



Nos événements du mois de Juin à Nantes



La Fondation Mozaïk au 144

Engageons-nous contre les discriminations à l'embauche !

Véritable acteur de la **diversité** dans le monde du **recrutement**, la **Fondation Mozaïk** vous donne rendez-vous au **144 Nantes**. 📍

Au programme le **13 juin 2024**, deux ateliers de sensibilisation :

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

Nous vous attendons nombreux ! ❤️

[S'inscrire à l'atelier](#)

Conférence Le Wagon

Développer une appli devient accessible à tous avec le **Wagon** ! 🚗

Retrouvons-nous le **18 juin 2024** à 18h00 au **144 Nantes** pour une **formation au no-code**. 📄

Il s'agit de l'une des **nombreuses formations TECH** dispensées par le Wagon depuis 2013. 🚀

N'oubliez pas votre ordinateur ! 💻

[S'inscrire à la conférence](#)



Aftertalk

Nouvelle édition des Aftertalks ! *

Retrouvons-nous le **27 juin 2024** sur notre site de 📍 Nantes avec comme invité **Alexandre Tessier**.

Au programme :

- 🗨️ **Rendez-vous à 17h45** à la Blue Lab.
- 🗣️ **Conférence** "Construire un discours marquant" à partir de **18h00**. Elle sera animée par **Alexandre Tessier**, expert dans la prise de parole en public.
- 🍷 **Afterwork** et moment d'échanges.

[S'inscrire à l'Aftertalk](#)

Nos salles de réunion à Lyon

Que vous organisiez une **réunion** ou une **formation** à Lyon, la **Gone Lab** n'attend plus que vous ! 🌟

Avec ses **40m²**, cette salle peut accueillir jusqu'à **14 personnes**.

Profitez d'une salle toute **équipée** avec à votre disposition **paperboard**, **grand écran** et système de **visioconférence**. 📄

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

[Réserver au 04 28 89 86 13](#)



Nos salles de réunion à Nantes

Vous êtes à la **recherche** d'une **salle** de plus de **100m²** dans le **centre** de Nantes ? 🔍

✓ Pensez à la **Green Lab** !

Entièrement modulable, elle s'adapte à tous vos **besoins** pour une organisation **sereine** et **efficace**. 🧘

Soyez sûrs de ne **manquer de rien** le jour J grâce à tous ses **équipements** : grand écran, vidéoprojecteur, micros et enceintes, paperboard... 📄

Le 144 peut même s'occuper du **petit-déjeuner**, des **plateaux-repas** et des **collations**. 🍷

[Réserver au 02 49 09 24 90](#)

Notre salle de réunion à Rennes

Envie de développer votre **activité** dans la **capitale bretonne** ? 🇧🇷

Profitez de la **Breizh Lab** !

Organisez vos **réunions** jusqu'à **14 personnes** sans accroc grâce à ses **40m²**. 📄

Vous pourrez même **bénéficier** de tous les **équipements** du 144 : internet haut débit, grand écran, système de visioconférence et paperboard. 📄

[Réserver au 02 90 78 88 26](#)



Disponibilités des bureaux partagés

De nouvelles places sont désormais disponibles :

✅ **3 places** dans un bureau partagé (Co'Desk) sur notre site de 📍 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 📍 Nantes, au tarif de **25€ HT la journée**.

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

[Je réserve](#)

Disponibilités des bureaux privatisés

Des bureaux **privatisés** sont disponibles sur nos sites de 📍 Nantes, 📍 Lyon et 📍 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)

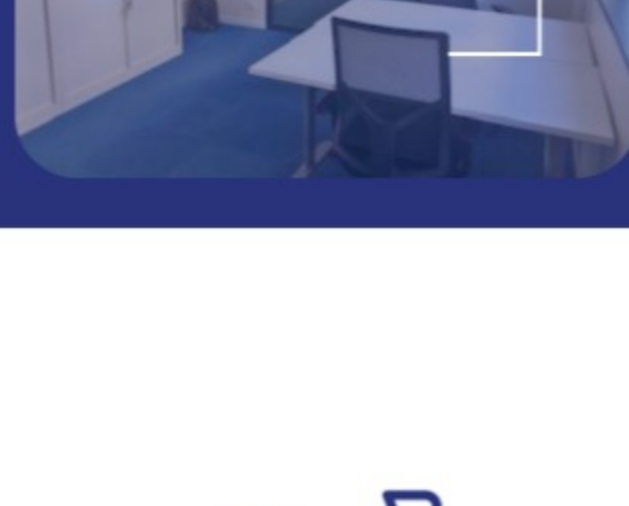
[Réserver au 02 49 09 24 90](#)



Les disponibilités à Lyon:

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

[Réserver au 04 28 89 86 13](#)



Les écogestes du mois

Le **3 juin**, nous avons célébré la **Journée mondiale** pour le vélo. 🚲

L'occasion idéale pour sortir son vélo et se remettre en selle ! 🚲

En plus, faire du vélo a plein d'**avantages** :

- 🌱 Préserver la **planète**
- 🏃 Entretien la **forme physique**
- 🧘 Prendre soin de sa **santé**

Une **prime vélo** vous aide même à franchir le pas ! 🚲

[Pour en savoir plus](#)



Recette de cuisine

Ce mois-ci, nous vous proposons une recette de **tarte rustique aux légumes rôtis**. 😊 Bon appétit ! 🍷

[Découvrir la recette du mois](#)

" CONSEILS "

RP : les pires erreurs à éviter pour un entrepreneur qui veut faire parler de sa startup

[En savoir +](#)

" OUTILS "

3 outils d'intelligence artificielle pour aider les étudiants dans leur prise de notes

[En savoir +](#)

" ACTUS "

Une étude révèle les trois leviers de succès pour les startups en 2024

[En savoir +](#)

Vos avis nous animent

Temoignage



Laurence M.

cliente au 144 Nantes

★★★★★

Le 144, the place to work :

Un accueil **chaleureux** et des services aux **petits soins**. Un grand nombre de salles de réunions pour **s'adapter** à tous les besoins,

Des équipements et des prestations de **qualité**.

Merci à l'équipe, je reviendrais !

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 |

f Instagram LinkedIn X

© 2024 - 144 Cowork - All rights reserved

144 rue Paul Bellamy, 44000 Nantes

[Se désinscrire](#)

[Notre site internet](#)

[Nous contacter](#)