

TRAITEMENT DE L'INFORMATION

	TV5 Monde	France 24	BFM (ou autre)
les forces russes attaquent Avdiïvka en Ukraine "avec des forces très importantes"	Les forces russes, qui tentent depuis des mois d'encercler Avdiïvka dans l'Est de l'Ukraine, attaquent la ville "avec des forces très importantes". C'est ce qu'a rapporté jeudi 8 février 2024 son maire, évoquant une situation "tout simplement irréaliste" par endroits.	"Quand j'ai vu ça, j'ai été sidérée", s'exclame Nadejda, passant devant le flanc béant et encore fumant d'une longue barre d'immeuble vide de 15 étages, touchée la veille par une frappe russe, à Avdiïvka, dans l'Est de l'Ukraine. Pilonnée par l'artillerie et plus récemment par l'aviation, la ville est une autre "forteresse" du Donbass que les forces russes tentent d'encercler, comme sa voisine Bakhmout, située à 60 kilomètres plus au nord.	Les forces russes, qui s'efforcent depuis des mois d'encercler Avdiïvka dans l'est de l'Ukraine, attaquent la ville avec des forces très importantes, selon le maire de la ville. La situation est décrite comme "tout simplement irréaliste" par endroits. Malheureusement, cette escalade de violence a des conséquences tragiques. Mercredi, au moins cinq personnes ont été tuées en Ukraine, dont quatre dans un immeuble résidentiel à Kiev après une nouvelle attaque aérienne "massive" de la Russie. Au total, six régions ont été touchées selon le président ukrainien, Volodymyr Zelensky
Irak : trois morts, dont deux chefs des Brigades du Hezbollah, dans une frappe de drone à Bagdad	Une attaque de drone en Irak a visé mercredi soir un véhicule dans l'est de la capitale Bagdad, ont indiqué à l'AFP deux sources de sécurité, dans un contexte régional explosif. Trois personnes, dont deux dirigeants d'un groupe armé pro-Iran, ont été	Trois personnes, dont deux dirigeants d'un groupe armé irakien, ont été tuées mercredi par une frappe de drone ayant visé un véhicule dans l'est de la capitale Bagdad. L'armée américaine affirme avoir mené la frappe en représailles aux	Le lundi 28 août 2023, un troisième soldat français a été annoncé mort en Irak en l'espace de 10 jours. Nicolas Mazier, tout comme Nicolas Latourte et Baptiste Gauchot étaient dans le pays dans le cadre de l'opération Chammal qui lutte contre le terrorisme.

	tuées dans cette attaque.	attaques contre ses forces dans la région.	
Championnat du monde de kickboxing:	Face à la tour Eiffel, le Grand Palais éphémère accueille l'édition 2024 du championnat du monde de kickboxing. En tête d'affiche, Yohan Lidon et Cyril Benzaquen, opposés pour la première fois chez les mi-lourds pour le titre unifié WKS-ISKA. Retour sur les meilleurs moments de la compétition.	Le Grand Palais éphémère accueille l'édition 2024 du championnat du monde de kickboxing, avec en tête d'affiche les combattants Yohan Lidon et Cyril Benzaquen. L'émission revient sur les meilleurs moments de la compétition 3.	Le Championnat du monde de kickboxing 2024 se déroule au Grand Palais éphémère, à Paris (7e), avec le soutien de la Région Île-de-France. Cet événement exceptionnel met en vedette les combattants Yohan Lidon et Cyril Benzaquen, qui s'affrontent pour la première fois dans la catégorie des mi-lourds pour le titre de champion du monde unifié WKN-ISKA1. Leurs performances captivantes sont à ne pas manquer !

