

# LA GAZETTE CITYWORK

Lyon - Mercredi 13 Mars 2019

• mensuel

## A VOS AGENDAS

**Le 15 mars au 57** : «La réunion du moment» avec Allianz pour une conférence sur la loi PACTE suivie d'un petit déjeuner.

**Le 11 avril au 57** : Afterwork organisé par l'association FFMAS (Fédération Française des Métiers de l'Assistanat et du Secrétariat)

**Le 16 mai au 21** : «La réunion du moment avec Rex Rotary» sur les outils du travail collaboratif.

Quand les beaux jours arriveront, nous organiserons sûrement des apéros et des pique-niques entre workers. Nous vous tiendrons évidemment informés des prochains rendez-vous et n'hésitez pas à faire part de vos envies !

## A LA UNE DES LOCATAIRES



Nathalie Vallet-Renart, co-fondatrice de l'association Entreprise & Cancer, organise plusieurs soirées en France pour promouvoir l'association. La vocation de celle-ci est de sensibiliser, former et d'accompagner les entreprises au maintien et au retour à l'emploi des salariés touchés par un cancer.

Si vous voulez participer à ces belles soirées et soutenir l'association, un dîner de gala est prévu le 28 mars à Lyon en présence de Jean-Pierre Papin, ballon d'or 1991. Inscrivez vous dès maintenant sur le site <http://www.club-drh.com/> (attention les places partent très vite).

HA HA HA !

Si vous voulez vous détendre un peu, Sylvaine Weber organise des cours de Yoga du Rire tous les mercredis à 17h45 sur la place Vollon !

Rire ça fait du bien non ? Certaines études ont même démontré que le rire avait un effet destressant et qu'il aidait à la digestion, au sommeil, à la capacité de concentration et contribuait à l'humeur générale.

Mais qu'est-ce que c'est exactement le Yoga du Rire ?

Le principe du Yoga du Rire est de faire rire le corps pour lâcher le mental. C'est pourquoi l'humour n'est pas utilisé : il provoquerait l'inverse (la tête se demande si c'est drôle et, si oui, ordonne au corps de rire). Le cerveau enregistre les mêmes signaux lorsque le corps rit de façon naturelle et lorsqu'il rit de façon provoquée, volontaire. Sécrétion d'endorphines (la morphine naturelle), sécrétion d'hormones anti-stress, oxygénation de l'organisme et particulièrement du cerveau. En plus de tout cela, le Yoga du Rire ancre les participants dans une dynamique positive. Pour toutes inscriptions, écrivez à [sylvaine.weber@orange.fr](mailto:sylvaine.weber@orange.fr) ou appelez au 06 15 88 08 31 (tarif : 5 ou 10 euros).

Site web : <https://www.etatdespritcoaching.com>.

etat  
D'ESPRIT  
Coaching

## L'INTERVIEW DU MOIS

Désormais chaque mois l'équipe City Work interviewe ses clients ! Le premier qui s'est prêté au jeu est Jean-Marie Stévenant de Creahome Ingénierie. Pour la petite histoire, Creahome a ouvert son bureau lyonnais depuis le 18 juin 2017. La société est spécialisée dans la conception, la réhabilitation des projets tels que des ERP, des bâtiments tertiaires, d'activités, industriels, complexes sportifs, immeubles et maisons individuelles. Avec l'engagement d'apporter des solutions adaptées aux structures les plus complexes. Plus d'infos : <https://www.bet-creahome.fr>

Q : Jean Marie, où êtes-vous né ?

R : «Dans la Drôme»

Q : C'était quoi votre tout premier job ?

R : «Je travaillais l'été sur des chantiers de construction métallique»

Q : Vous faites quoi dans la vie ?

R : «Ingénieur en construction et responsable d'agence de trois personnes»

Q : Présentez-vous en trois mots ?

R : «Brillant, polyvalent et beau» (rires)

Q : Vous aimez chanter quoi le matin ?

R : «Ariana Grande :)»

Q : Le cadeau le plus improbable qu'on vous ai offert ?

R : «Un espèce de petit chat en peluche sur un coussin pour mes 34 ans..»

Q : Vous préférez les films ou les séries ?

R : «Séries»

Q : Vous êtes fan de ?

R : «Guitare !»

Q : C'est quoi l'application à laquelle vous êtes addict ?

R : «Snake sur Nokia (j'ai un téléphone à touche)» (rires)

On remercie Jean Marie pour sa disponibilité et son trait d'humour. A votre tour de vous essayer à l'exercice !



## AUDREY BABORIER : NOUVELLE LOCATAIRE AU 21

Audrey Baborier est avocate au barreau de Lyon depuis 2009 et elle est diplômée de l'Université LYON III où elle a obtenu un DESS-DJCE avec une spécialisation en droit social. Elle a exercé pendant plus de 10 ans au sein du département « Droit social – Protection sociale » du cabinet Delsol Avocats. Aujourd'hui, elle vient de fonder le cabinet Ogma Avocats où elle intervient en conseil comme en contentieux auprès d'une clientèle variée de PME, d'organisations à but non lucratif et de groupes internationaux. Elle accompagne ses clients dans la gestion de problématiques courantes, tant au plan individuel que collectif en droit du travail et de la sécurité sociale, notamment sur les questions de négociations collectives ainsi que dans les projets de réorganisation et de restructuration (due diligence, aspects sociaux des opérations de rapprochement, PSE, etc.).

Une avocate associée et une assistante juridique compléteront bientôt l'équipe.



## CITYPARTNER'S

L'arrivée de mois : LA BULLE WORKPLACE

Comment ne pas être séduit par les merveilleux locaux de notre nouveau partenaire. Lieu atypique, accueil chaleureux, petit déjeuner et repas exquis. Un espace cocooning pour des réunions d'équipe qui concilie créativité et sérénité.

Vous l'aurez compris, on recommande et on est fier de cette collaboration. Contactez [contact@citywork.fr](mailto:contact@citywork.fr) pour toutes informations supplémentaires.



Avec le printemps qui pointe le bout de son nez, on a qu'une seule envie c'est de remplir nos maisons de belles fleurs. Faites-vous plaisir dans les ravissantes boutiques de notre fleuriste préféré : Stéphane Pastor . Deux adresses :



Pour retrouver tous nos partenaires : <https://www.citywork.fr/citypartners>

## CITYWORK ON SOCIAL MEDIA

Suivez-nous sur nos réseaux sociaux !



Vous avez envie de diffuser des informations via la Gazette Citywork ou par le biais de nos réseaux sociaux ?

N'hésitez pas à envoyer votre demande à Gladys à l'adresse suivante [accueil18@citywork.fr](mailto:accueil18@citywork.fr)

## POINT METEO DU WEEK-END A LYON

Jeudi 14 Mars		5 ° / 10 °	Brise Légère S. 11 km/h
Vendredi 15 Mars		8 ° / 15 °	Très Légère Brise N.N.O. 5 km/h
Samedi 16 Mars météo à 4 jours		5 ° / 20 °	Vent Léger S. 24 km/h
Dimanche 17 Mars		10 ° / 17 °	Petite Brise S.S.O. 18 km/h

Source : [www.meteocity.com](http://www.meteocity.com)