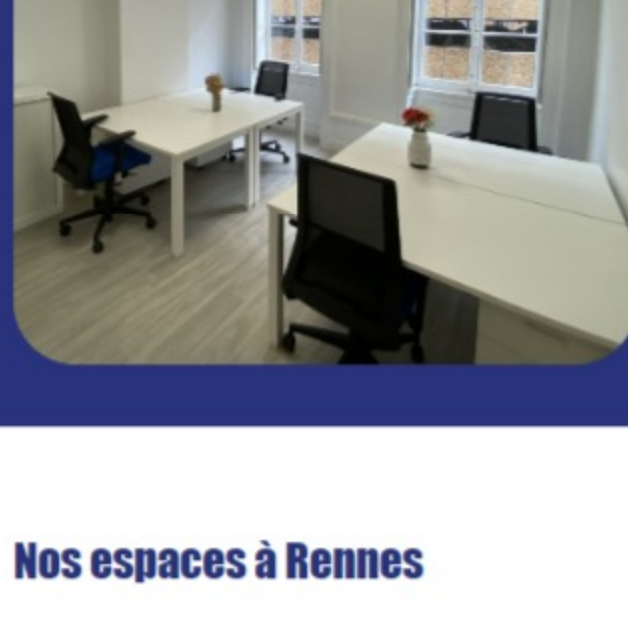
Installez votre entreprise en plein cœur de **Lyon** grâce à nos **bureaux privatifs**.

Avec ses **20m²**, ce bureau privatif peut accueillir jusqu'à **5 personnes**.

Profitez d'un espace de travail **confortable** avec bureaux, fauteuils, caissons et armoires de **rangement**. 🪑

De plus, nos bureaux disposent d'un **système de climatisation** et de **chauffage** ainsi que de la **fibres optique**. 🌟

[Réserver au 04 28 89 86 13](#)



Nos espaces à Rennes

Connaissez-vous le **144 Rennes** ?

Développez votre **activité** dans la capitale bretonne grâce à nos **services professionnels**. 🧑‍💻

Nos **différents espaces** n'attendent plus que vous :

🪑 Jusqu'à **8 places** dans notre espace de **coworking**.

🪑 Un **bureau** entièrement **privatif** de **2 personnes**.

🗣️ Une **salle de conférence** pour se réunir jusqu'à **14 collaborateurs**.

Contactez-nous pour obtenir la **plaquette** du 144 Rennes ou pour **réserver** directement.

[Réserver au 02 90 78 88 26](#)

Nos salles de réunion à Nantes

Plus de **47m²** vous attendent dans le **centre-ville** de **Nantes**. 🌟

Découvrez la **Business**, une des **grandes** salles de conférence du **144 Nantes**.

Vous pouvez y planifier vos **réunions**, animer des **formations** ou encore organiser des **séminaires**, jusqu'à **29 participants**. 🗣️

[Réserver au 02 49 09 24 90](#)



Disponibilités des bureaux partagés

De nouvelles places sont désormais disponibles :

✅ **3 places** dans un bureau partagé (Co'Desk) sur notre site de **144 Nantes**, au tarif de **227,50€ HT/mois la place**.

✅ **Des places** à la journée disponibles du lundi au vendredi (Co'Loc) sur notre site de **144 Nantes**, au tarif de **25€ HT la journée**.

✅ **4 places** dans un bureau partagé (Co'Desk) sur notre site de **144 Rennes**, au tarif de **125€ HT/mois la place**.

[Je réserve](#)

Disponibilités des bureaux privatifs

Des bureaux **privatisés** sont disponibles sur nos sites de **144 Nantes**, **144 Lyon** et **144 Rennes**.

Les disponibilités à Nantes :

✅ 1 bureau de 6 personnes - 1er jour (1552,50€ HT/mois)

✅ 1 bureau de 2 personnes - 2nd jour (538,33€ HT/mois)

[Réserver au 02 49 09 24 90](#)

Nantes

Les disponibilités à Lyon:

✅ 1 bureau de 4 personnes - 1er jour (1449,17€ HT/mois)

✅ 1 bureau de 5 personnes - 1er jour (1600€ HT/mois)

[Réserver au 04 28 89 86 13](#)

Lyon

Les disponibilités à Rennes:

✅ 1 bureau de 2 personnes - 1er jour (517,50€ HT/mois)

[Réserver au 02 90 78 88 26](#)

Rennes

Les écocgestes du mois

Les **beaux jours** sont de retour et c'est l'opportunité de **se mobiliser** pour la **planète**. 🌍

Le **24 mai** prochain est l'occasion parfaite pour aider **Plastick Pickup** à l'occasion des **jours européens de la mer**. 🌊

L'**association nantaise** organise régulièrement des **collectes citoyennes de déchets plastiques** entre **bénévoles**. 🗑️

Ils n'attendent plus que vous ! 🙌

[Pour en savoir plus](#)



Recette de cuisine

Ce mois-ci, nous vous proposons une recette de **quiche saumon, asperges et ricotta**. 😋 Bon appétit ! 😊

[Découvrir la recette du mois](#)

" CONSEILS "

Course de fonds : Quels sont les do's and don'ts d'une (bonne) stratégie de financement ?

[En savoir +](#)

" OUTILS "

Recadrage, conflit, désaccord... comment mener des conversations managériales délicates ?

[En savoir +](#)

" ACTUS "

Les 10 entreprises tech offrant les meilleures perspectives de carrière en France, selon LinkedIn

[En savoir +](#)

Vos avis nous animent

Temoignage



Rudy B.

client au 144 Lyon



Ce coworking est **parfait**, très **central** et **fonctionnel**

et **Corentin prend grand soin** de tout le monde.

À utiliser sans modération.

Trouvez l'espace 144 qu'il vous faut !

- à Nantes
- à Lyon
- à Rennes
- à Grenoble

[RÉSERVEZ VOTRE ESPACE](#)

Laissez-nous, vous aussi, votre avis sur Google :

| [Nantes](#) |

| [Lyon](#) |

| [Rennes](#) |

| [Grenoble](#) |



© 2024 - 144 Cowork - All rights reserved

144 rue Paul Bellamy, 44000 Nantes

[Se désinscrire](#)

[Notre site internet](#)

[Nous contacter](#)