Podcasts

Nom du podcast 1	The Wild Project
Thématique	Philosophie
Source (adresse URL)	https://www.nouvelles-ecoutes.fr/
Titre du dernier contenu écouté	Réenchanter le monde
Ton/style/objectifs	Réflexions profondes
Raisons pour lesquelles vous avez sélectionné ce podcast	Parce que le thème est intéressant

Nom du podcast 2	Le Cœur Sur la Table
Thématique	Amour/Sexualité

Source (adresse URL)	https://www.binge.audio/podcast/le-coeur-sur-la-table
Titre du dernier contenu écouté	Tromper son mec
Ton/style/objectifs	Témoignages intimistes
Raisons pour lesquelles vous avez sélectionné ce podcast	L'histoire

Nom du podcast 3	Les Couilles Sur la table
Thématique	Féminisme
Source (adresse URL)	https://www.stale.fr/tous-les-podcasts/les-couilles-sur-la-table
Titre du dernier contenu écouté	Être mère solo
Ton/style/objectifs	Discussions sur le féminisme
Raisons pour lesquelles vous avez sélectionné ce podcast	Parce que le titre ma fait rire

Réseaux sociaux

Nom du groupe	Storyline & Rise
Nombre de membres	2 580 membres
Type de publications (article, infographie, conseil, innovation,emploi)	<p>Storyline 360 : Expert ou débutant ? Je vous propose 10 pratiques qui font la différence !</p> <p>Storyline possède une courbe d'apprentissage extrêmement rapide grâce à une interface très proche de Powerpoint, avec une notion de chronologie intuitive dans chaque diapositive.</p> <p>Mais au fil votre progression, vous vous trouverez confronté aux subtilités du logiciel, et votre courbe d'apprentissage sera beaucoup moins rapide.</p> <p>C'est donc en expérimentant que vous progresserez, projet après projet !</p> <p>Et vous ? Quelles sont les pratiques à privilégier ?</p> <p>Retrouvez ces astuces, des tutos et des retours d'expérience dans le groupe Storyline & Rise Francophone :</p>

	<p>Le groupe : https://lnkd.in/ertyW_9</p> <p>Pour vous inscrire à ma NewsLetter : https://lnkd.in/evgUw2cB</p>
Raisons pour lesquelles vous avez sélectionné ce groupe	parce que je veux en savoir plus sur le groupe

Classement des actualités internationales les plus marquantes

Titre de l'actualisé	Sources (liens ou autres)	Résumé de l'événement
Les tunnels du Hamas, le défi de l'armée israélienne	https://www.lemonde.fr/international/article/2024/02/08/les-tunnels-du-hamas-le-defi-de-l-armee-israelienne_6215440_3210.html	Selon des sources militaires françaises, le réseau creusé dans le sous-sol de Gaza demeurerait « intact pour le moment » en dépit de l'intensité de l'offensive israélienne.
Les dernières attaques russes ont tué plusieurs civils dans la nuit	https://fr.euronews.com/2024/02/08/ukraine-les-dernieres-attaques-russes-ont-tue-plusieurs-civils-dans-la-nuit	<p>Dans la nuit, toujours mais cette fois au sud-est du pays, à Selydove, dans la région de Donetsk, des bombardements russes ont tué une femme et blessé sept personnes, L'attaque a touché une école, où se trouvait la victime décédée.</p> <p>À Odessa, au bord de la mer Noire, plusieurs infrastructures civiles ont été touchées, dont une école.</p> <p>Ces attaques surviennent une nuit après une vague d'attaques de missiles russes à travers l'Ukraine, qui ont tué au moins cinq personnes.</p>
La mobilisation des agriculteurs se poursuit en Europe	Espagne, Pays-Bas, Bulgarie... la mobilisation des agriculteurs se poursuit en Europe Euronews	De l'Espagne à la Bulgarie, en passant par les Pays-Bas, les manifestations des agriculteurs se poursuivent dans

		plusieurs pays européens, alors que la Commission européenne a lâché du lest sur une mesure de restriction des produits phytosanitaires.
--	--	--

