

Multiburo organise la semaine « Smile@Work Week » du 21 au 25 septembre 2020

Une semaine dédiée au bien-être au travail, 100% digitale

Paris, le 07 septembre 2020 – Multiburo, pionnier des espaces de travail flexibles en France depuis plus de 30 ans et présent en Belgique depuis plus de 15 ans et en Suisse depuis 5 ans, renouvelle sa semaine dédiée au bien-être au travail. Celle-ci devient la « Smile@Work Week », en référence au [blog](#) du même nom, lancé en avril dernier par Multiburo. Nouveau concept, nouvelle approche, cet événement 100% digital se déroulera du 21 au 25 septembre 2020.

Multiburo a toujours eu à cœur d'offrir un environnement de travail confortable, calme, propice à la concentration de ses clients. C'est dans cette optique, tout en prêtant attention à la situation actuelle, que Multiburo renouvelle la « Smile@Work Week ». Un changement de nom pour un événement qui se digitalise et en référence au blog éponyme consacré aux nouveaux modes de travail et au bien-être au sein de son espace de travail. La « Smile@Work Week » s'inspire de ce concept, en créant un maximum d'interactions entre le public, des experts et Multiburo.

Le confinement a marqué l'avènement du télétravail, une formule plébiscitée par certains et subie par d'autres, pouvant générer stress et isolement. Alors que la reprise voit naître des modes de travail hybrides mixant télétravail et présentiel, Multiburo souhaite une nouvelle fois accompagner ses clients, les entrepreneurs et le public pour une rentrée sereine et optimiste.

Ainsi, du 21 au 25 septembre, les clients des 26 Multiburo de France, de Belgique et de Suisse ainsi que le grand public, pourront assister à des ateliers online et des webinars dédiés au bien-être au travail. Ils recevront également chaque jour des conseils et astuces sous forme de vidéos d'une minute.

UNE SEMAINE QUI DONNE DES PISTES POUR AMELIORER EFFICACEMENT LA QUALITÉ DE VIE AU TRAVAIL QUE L'ON EXERCE AU BUREAU OU A DISTANCE

La « Smile@Work Week » sera l'occasion pour Multiburo de donner des clés pour mieux travailler et évoluer dans un environnement favorable à l'épanouissement tant personnel que professionnel. Cette semaine se compose de :

- **9 ateliers online de 15 minutes sur différentes techniques permettant, entre autres, d'améliorer la concentration, l'efficacité et la gestion du stress.**
- **7 webinars de 30 minutes, sur invitation Zoom pour approfondir ces sujets et s'approprier quelques conseils clés.**

A l'image du blog Smile@Work et de sa rubrique [Paroles de pros](#), tous les webinars et les ateliers online sont animés par des experts. Par exemple :

- [Le DO IN : soulager les maux au quotidien avec Emmanuelle Ferla de Just for Good](#)
- [Pratiquer la micro-sieste en toute sérénité avec Suzie Desmet de Naturotfit](#)
- [Travail à distance et sérénité, ça marche ? avec Lydie Jubin fondatrice d'API'NS](#)
- [3 outils pour arrêter d'être débordé avec Rosenn Lemarchand de AirZen.](#)

Et tous les jours par email, des conseils d'experts en vidéos d'1 minute seront envoyés aux abonnés Multiburo qui recevront également des recettes de cuisine saines et rapides réalisées en partenariat avec Just For Good.

Pour cette rentrée 2020, la « Smile@Work Week » permet à toutes et à tous de découvrir de nouvelles habitudes positives à appliquer au quotidien et avec ses équipes.

***Le programme complet de la semaine à retrouver [ici](#).
Événement ouvert au public, gratuit, sur inscription via ce [lien](#).***

À PROPOS DE MULTIBURO

Acteur majeur du coworking et pionnier de l'immobilier flexible en France depuis plus de 30 ans, Multiburo propose des bureaux équipés, plateaux privatifs, espaces de coworking et salles de réunion. Créé en 1985, le réseau européen d'espaces de travail possède 26 centres implantés au cœur des principaux quartiers d'affaires de Paris, Bruxelles, Lille, Lyon, Marseille, Nantes, Toulouse, Anvers et Genève.... Et accueille 6 500 clients, de la start-up à la société multinationale. Un cœur de métier multi-solutions porté par des collaborateurs professionnels et dévoués pour apporter confort, calme et mobilité.

www.multiburo.com/fr/
<https://blog.multiburo.com>
[@MultiburoGroup](#)

CONTACTS PRESSE – LOOK SHARP

Joanne Burban – 01 81 70 95 60 – joanne.burban@looksharp.fr
Magdalena Ortet – 01 81 70 95 61 – magdalena.ortet@looksharp.fr