

## CULTURE GENERAL

### I - Traitement de l'information

|                               | TV5 Monde | France 24 | BFM |
|-------------------------------|-----------|-----------|-----|
| Sujet 1 + élément concordants |           |           |     |
| Sujet 1 + élément concordants |           |           |     |
| Sujet 1 + élément concordants |           |           |     |

### II – Podcasts

|  |  |
|--|--|
| Nom du podcast 1   | Psychologie Positive Et Hypersensibilité<br>Coup de Boost par Laurie Zed   |
| Thématique   | Comment rester positif quand rien ne va ?  |
| Source (adresse URL)                                     | <a href="https://podcasts.google.com/feed/aHR0cHM6Ly9hbmNob3luZm0vcy8xM2M2ZmlwYy9wb2RjYXNOL3Jzcw?sa=X&amp;ved=2ahUKEwi5s6fHvZ34AhUJpRoKHb_iBmwQ9sEGegQIARAC">https://podcasts.google.com/feed/aHR0cHM6Ly9hbmNob3luZm0vcy8xM2M2ZmlwYy9wb2RjYXNOL3Jzcw?sa=X&amp;ved=2ahUKEwi5s6fHvZ34AhUJpRoKHb_iBmwQ9sEGegQIARAC</a>  |
| Titre du dernier contenu                                 | Peut-on donner sans strictement rien attendre en retour ?  |
| Ton/style/objectifs                                      | Pouvoir continuer de rester positif<br>Ecouter ses émotions, s'écouter soi-même<br>Se faire plaisir<br>Sourire pour se retrouver dans un état d'esprit positif<br>Se dépayser  |
| Raisons pour lesquelles vous avez sélectionné ce podcast | J'ai sélectionné ce podcast parce que c'est très important de rester positif dans la vie quotidienne et dans la vie professionnelle. C'est parfois difficile, voire impossible de rester positif quand tout tourne mal autour de toi.<br>Après avoir écouté ce podcast de Laurie Zed, je sais comment affronter des situations stressantes, je suis conscient qu'il faut prendre soin de soi pour vivre pleinement |

|                  |  |
|------------------|--|
| Nom du podcast 2 | Productif au quotidien<br>Par Matthieu Desroches               |
| Thématique       | #103: 5 avantages incontestables d'être une personne organisée |

|  |   |
|--|---|
| Source (adresse URL)                                     | <a href="https://podcasts.google.com/feed/aHR0cHM6Ly9mZWVkcY5idXp6c3Byb3V0LmNvbS85MzY3MTgucnNz/episode/QnV6enNwcm91dC0xMDQ1NTU4Mg?sa=X&amp;ved=0CAUQkfYCahgKEwiQ19f8vZ34AhUAAAAAHQAAAAAQkAY">https://podcasts.google.com/feed/aHR0cHM6Ly9mZWVkcY5idXp6c3Byb3V0LmNvbS85MzY3MTgucnNz/episode/QnV6enNwcm91dC0xMDQ1NTU4Mg?sa=X&amp;ved=0CAUQkfYCahgKEwiQ19f8vZ34AhUAAAAAHQAAAAAQkAY</a> |
| Titre du dernier contenu                                 | #109: Comment gérer son temps en fonction de son énergie  |
| Ton/style/objectifs                                      | La productivité personnelle<br>Se ranger, se structurer, s'aménager, s'organiser<br>Etre moins stressé<br>Gagner une clarté<br>Etre plus fiable<br>Gagner du temps<br>Permettre d'accomplir plus de tâches  |
| Raisons pour lesquelles vous avez sélectionné ce podcast | Je l'ai sélectionné car je veux être productive et bien organisée dans tout ce que je fais. Etre bien organisé pour moi c'est primordial pour pouvoir accomplir mes tâches. Les conseils de Matthieu Desroches m'ont conscientisé pour réviser quelques points pour être plus productive  |

