



## Le mot de Marion

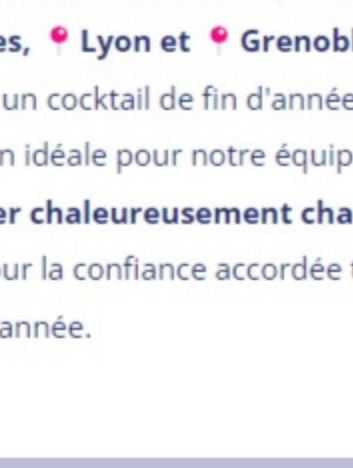
🎉 Bonne année 2025 ! 🎉

Toute l'équipe du 144 vous souhaite une excellente année, riche en projets, en réussites et en belles collaborations. Que 2025 soit synonyme de dynamisme, de convivialité et d'innovations au sein de nos espaces. **Merci pour votre confiance** et au plaisir de vous accueillir toujours plus nombreux !

À très bientôt au 144 ! 🍷



## Information importante



### Horaires du 144 de Lyon

📅 Le 144 de Lyon sera fermé du **lundi 3 février au mercredi 5 février inclus**.

👛 Pour les personnes qui souhaiteraient venir travailler à cette date, il est **possible de récupérer un badge** auprès de Corentin.

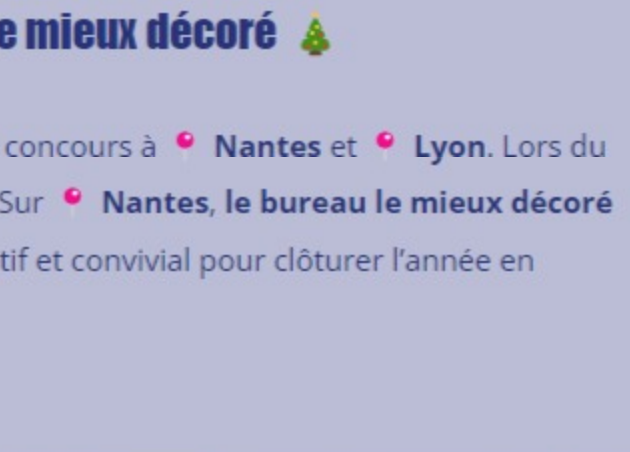
Merci de votre compréhension.

## Flashbacks

### Flashback cocktail de Noël à Nantes, Lyon et Grenoble

Les **16 et 19 décembre 2024**, nos sites de Nantes, Lyon et Grenoble ont organisé un cocktail de fin d'année.

L'occasion idéale pour notre équipe de **remercier chaleureusement chaque client** pour la confiance accordée tout au long de l'année.



### Élection du plus beau pull et du bureau le mieux décoré 🎄

Nous avons profité de ce moment pour organiser un concours à Nantes et Lyon. Lors du cocktail, **les plus beaux pulls de Noël ont été élus**. Sur Nantes, **le bureau le mieux décoré a également reçu ses honneurs**. Un événement festif et convivial pour clôturer l'année en beauté ! 🎉



### Flashback : Initiation au Home Organising

Vous souvenez-vous de ce moment où le désordre quotidien semblait interminable ?

🤔 Où passer d'une corvée à l'autre devenait une routine sans fin ? 🤔

Heureusement, **Marine Grandmottet** était là pour nous initier au **Home Organising** !

