

## NEWSLETTER # 31 - NOVEMBRE 2019

En novembre, **le 144** vous fait découvrir en images ses nouveaux espaces à Lyon inaugurés le 22 octobre avec +100 personnes !



[DÉCOUVRIR LE 144 LYON](#)

### NANTES : CAPITALE EUROPÉENNE DE L'INNOVATION 2019

#### ARTICLE

Ce titre a été attribué à Nantes en reconnaissance de sa capacité impressionnante à exploiter l'innovation pour améliorer la vie de ses citoyens et de son modèle de gouvernance ouverte et collaborative.

[LIRE L'ARTICLE](#)



ACTU

### MIEUX DÉJEUNER QUAND ON EST PRESSÉS !

#### CONFÉRENCE À NANTES

Déjeuner au restaurant, déjeuner sur le pouce, déjeuner « sur place » ou « à emporter », quelles bonnes pratiques pour garder la forme tout en gardant du plaisir ? Une dégustation de chocolat est au programme !

Avec Delphine CAILLON-LOGER  
Mardi 26 novembre à 18H30

[JE M'INSCRIS](#)

### COLLECTE DE JOUETS DE NOËL

#### JUSQU'AU 16 NOVEMBRE

Le Rotaract Club de Nantes et Le 144 vous invitent à faire don de jouets au profit de l'association "Noël pour tous". Déposez votre don à l'accueil du 144 jusqu'au 16 novembre, ils seront remis aux familles en difficulté avant les fêtes.



DON