

**NEWSLETTER**  
SPECIAL CONFINEMENT



**Nous sommes heureux de vous présenter cette newsletter spécialement dédiée à la période "particulière" que nous vivons. Son objectif : vous donner des moyens d'information pour faciliter votre quotidien et ouvrir votre horizon pour préparer demain.**

**Elle est hebdomadaire et disponible sur** 

Les sites et les applications (Iphone et Android) que nous vous présentons sont en accès gratuit, souvent sur inscription, ou à faible coût. Bien entendu, nous ne garantissons pas leur contenu, il nous a semblé intéressant de vous les signaler pour leur utilité, leur diversité ou leur originalité. Les liens sont directement sur les images concernées.

**N'hésitez pas à nous donner votre avis sur leur intérêt ou nous signaler des sites et des applications utilisés et utiles à partager.**



### S'INSPIRER ET DÉVELOPPER SES COMPÉTENCES

Profiter du temps confiné pour développer ses compétences et ses connaissances. Mood Work propose des webinaires gratuits sur des thématiques variées. FNAC.com propose 500 ebooks en accès gratuits pour recharger votre liseuse (Kobo ou autre) et vous adonner au plaisir de la lecture.



### GARDER DES LIENS

Garder le contact avec ses amis, sa famille, ses collègues, ses voisins, etc. c'est ce que proposent ces deux applis : Houseparty est clairement à visée récréative avec notamment la possibilité de jouer à des jeux intégrés en visio (Pictionary par exemple) ou regarder un programme Netflix avec ses amis; Whatsapps permet de partager des messages et des fichiers avec des groupes d'amis différenciés et de communiquer en visio.



### ORGANISER SON QUOTIDIEN ET SOUTENIR SA FAMILLE

Occupier les enfants et gérer leur énergie dans un environnement confiné. Le GUIDE DES PARENTS CONFINES est truffé de trucs et astuces qui vous permettront d'organiser leur journée et de ...les supporter sereinement. Dans BIBLIO MANUELS vous trouverez tous les principaux manuels scolaires des grands éditeurs français pour tous les niveaux scolaires, en accès libre.



**Houseparty** 12+  
Group Video Chat  
Life On Air, Inc  
#1 in Social Networking  
★★★★ 4.8, 175.4K Ratings  
Free · Offers In-App Purchases



Suivez-nous sur les réseaux sociaux

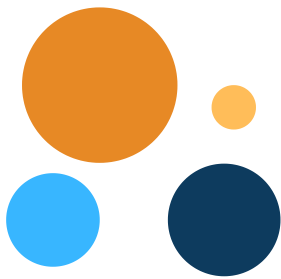


IAE Paris Sorbonne BS



**LE 27 MARS 2020**





**NEWSLETTER**  
SPECIAL CONFINEMENT



### MIEUX CONNAITRE L'IAE PARIS ALUMNI

Pour développer un réseau puissant au service des diplômés de l'IAE de PARIS, un réseau de référents pays et coordinateurs zone pays a été mis en place, à découvrir sur notre site pour les contacter.

L'application de networking IAE PARIS Sorbonne BS vous est proposée et les clubs professionnels et thématiques favorisent la diffusion d'expertises de haut niveau à travers des conférences et des webinaires.



### GÉRER SON ACTIVITÉ ET FONCTIONNER EN ÉQUIPE

Re-penser l'organisation de son entreprise et développer son activité dans un nouveau contexte distant. Basecamp3 propose des offres business ou personal payantes et des offres discount pour les professeurs/étudiants et les organismes non lucratifs. Le site est uniquement disponible en Anglais.



**Basecamp 3** GA  
Project & Team Communication  
**Basecamp, LLC**  
★★★★★ 4,7, 19,9K Ratings  
Free



### ÊTRE SOLIDAIRE ET PARTAGER SES COMPÉTENCES

Le site [KISSKISSBANKBANK](http://KISSKISSBANKBANK) propose une manière originale d'apporter une aide financière au CHU de Lille, en achetant des oeuvres d'art contemporain originales et en petit nombre d'exemplaires. Les souscriptions démarrent à 20€. Pour les entrepreneurs dans l'ESS, une Help Room mise en place par le Mouves est à leur disposition.



### SE FAIRE DU BIEN ET S'ENVOLER

Se détendre pour mieux supporter le confinement et oublier pour quelques instants l'actualité anxiogène. Les applications de yoga et de méditation permettent de réaliser quelques exercices simples sans sortir de chez soi pour aborder la journée sereinement.



**5 Minutes de Yoga** GA  
Exercices pour la flexibilité  
**Olson Applications Limited**  
N° 104 en Forme et santé  
★★★★★ 4,4, 1,8 k notes  
Gratuit - Inclut des achats intégrés



### ETUDIER

Pour rester informé sans se ruiner, un kiosque mobile avec Kip Up.



**LE 27 MARS 2020**



MOUVEMENT  
ENTREPRENEUR  
SOCIAUX



**Mindful Attitude - méditation**  
Méditation guidée  
**Mindful**  
★★★★★ 4,7, 870 notes  
Gratuit

### A NOTER !

Et si ce weekend, vous en profitez pour découvrir un grand opéra ou un grand concert ?

Les plus grandes salles du monde mettent à votre disposition leurs spectacles en visio, en libre accès .