Le mardi 17 décembre, le **144 de Nantes** s'est transformé en un espace dédié à l'art de l'organisation. Un **moment inspirant**

pour apprendre, échanger et repartir avec des astuces concrètes! 🍷



[Contacter Marine](#)

## Nos salles de réunion

### La Green Lab à Nantes

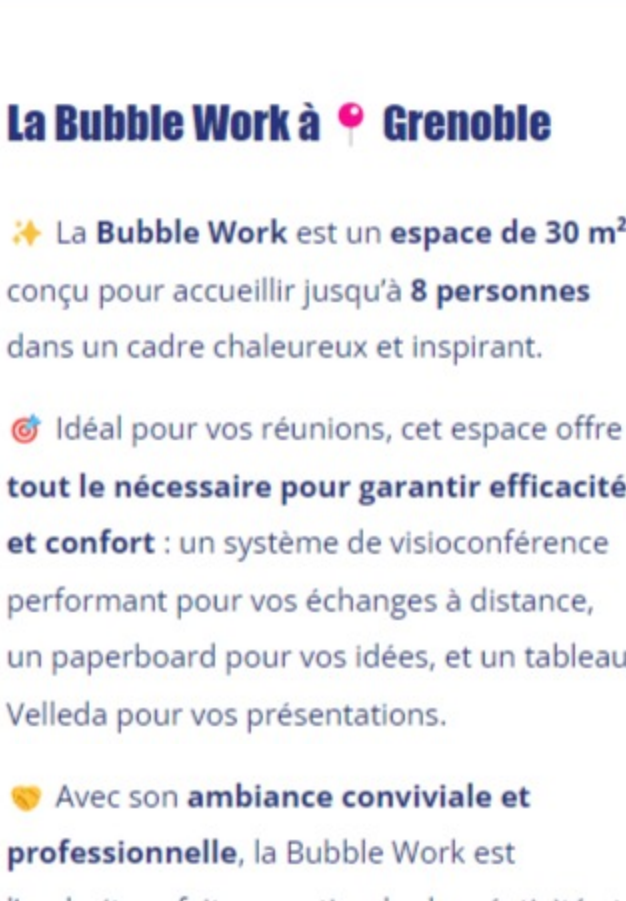
🌟 Découvrez la **Green Lab**, une **salle de 102 m²** pouvant accueillir jusqu'à **100 personnes**, idéale pour vos événements professionnels.

✅ **Entièrement équipée** (grand écran TV, vidéoprojecteur, cloisons amovibles, système HDMI, tableau aimanté, paperboard, enceinte et micro), elle répond à tous vos besoins techniques.

👛 Avec ses **aménagements modulaires**, la Green Lab s'adapte facilement à la disposition souhaitée permettant ainsi à vos événements de se dérouler dans un cadre à la fois **convivial et fonctionnel**.

💎 À partir de **100€ HT/heure**.

[Réserver au 02 49 09 24 90](#)



### La Bubble Work à Grenoble

🌟 La **Bubble Work** est un **espace de 30 m²** conçu pour accueillir jusqu'à **8 personnes** dans un cadre chaleureux et inspirant.

🎯 Idéal pour vos réunions, cet espace offre **tout le nécessaire pour garantir efficacité et confort** : un système de visioconférence performant pour vos échanges à distance, un paperboard pour vos idées, et un tableau Velleda pour vos présentations.

🍷 Avec son **ambiance conviviale et professionnelle**, la Bubble Work est l'endroit parfait pour stimuler la créativité et favoriser des échanges productifs.

💎 Tarif : à partir de **23,10€ HT/heure**.

[Réserver au 04 56 14 11 09](#)



## Nos bureaux disponibles

### Les bureaux partagés

De nouvelles places sont désormais disponibles :

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

[Réserver](#)

### Les bureaux privés

Des bureaux privés sont disponibles à la location sur nos sites de **Nantes**, **Rennes**, **Lyon** et **Grenoble**.