|  |   |
|--|---|
| Nom du podcast 3   | Sport Santé Nutrition   |
| Thématique   | Quand manger des fruits ? Avant ? Après le repas ? En dehors des repas ??   |
| Source (adresse URL)                                     | <a href="https://podcasts.google.com/feed/aHR0cHM6Ly9mZWVkcY5hY2FzdC5jb20vCHVibGljL3Nob3dzLzYyN2JlYzBkNmNmNWQ0MDAxMzdIYjhmNQ?sa=X&amp;ved=0CPsBEI7OAiglahgKEwjQoqnGsKz4AhUAAAAAHQAAAAAQ5BA">https://podcasts.google.com/feed/aHR0cHM6Ly9mZWVkcY5hY2FzdC5jb20vCHVibGljL3Nob3dzLzYyN2JlYzBkNmNmNWQ0MDAxMzdIYjhmNQ?sa=X&amp;ved=0CPsBEI7OAiglahgKEwjQoqnGsKz4AhUAAAAAHQAAAAAQ5BA</a> |
| Titre du dernier contenu                                 | PROGRESSER à tous les coups avec le RIR (reps in reserve) !   |
| Ton/style/objectifs                                      | Manger des fruits par rapport à son poids   |
| Raisons pour lesquelles vous avez sélectionné ce podcast | Je mange beaucoup de fruit et je veux savoir comment les bien manger. J'ai eu la réponse que je cherchai que c'est mieux d'en manger en dehors des repas pour les personnes qui ne sont pas en surpoids ou après le repas pour les personnes normaux ou ceux qui veulent prendre du poids   |

## IV – Réseaux sociaux

### LinkedIn

|  |  |
|--|--|
| Nom du groupe  | Rédaction web, stratégie de contenu et SEO   |
| Nombre de membres  | 17 375 membres   |
| Types de publications (article, infographie, conseil, innovation, emploi etc.) | Offre d'emploi, offre de service, divers conseils, partage... Ici, on parle de référencement naturel (SEO), marketing de contenu, médias sociaux, stratégie de communication, UX et d'architecture de l'information. |

|   |   |
|---|---|
| Raisons pour lesquelles vous avez sélectionné ce groupe | <p>J'ai sélectionné ce groupe parce que c'est un groupe actif, enrichissant. On y trouve beaucoup de conseils et tout ce qu'il faut savoir dans le monde du numérique.</p> <p>Et puisque je vais me baigner dans ce domaine, c'est très bénéfique pour moi de suivre un groupe pareil. Je sais déjà ce qui m'attend dans le futur, je sais qu'est-ce que je dois encore améliorer pour avoir une belle plume, pour devenir une experte.</p> |
|---|---|

## Twitter

Cherchez et suivez au minimum un compte francophone spécialisé dans les nouvelles technologies, un compte lié au marketing digital et un autre portant sur l'actualité internationale

### IV.4 - Classement commenté

#### Classement des actualités internationales les plus marquantes

| Titre de l'actualité   | Sources (liens ou autres)   | Résumé de l'événement   |
|--|---|---|
| Sri Lanka : le Parlement accepte la démission du président Rajapaksa | <a href="https://www.lepoint.fr/monde/sri-lanka-le-parlement-accepte-la-demission-du-president-rajapaksa-15-07-2022-2483340_24.php">https://www.lepoint.fr/monde/sri-lanka-le-parlement-accepte-la-demission-du-president-rajapaksa-15-07-2022-2483340_24.php</a> | <p>Le président du Parlement du Sri Lanka a accepté la démission du président Gotabaya Rajapaksa suite à sa fuite en exil après l'invasion de sa résidence par des manifestants, lesquels ont mis fin à l'occupation des bâtiments publics dans la capitale Colombo. Ce dernier a envoyé par mail sa lettre de démission.</p> <p>Le Parlement élira un nouveau président le 20 juillet mais en attendant, le Premier ministre Ranil Wickremesinghe a été bouclé président par intérim. Gotabaya Rajapaksa s'est réfugié de son logement, prise d'assaut par des manifestants lui blâmer sa mauvaise gestion au moment où le Sri Lanka</p> |

|  |  |   |
|--|--|---|
|  |  | traverse la plus grave crise économique de son histoire. Il a sorti de son pays mercredi pour aller aux Maldives, où il a pris jeudi un avion pour Singapour. Il est le premier chef de l'État à détrôner depuis que le Sri Lanka a opté pour un régime présidentiel en 1978. |
|--|--|---|