Film/séries francophones préférés

Titre de l'actualité	Résumé de l'événement
Astérix & Obélix - Mission Cléopâtre (2002)	Cléopâtre, la reine d'Égypte, décide, pour prouver à Jules César la grandeur de la civilisation égyptienne, de construire un palais en plein désert en l'espace de trois mois. Pour cela, elle fait appel à l'architecte Numérobis. Ce choix déplaît fortement à l'architecte royal, Amonbofis, jaloux de n'avoir pas été désigné pour mener à bien le projet. Numérobis, inquiet du délai extrêmement court dont il dispose, décide de se rendre en Gaule pour demander de l'aide à un vieil ami, le druide gaulois Panoramix, détenteur du secret de la potion magique, ainsi qu'à ses amis, Astérix et Obélix. Les trois Gaulois accompagnent Numérobis à Alexandrie où ils devront déjouer les manigances d'Amonbofis et des Romains, car si Numérobis ne termine pas à temps la construction du palais, il sera jeté aux crocodiles sacrés
Les Héritiers (2014)	<p>“Les Héritiers” est un film dramatique français sorti en 2014. Il est basé sur une histoire vraie : une professeure convainc sa classe de seconde, réputée la plus faible, de se présenter au Concours national de la résistance et de la déportation. Ce défi va transformer leur vie.</p> <p>Une professeure du lycée Léon-Blum de Créteil (Val-de-Marne) obtient l'accord de ses élèves pour les préparer au concours sur le thème : « Les enfants et les adolescents dans le système concentrationnaire nazi ». Initialement houleuse et frustrante, l'atmosphère évolue au contact d'un rescapé des camps et lors de la visite du Mémorial de la Shoah. Ce voyage va marquer les esprits et les transformer profondément</p>
Intouchables (2011)	<p>“Intouchables” est une comédie dramatique française sortie en 2011.</p> <p>L'histoire débute lorsque Philippe, un riche aristocrate devenu paralégique suite à un accident de parapente, engage Driss, un jeune de banlieue tout juste sorti de prison, comme son auxiliaire de vie. Malgré l'absence de formation spécifique, Driss apporte une fraîcheur et une spontanéité qui bouleversent la vie de Philippe. Ensemble, ils vont cohabiter entre Vivaldi et Earth Wind</p>

	and Fire, les costumes et les bas de survêtement, créant ainsi une amitié forte et inattendue
Comment c'est loin (2015)	<p>“Comment c’est loin” est un film français sorti en 2015. Cette comédie musicale raconte l’histoire de deux amis d’enfance, Orel et Gringe, qui se lancent dans une dernière tentative pour percer dans le monde du rap.</p> <p>L'intrigue se déroule dans la ville de Caen, en Normandie. Orel et Gringe sont passionnés de rap et rêvent de devenir des stars musicales. Cependant, ils se heurtent à la réalité de la vie quotidienne, entre petits boulots et problèmes financiers. Un jour, ils reçoivent une proposition alléchante : écrire une chanson pour un rappeur célèbre. C’est l’occasion rêvée pour eux de se faire remarquer et de lancer leur carrière. Ils se mettent donc au travail pour composer leur meilleur morceau.</p> <p>Mais les choses ne se passent pas comme prévu, et ils se retrouvent confrontés à des blocages créatifs. Le doute et l’incertitude les assaillent. Ils se demandent s’ils sont réellement faits pour la musique et s’ils ont ce qu’il faut pour réussir. Ce blocage créatif est symbolisé par une porte fermée, derrière laquelle se trouve leur inspiration. Ils doivent trouver la clé pour ouvrir cette porte et libérer leur créativité.</p> <p>Pour débloquer leur inspiration, Orel et Gringe décident de partir en quête de nouvelles expériences. Ils sillonnent les rues de Caen, à la recherche d’inspiration. Au fil de leurs rencontres et aventures, ils découvrent de nouveaux horizons, se confrontent à leurs peurs et à leurs doutes. Ils rencontrent des personnages hauts en couleur, comme un vieux rappeur désabusé ou une jeune femme mystérieuse. Chaque rencontre les pousse à se remettre en question et à chercher en eux-mêmes la réponse à leur blocage créatif.</p>

