



## NEWSLETTER # 39 - SEPTEMBRE 2020

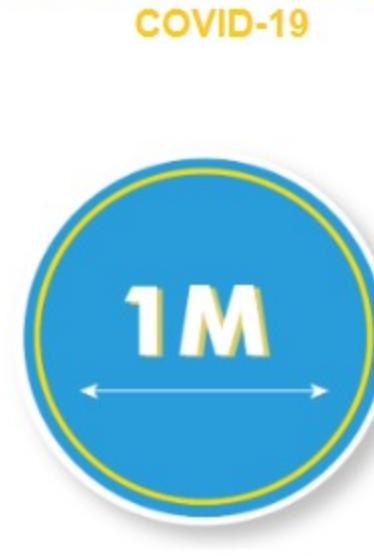
Nous voilà désormais en septembre : fini l'été ☀, c'est déjà la rentrée !

C'est avec grand plaisir que le **144** vous accueille pour votre reprise d'activité.

Nous espérons que vos vacances ont été reposantes et qu'elles vous ont permis de profiter de vos proches !

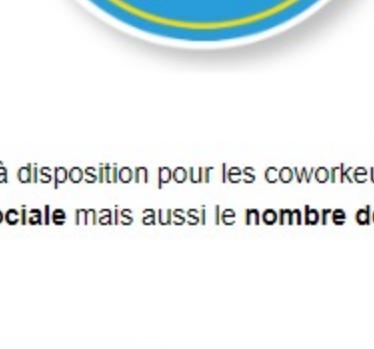
31

### ! RÈGLES DE SÉCURITÉ ! COVID-19



Suite aux nouvelles normes gouvernementales, le port du masque qui était alors obligatoire lors des déplacements, devient **obligatoire aux postes de travail** dans les espaces "**clos et partagés**" à compter du **1er septembre 2020**.

### ! AGRANDISSEMENT DU RÉFECTOIRE ! COVID-19



Pour rappel, nous avons ouvert la salle "**Yellow Lab**" de manière à agrandir notre réfectoire. Cela permet donc de disposer de plus de places assises mais aussi et surtout de maintenir la distanciation sociale.

De plus, nous mettons tout en place pour que l'hygiène de nos espaces soit irréprochable.

### BUREAUX COVID-19



TIPS

### SORTIR DE SA ZONE DE CONFORT

#### PORTRAIT

Découvrez le parcours inspirant de l'entrepreneure nantaise Diariata N'Diaye. Son application l'a conduite jusqu'à Las Vegas, alors qu'elle ne parlait pas un mot d'anglais...

[LIRE L'ARTICLE](#)



TIPS

### VAINCRE LA PHOBIE DE LA PRISE DE PAROLE EN PUBLIC

#### ARTICLE

Camille Buss a réussi à surmonter sa phobie de la peur de la prise de parole en public. Elle livre quelques conseils pour aider à se sentir plus à l'aise lorsque l'on est sur le devant de la scène.

[LIRE L'ARTICLE](#)

LE 144 COWORK  
Nantes | Lyon | Rennes | Grenoble  
[www.le144-coworking.fr](http://www.le144-coworking.fr)



Si vous avez des difficultés pour visualiser ce message, consultez la [Copie Web](#).

Cliquez sur ce lien pour vous [désabonner](#)