### Vos films/séries francophones préférés

| Titre de l'œuvre | Résumé et critique   |
|------------------|--|
| SUPERNATURAL     | <p>Supernatural est une série d'horreur américaine composée de 15 saisons dont 327 épisodes. C'est l'histoire des deux frères Dean et Sam Winchester, chasseurs de créatures surnaturelles, enquêtent sur des phénomènes paranormaux et aussi des monstres.</p> <p>22 ans plus tôt, leur mère a été tuée par un démon qu'ils ont appelé le démon aux yeux jaunes. Ça leur a beaucoup affecté surtout le grand frère Dean, il a commencé à chasser alors qu'il n'était qu'un gamin.</p> <p>La série est composée d'amour, drame, mystère ce qui la rend hyper intéressante.</p> <p>Tout au long du chemin, ils ont affronté différentes créatures surnaturelles, ils ont travaillé avec des anges, sorcières, prophètes et des démons pour accomplir leurs missions. Ils ont visité le purgatoire, le paradis et l'enfer, ils ont connu la souffrance extrême...</p> <p>Ont-ils arrivé à mettre la main sur le démon aux yeux jaunes après tout ce qu'ils ont parcouru?</p> |

### Top destinations d'Afrique francophone

| Site à visiter (nom du lieu+ pays)            | Sources qui ont servi de documentation (liens ou autre)   | Texte de présentation de la destination                                   |
|---|---|---|
| L'allée des Baobab<br>Morondava<br>Madagascar | <a href="https://www.voyagemadagascar.com/guide-madagascar/attraction/allee-des-baobabs-morondava">https://www.voyagemadagascar.com/guide-madagascar/attraction/allee-des-baobabs-morondava</a> | L'allée des Baobab se situe à seulement 20km de Morondava sur la route de |

|   |   |   |
|---|---|---|
|   |   | <p>Belon' i Tsiribihina, une vingtaine de majestueux baobabs, appelés « racines du ciel » par les Malgaches.</p> <p>Avec sa beauté inégalée, le site attire davantage des touristes. Le lever du soleil comme le coucher du soleil offre un merveilleux spectacle.</p> <p>Parmi les douzaines de Baobab, il y a le baobab sacré dont les locaux y viennent pour déposer des offrandes et faire honneur à leurs ancêtres. Il y a aussi des baobabs dit amoureux, qui selon eux des locaux peuvent porter chance aux couples. On peut s'y rendre par divers moyens. Par voie aérienne, c'est seulement une heure de voyage depuis la capitale. Pour ceux qui aiment l'aventure, c'est 680km en voiture pour atteindre Morondava. On peut aussi s'y rendre par le fleuve Tsiribihina et fleuve Manambolo</p> |
| Parc national Kruger Park en Afrique du Sud | <a href="http://www.parckruger.com/">http://www.parckruger.com/</a> | <p>Parc Kruger c'est 20.000km<sup>2</sup> de safaris et d'animaux circulant en total liberté, ce n'est ni un</p>  |

|  |  |   |
|--|--|---|
|  |  | <p>zoo, ni une petite réserve insipide. On y observe des chasses, des naissances et surtout, on y vie ; Pour s’y rendre, c’est cinq à six heures de route depuis Johannesburg. Si par voie aérienne côté Sud, on peut prendre le vol à l’aéroport de Nelspruit, l’aéroport d’Hoedspruit Easgate au pied de Blyde River Canyon donne accès au centre de Kruger, l’aéroport de Pahalaborwa donne accès au centre et au nord et enfin l’aéroport de Skukuza atterri au cœur du Kruger Pour se loger au Kruger, il y a 21 camps nationaux et 15 lodges, les caps isolés pour petits groupes, les hides, cabanes d’observation ainsi que quelques coins sans eau ni électricité ou planter votre propre tente. Enfin, les safaris qui y sont proposés sont encadrés par des</p> <p>FIELD GUIDE de SANPARKS</p> |
|--|--|---|