<h1>Les Combattants (2014)</h1>	<p>“Les Combattants” est un film français sorti en 2014.</p> <p>L’histoire suit Arnaud, qui travaille dans l’entreprise familiale spécialisée dans la construction en bois, et Madeleine, une jeune femme obsédée par la fin des temps et le survivalisme. Ils se rencontrent pendant l’été et décident de participer à un programme de survie de l’armée. Cependant, lorsque la situation dégénère lors d’une randonnée, ils quittent le groupe et tentent de survivre seuls dans la forêt. Leur relation évolue au fil des épreuves, mais les convictions de Madeleine restent inébranlables</p>
---------------------------------	--

Top destinations d’Afrique francophone

Site à visiter	Sources qui ont servi de documentation	Texte de présentation de le destination
Zambie	https://fr.wikipedia.org/wiki/Zambie	<p>La Zambie, en forme longue la république de Zambie, en anglais : Zambia et Republic of Zambia, est un pays d'Afrique australe, sans accès à la mer. Sa population est estimée à 19 millions d'habitants en 2022. République démocratique, sa capitale est Lusaka. Son nom provient du nom du fleuve Zambèze.</p> <p>Les pirogues restent un moyen de transport commode en milieu rural et en saison des pluies ; ici, en 2006, dans les marais de Bangweulu en saison sèche.</p> <p>Le climat de la Zambie est tropical, quoique plus tempéré en altitude. Il y a deux saisons principales, la saison des pluies qui commence en novembre et se termine en avril, correspondant à l'été, et la saison sèche de mai à octobre correspondant à l'hiver⁶. Le fleuve principal est le Zambèze, dont le barrage de Kariba fournit le pays en hydroélectricité.</p>

		<p>Parmi les ressources naturelles se trouvent le cuivre, le cobalt, le zinc, le plomb, le charbon, les émeraudes, l'or, l'argent et l'uranium. L'économie du pays reste néanmoins essentiellement agricole.</p> <p>La « Grande Route de l'Est » (ici à Lusaka), qui relie la province orientale avec le reste du pays, le Malawi et le nord du Mozambique.</p> <p>Paysage zambien.</p> <p>Zones humides au moment de l'étiage (saison sèche).</p> <p>Initialement peuplé par les San, peuple de chasseurs-cueilleurs, le territoire zambien est occupé par les Bantous au ive siècle. Pendant la colonisation européenne de l'Afrique, le territoire devient la colonie britannique de la Rhodésie du Nord. Celle-ci obtient son indépendance en 1964 sous le président Kenneth Kaunda qui met en place un régime à parti unique sous l'égide du Parti uni de l'indépendance nationale en 1973. Il est remplacé par Frederick Chiluba du Mouvement for Multi-Party Democracy après l'élection présidentielle de 1991. Depuis, la Zambie devenue un État multipartite, a connu plusieurs transitions pacifiques du pouvoir.</p>
Rwanda	https://www.larousse.fr/encyclopedie/pays/Rwanda/141732	<p>État d'Afrique centrale situé dans la région des Grands Lacs, le Rwanda est limité au nord par l'Ouganda, à l'est par la Tanzanie, au sud par le Burundi et à l'ouest par la République démocratique du Congo et le lac Kivu.</p> <p>Le Rwanda est membre du Commonwealth.</p> <p>Peuplé dès la préhistoire, le Rwanda est érigé en État au xive s. sous la forme d'une monarchie quasi théocratique à la tête de laquelle se trouve la dynastie des mwamis (rois) Banyiginyas, qui régnera jusqu'en 1960.</p> <p>L'organisation de la société, qui vise notamment à assurer la pérennité des deux ressources du royaume, l'agriculture et l'élevage, fait progressivement l'objet de règles extrêmement précises, instaurant notamment un véritable code du fermage-</p>