### Les disponibilités à Nantes :

✅ 1 bureau de 1 place à **428,67€ HT/mois**

✅ 1 bureau de 3 places à **835,56€ HT/mois**

✅ 1 bureau de 6 places à **1606,84€ HT/mois**

[Réserver au 02 49 09 24 90](#)

### Les disponibilités à Rennes :

✅ 1 bureau de 2 places à **517,50€ HT/mois**

[Réserver au 02 90 78 88 26](#)



### Les disponibilités à Lyon :

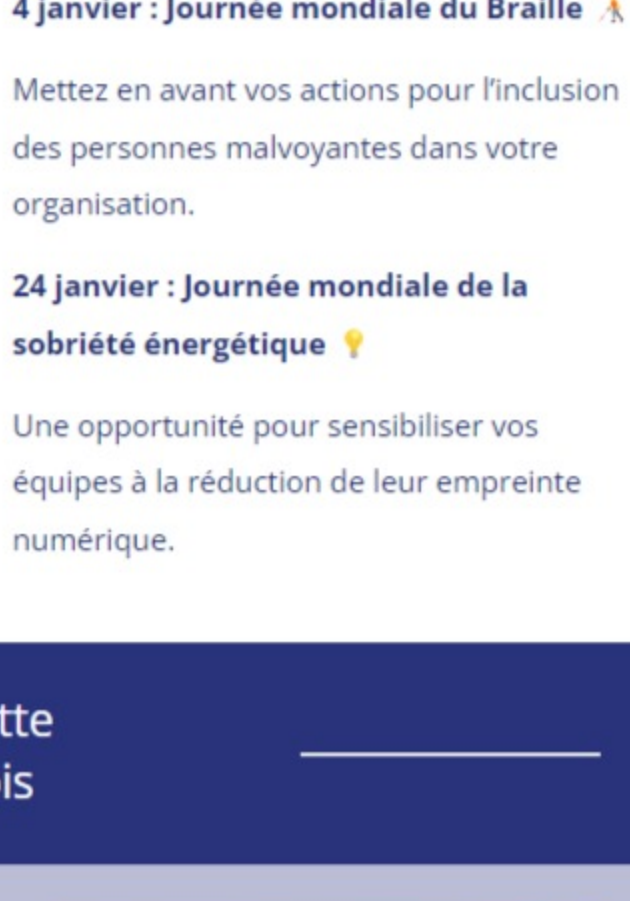
✅ 1 bureau de 5 places à **1600€ HT/mois**

[Réserver au 04 28 89 86 13](#)

### Les disponibilités à Grenoble :

✅ 1 bureau de 1 place à **161,28€ HT/mois**

[Réserver au 04 56 14 11 09](#)



## L'écogeste du mois

### ÉCO GESTE : les dates clés du mois de janvier

**1er janvier : Nouvel An** 🎉

Un moment idéal pour annoncer vos engagements RSE pour l'année à venir.

**4 janvier : Journée mondiale du Braille** 🗣️

Mettez en avant vos actions pour l'inclusion des personnes malvoyantes dans votre organisation.

**24 janvier : Journée mondiale de la sobriété énergétique** 💡

Une opportunité pour sensibiliser vos équipes à la réduction de leur empreinte numérique.



## La recette du mois

### 🍷 Recette de galette des rois

Ce mois-ci, nous vous proposons une recette de **galette des rois pistache framboise**. 🍷 Bon appétit! 🍷

[Découvrir la recette](#)



#### "CONSEILS"

Les secrets d'un pitch réussi

[En savoir +](#)



#### "OUTILS"

E-commerce : optimiser sa gestion comptable pour booster sa startup

[En savoir +](#)



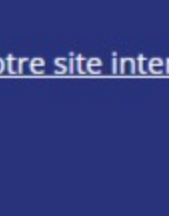
#### "ACTUS"

Avec sa première édition des AI Transformations Awards, LOSAM célèbre l'innovation et l'Intelligence Artificielle

[En savoir +](#)

## Vos avis nous animent

### Temoignage



**Grégory C.**

client au 144 de Lyon

★★★★★

Toujours et encore **un lieu agréable** depuis ma première venue en 2021 !

Trouvez l'espace 144 qu'il vous faut !

● à Nantes ● à Rennes ● à Lyon ● à Grenoble

[Réservez votre espace](#)

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

| Nantes |

| Rennes |

| Lyon |

| Grenoble |