| Nouvelle technologie                               | Sources (liens ou autre)  | Texte de présentation de la technologie  |
|--|---|--|
| Intelligence artificielle (IA) et machine learning | <a href="https://www.splunk.com/fr_fr/data-insider/what-is-ai-and-machine-learning.html?301=/fr_fr/data-insider/ai-and-machine-learning.html">https://www.splunk.com/fr_fr/data-insider/what-is-ai-and-machine-learning.html?301=/fr_fr/data-insider/ai-and-machine-learning.html</a> | <p>L'Intelligence Artificielle représente la capacité des machines à observer, réfléchir et réagir comme des êtres humains.</p> <p>L'IA est un terme englobant qui englobe un large éventail de concepts et de technologies, dont la machine Learning (ML).</p> <p>Elle comprend de nombreux sous-domaines qui emploient des techniques pour imiter des attitudes spécifiques que nous associons à l'intelligence humaine naturelle.</p> <p>Les autres sous-domaines consistent à élaborer des systèmes artificiels qui répliquent des comportements humains comme notre capacité à nous déplacer dans notre environnement physique, à voir et traiter des</p> |

|              |   |   |
|--------------|---|---|
|              |   | <p>informations visuelles et à identifier et catégoriser des objets</p> <p>Les algorithmes d'IA ont des usages et des applications variées dans le monde d'aujourd'hui, et d'innombrables projets de recherche en explorent de nouveaux chaque jour.</p> <p>La machine Learning est une application de l'IA qui permet aux ordinateurs de copier à partir de l'expérience et rénover l'interprétation de tâches spécifiques</p> |
| Le réseau 5G | <a href="https://www.frandroid.com/telecom/488716_reseau-5g-tout-ce-qui-va-changer-quels-usages-et-pourquoi-la-technologie-est-importante">https://www.frandroid.com/telecom/488716_reseau-5g-tout-ce-qui-va-changer-quels-usages-et-pourquoi-la-technologie-est-importante</a> | <p>Lancée à la fin de l'année 2020, la 5G ou 5G NR New Radio est la 5ème génération de communications mobiles qui succède à la 4G LTE, la 3G et la 2G. Elle a été commercialisée par les opérateurs Bouygues Telecom, Free, Orange et SFR .La promesse de la 5G c'est d'abord</p>   |



|  |  |  |
|--|--|--|
|  |  | <p>un débit multiplié par 10 et aussi une latence fortement réduite, divisée par 10.</p> <p>La 5G propose de nouvelles technologies comme le MIMO massif le passage d'un cœur de réseau EPS à la 5G, l'utilisation du SDN pour gérer logiciellement certaines fonctions comme le Network Slicing, qui permet de séparer le réseau en fonction des besoins en temps réel, et des techniques de transmission radio.</p> <p>Le déploiement de la 5G est très progressif comme les précédents. Apple, Samsung, Qualcomm et Huawei ont commencé à proposer des smartphones avec 5G.</p> |
|--|--|--|

Top Destinations d'Europe francophone

| Site à visiter (nom du lieu+ pays) | Sources qui ont servi de documentation (liens ou autre)   | Texte de présentation de la destination  |
|------------------------------------|---|--|
| La tour Eiffel à Paris, France     | <a href="https://www.merveilles-du-monde.com/Tour-Eiffel/">https://www.merveilles-du-monde.com/Tour-Eiffel/</a> | <p>La tour Eiffel est le plus beau symbole de Paris et aussi de la France, c'est la construction la plus haute du Monde avant la fabrication de l'Empire State Building à New-York. Elle a été construite par l'ingénieur Gustave Eiffel. La tour mesure 324 m de hauteur, dotée de 3 étages et armée de 7300 d'architecture métallique de 18000 pièces. Elle dispose d'un escalier de 1710 marches pour atteindre le sommet.</p> <p>Pour visiter la tour Eiffel, deux solutions se présentent soit par ascenseur, soit par escalier. Visiter la tour est une aventure à s'offrir au moins une fois dans sa vie, elle accueille en moyenne 7 million de visiteurs par an. Les tarifs varient entre 3 à 7€ si par escalier et 4 à 17€ si par ascenseur. Le site est ouvert à tout le monde de 9 h à minuit.</p> |