		<p>métayage, tant en ce qui concerne les troupeaux que les terres.</p> <p>Le pays est divisé en circonscriptions administratives, les districts, avec à leur tête deux chefs, l'un pour le bétail, l'autre pour les terres. La distinction entre les Tutsis et les Hutus est en quelque sorte fonctionnelle : les premiers sont éleveurs, les seconds agriculteurs. Le passage d'une catégorie à une autre est possible (un agriculteur hutu peut devenir tutsi et réciproquement) de même que les mariages mixtes. L'aristocratie – qui possède bétail ou terre – est aussi bien hutue que tutsie.</p>
Zanzibar	https://fr.wikipedia.org/wiki/Zanzibar_(pays)	<p>Le Zanzibar, en forme longue à sa création, la république populaire de Zanzibar, était un État indépendant issu de la décolonisation britannique du protectorat de Zanzibar le 10 décembre 1963, qui fut incorporé au Tanganyika le 26 avril 1964 en tant que gouvernement révolutionnaire de Zanzibar pour former la Tanzanie actuelle.</p> <p>Le nom de Zanzibar a été donné au Moyen Âge par les navigateurs arabes et persans qui désignait sous le vocable de Zangibar ou Zang̃ibar, signifiant « la terre des noirs » (de zang ou zang̃, « noirs » ou « nègres », et bar, « terre », « pays »), la région côtière de l'Afrique orientale dont l'archipel de Zanzibar.</p> <p>Ce sont les Portugais qui, lors de leurs pérégrinations autour de l'Afrique au xve et xvie siècles, feront connaître l'archipel sous son nom actuel, puisqu'il s'agit d'une transcription en portugais du nom arabe (forme attestée chez Duarte Barbosa en 1516). Durant l'antiquité, l'archipel était connu sous les noms de Tengenae chez Pline l'Ancien, Azania chez Ptolémée et Zingion chez Cosmas Indicopleustès, ces noms étant tous empruntés aux langues sudarabiques (notamment le sabéen du Royaume de Saba dont l'archipel aurait été une possession selon la légende</p>

<p>Afrique du Sud</p>	<p>https://fr.wikipedia.org/wiki/Histoire_de_l'Afrique_du_Sud</p>	<p>L'histoire de l'Afrique du Sud est très riche et très complexe du fait de la juxtaposition de peuples et de cultures différentes qui se succèdent et se côtoient depuis la Préhistoire. Les Bochimans (ou peuple San) y sont présents depuis au moins 25 000 ans et les Bantous depuis au moins 1 500 ans. Les deux peuples auraient généralement cohabité paisiblement. L'histoire écrite débute avec l'arrivée des Européens, en commençant par les Portugais qui décident de ne pas coloniser la région, laissant la place aux Néerlandais. Les Britanniques contestent leur prééminence vers la fin du XVIII^e siècle, ce qui mène à deux guerres. Le XX^e siècle est marqué par le système législatif séparatiste et ségrégationniste de l'apartheid puis par l'élection de Nelson Mandela, premier président noir d'Afrique du Sud, à la suite des premières élections nationales multiraciales au suffrage universel organisées dans le pays.</p>
<p>Namibie</p>	<p>https://fr.wikipedia.org/wiki/Namibie</p>	<p>La Namibie, en forme longue la république de Namibie (en anglais : Namibia et Republic of Namibia ; en afrikaans : Namibië et Republiek van Namibië ; en allemand : Namibia et Republik Namibia), est un pays situé en Afrique australe. Elle est bordée géographiquement à l'ouest par l'océan Atlantique, au nord par l'Angola, au sud par l'Afrique du Sud, à l'est par le Botswana et au nord-est par la Zambie. Sa limite la plus orientale est distante de moins de deux cents mètres du tripoint où se rejoignent les frontières du Zimbabwe, du Botswana et de la Zambie, sur le fleuve Zambèze, à la confluence de la rivière Kwando. Largement désertique, le pays doit son nom au désert du Namib, qui recouvre sa côte atlantique. Ses frontières orientales sont largement recouvertes par le désert du Kalahari. La capitale, qui est la ville la plus peuplée du pays, est Windhoek</p>

Nouvelles technologies ,les dernières innovations remarquables

Nouvelle technologie	Sources (liens ou autre)	Texte de présentation de la technologie
Automatisation des processus robotiques	https://www.zucisystems.com/be/blog/top-10-dernieres-tendances-technologiques/	<p>RPA automatise les processus métier tels que les tâches répétitives, les tâches standardisées, le traitement des données, voire la réponse aux e-mails, etc. Tout comme nous, les robots RPA ont la capacité de comprendre ce qui se trouve sur un écran, de naviguer dans les différents systèmes, d'effectuer les bonnes frappes, d'extraire des données et même d'effectuer un large éventail d'actions prédéfinies. Cela se traduit par une augmentation des possibilités de collecte de données, une réduction de la charge de travail, de meilleurs résultats commerciaux, un service plus rapide, etc.</p>
La Blockchain en 2024	https://www.codeur.com/blog/tendances-technologiques-2024/	<p>Cette évolution technologique n'est pas nouvelle, la Blockchain et le Bitcoin ont été construits conjointement en 2008 mais aujourd'hui il existe différentes Blockchains et différentes cryptomonnaies.</p> <p>Cependant cette technologie sera à suivre en 2024. Concrètement, la Blockchain permet d'échanger et de stocker de la valeur sur le web via des jetons (ou token) qui sont regroupés par "blocks", puis sont validés par des</p>

		nœuds appelés également "mineurs".
L'Intelligence Artificielle (IA)	https://www.manutan.com/blog/fr/digital/quelles-sont-les-6-dernieres-innovations-technologiques-que-la-fonction-achats-doit-adopter	<p>Associée au Big Data, l'Intelligence Artificielle est en plein développement et les cas d'usage se précisent dans l'univers des achats. Derrière cette technologie figure tout un ensemble de techniques, de processus et d'applications pour réaliser des tâches de façon « intelligente ».</p> <p>Le Parlement européen désigne cette innovation comme « une machine [capable] de reproduire des comportements liés aux humains, tels que le raisonnement, la planification et la créativité ». En ce sens, les applications sont multiples : gestion des contrats, gestion des risques fournisseurs, pilotage de la performance, etc.</p>
Convergence phytale	https://www.forbes.fr/technologie/exclusif-les-5-grandes-tendances-technologiques-en-2024/	<p>Le réel et le numérique sont de plus en plus imbriqués. Des technologies telles que la réalité augmentée (RA), la réalité virtuelle (RV) et l'internet immersif font tomber les barrières entre le monde physique et les domaines numériques où nous passons de plus en plus de temps. Plus que jamais, nous existons en tant qu'avatars numériques dans des environnements virtuels. C'est vrai pour le travail, où nous collaborons à distance grâce à des</p>

		<p>plateformes telles que Zoom, Teams et Slack, et pour le jeu, où les jeux en ligne et les sports électroniques sont plus populaires que jamais. Nous utilisons des applications sociales telles que TikTok et Instagram pour créer des espaces virtuels où nous partageons des moments de notre vie « réelle ». Ces moments sont sélectionnés et filtrés pour créer des personnalités numériques qui deviennent notre « moi virtuel ».</p>
Télésanté	https://www.zucisystems.com/be/blog/top-10-dernieres-tendances-technologiques/	<p>Bien que la plupart des plus grands progrès dans le domaine médical soient dus à la technologie, il existe même aujourd’hui un peu de résistance. La pandémie nous a montré à quel point la technologie est cruciale pour le domaine médical. La télésanté est la distribution de services liés à la santé à l’aide de la technologie aux patients qui recherchent des soins sans avoir à sortir de chez eux. Les applications mobiles de santé, la vidéoconférence en direct, la surveillance à distance des patients, etc. sont des exemples de services de télésanté.</p>

Top Destinations d’Europe francophone

Site à visiter	Sources qui ont servi de documentation	Texte de présentation de la destination

<p>La Sardaigne</p>	<p>https://fr.wikipedia.org/wiki/Sardaigne</p>	<p>La Sardaigne (italien : Sardegna, /sar'deɲɲa/ ; sarde : Sardigna, /sar'diɲɲa/) est une île de la mer Méditerranée et une région italienne, qui se trouve à l'ouest de l'Italie continentale, au sud de la Corse. Son chef-lieu est la ville de Cagliari.</p> <p>La Sardaigne est par sa superficie la seconde île de la mer Méditerranée et une région autonome à statut spécial d'Italie dont la dénomination officielle est « région autonome de la Sardaigne » (en italien : Regione Autonoma della Sardegna, en sarde : Regione Autònoma de Sardigna¹). Son statut spécial, inscrit dans la constitution de 1948, garantit l'autonomie administrative des institutions locales et la protection de ses particularités ethnolinguistiques et culturelles .</p>
<p>Les îles grecques</p>	<p>https://www.civitatis.com/blog/fr/plus-belles-iles-grece/</p>	<p>Quelle est la plus belle île de Grèce ? La Grèce est composée de plus de 2 000 îles situées dans la mer Égée et la mer Méditerranée et est aujourd'hui devenue l'une des destinations touristiques les plus populaires au monde. Que ce soit pour ses eaux cristallines, ses énormes falaises ou pour la magie de ses villages aux maisons blanches, les îles grecques possèdent de nombreux attraits qui méritent d'être découverts.</p>
<p>Lanzarote</p>	<p>https://www.salutilesanaries.com/lanzarote</p>	<p>Lanzarote est synonyme de volcans, de champs de lave, de roches aux formes invraisemblables, de terres noires et rougeâtres qui contrastent avec le blanc des maisons typiques, le bleu de la mer et l'azur du ciel. Le paysage le plus oriental des îles</p>

		Canaries est complété par des montagnes austères au faible relief, de belles plages de sable blanc et doré, des palmeraies luxuriantes... et le silence, qui fait aussi partie du mystérieux paysage de Lanzarote.
La Costa Brava	https://fr.wikipedia.org/wiki/Costa_Brava	La Costa Brava est le nom donné à la côte catalane sur la mer Méditerranée, située au nord-est de la Catalogne, dans la province de Gérone. Elle part de Portbou, à côté de la frontière française, et s'étend sur 160 kilomètres et sur les 255 kilomètres du profil déchiqueté de la Costa Brava jusqu'à Blanes, à l'embouchure du fleuve Tordera. Elle est encadrée, au nord, par la côte Vermeille qui en est la continuation géomorphologique et, au sud, par la Costa del Maresme.
Les Baléares	https://fr.wikipedia.org/wiki/%C3%8Eles_Bal%C3%A9ares	<p>Les Baléares forment un groupe d'îles appartenant à la mer homonyme, à l'est-sud-est des côtes espagnoles, à la hauteur du golfe de Valence. Les côtes sud des îles de Formentera et Cabrera et les côtes est des îles del Aire et Minorque sont baignées par la mer Méditerranée. Ibiza, l'île la plus proche du continent, se situe à 88 km à l'est-nord-est du cap de la Nau, sur la péninsule Ibérique. Palma, la capitale de la communauté, se situe à 205 km au sud-sud-est de Barcelone, la capitale catalane.</p> <p>« Sous le nom de Baléares, on comprend les îles de Majorque, Minorque et Cabrera.../... Par le nom de Pithiuses, on désigne les trois îles d'Iviça, Formentera et Conejera^{2,3}. »</p>

		<p>Au sens contemporain, les îles Baléares comportent donc deux groupes d'îles : un bloc oriental, avec Majorque et Minorque, principalement, ainsi que l'îlot de Cabrera ; et un bloc occidental, avec Ibiza et Formentera, principalement.</p> <p>De nombreux îlots de superficies moindres complètent cet archipel. Outre Cabrera, par exemple : Sa Dragonera, Sa Conillera et S'Espalmador. Ceux-ci ne sont généralement pas habités et relèvent souvent de zones protégées.</p> <p>La seule île de Majorque, avec 3 640 km², couvre presque 75 % de l'étendue de l'archipel, car Minorque ne compte que 695 km², Ibiza 570 km² et Formentera 81 km².</p>
--	--	---