

Narbonne - N°019 - Du 17 au 30 octobre 2020

URBAN & SORTIES TV

GRATUIT

Magazine TV et agenda du Narbonnais.



LES ARTISANS RÉUNIS

Peinture - Toiture - Maçonnerie générale - Terrassement

DEVIS GRATUIT



Garantie décennale

perrotchaumond@gmail.com

5 BD Maréchal Joffre - NARBONNE

06 07 58 03 68 - 06 26 56 78 24



Le Service Drive

vos courses en 5 minutes

dans votre coffre

au prix du magasin



drive.intermarche.com

Inter*mar***ch **

Narbonne

10 Avenue du Maréchal Juin

OUVERT

TOUS LES DIMANCHES

de 9h   12h30

Chères lectrices, chers lecteurs,

L'été laisse sa place à l'automne, les journées se raccourcissent et se rafraîchissent. Que diriez-vous d'un plateau repas devant vos émissions préférées. Et pour bien les choisir, le nouveau numéro de votre magazine télé préféré est de retour. Avec ses quatorze jours de programme, il vous sera facile de sélectionner la bonne émission. Vous retrouverez aussi vos articles tant attendus, mais également les pages jeux, l'horoscope mais aussi la fiche cuisine, car l'arrivée de l'automne s'accompagne des recettes de saison.

Vous pouvez consulter l'ensemble de nos numéros sur www.urbantv-narbonne.fr et suivre notre actualité sur la page **Facebook Urban TV Narbonne**.

Octobre est aussi le mois d'octobre rose, alors mesdames faites vous dépister.

Et surtout restez prudent, le COVID-19 circule toujours. N'oubliez pas les gestes barrières et protégez vous.

Bonne lecture à tous.

L'équipe Urban TV.



Café DE LA POSTE théâtre
Le Café historique et culturel
30 Boulevard Gambetta - 11 100 NARBONNE

Arnaud DEMANCHE
Spectacle
DU 15 AU 17
OCTOBRE

Programme papier disponible **GRATUITEMENT** au Café de la Poste, ou auprès de nos distributeurs.

Réservations et programmation disponibles sur : www.cafedelapostenarbonne.fr

TF1	france.2	france.3	CANAL+	france.5	6
21.05 MASK SINGER Divertissement présenté par Camille Combal	21.05 PRIMATES, LA FORCE DU CLAN Documentaire	21.05 COMMISSAIRE MAGELLAN Série	21.00 FOOTBALL : LIGUE 1 UBER ÉATS 7^e journée	20.50 ÉCHAPPÉES BELLES Lille gourmand	21.05 THE ROOKIE - LE FLIC DE LOS ANGELES
23.30 Mask Singer, div. Présenté par Camille Combal	22.35 Dans le secret des primates, doc.	22.40 Commissaire Magellan, série Météo	22.55 Canal football club le débrief, mag. 23.50 Jour de rugby, mag.	22.25 Eward et Jo Hopper - Un si violent silence, doc.	22.50 The Rookie - Le flic de Los Angeles, série

arte	C8	W9	TMC	TFX	nrj
20.50 LES MAÎTRES DE L'ARABIE	21.05 LE GRAND BÊTISIER	21.05 LES SIMPSON Jeunesse	21.05 COLUMBO Série	21.05 CHRONIQUES CRIMINELLES	21.05 MODERN FAMILY
21.45 La révolte du mahdi 22.40 À la recherche du bon gras, doc.	23.00 Le grand bêtisier, div. 00.00 Programmes de nuit	21.30 Les Simpson 21.50 Les Simpson 22.15 Les Simpson	22.55 90' Enquêtes, mag. 00.15 90' Enquêtes, mag. 01.50 Programmes de nuit	22.50 Chroniques criminelles, mag. 00.40 Programmes de nuit	21.30 Modern family, série 22.00 Modern family, série 22.30 Modern family, série
LCP	france.4	GSTAR	gulli	LCI	TF1
21.00 UN MONDE EN DOCS	21.05 SHAUN LE MOUTON	21.00 GHOST ADVENTURES	21.05 LES AVENTURES DU CHAT POTTÉ	20.00 ON NE S'EST PAS TOUT DIT	21.00 JOSEPHINE, ANGE GARDIEN
22.00 Le débat, mag. 22.30 Un monde en docs, mag.	23.35 Un conte peut en cacher un autre Consomag 00.35	22.30 Ghost adventures : rencontres paranormales, doc.	22.25 Les aventures du Chat Potté Zig et Sharko 23.45	22.00 LCI samedi soir	22.50 Joséphine, ange gardien, série
C NEWS	L'EQUIPE	6ter	RMC	RMC	Chérie
20.30 SOIR INFO WEEK-END	21.00 FOOTBALL : ISLANDE / BELGIQUE	21.05 LES ROIS DE LA RENO	21.05 DOSSIERS SURNATURELS	21.05 AUSTRALIE, LA RUEE VERS L'OR	21.05 VANITY FAIR Série
23.00 Soir info week-end 00.00 Édition de la nuit	23.00 Catch : WWE RAW 00.00 Catch : WWE Nxt 01.00 WWE SmackDown	21.30 Les rois de la réno 21.55 Les rois de la réno 22.20 Les rois de la réno	22.40 Michael Schumacher : en quête de vérité, doc.	22.00 Australie, la ruée vers l'or, doc.	22.10 Vanity fair, série 23.20 Forever, série 00.20 Forever, série

TF1	france.2	france.3	CANAL+	france.5	6
21.05 LES ANIMAUX FANTASTIQUES ★★ Film de David Yates	21.05 LE CRIME DE L'ORIENT-EXPRESS ★ Film de Kenneth Branagh	21.05 LES ENQUÊTES DE MURDOCH Série	21.00 RUGBY - TOP 14 : CLERMONT / STADE-FRANÇAIS	20.50 NOS PRAIRIES VALENT DE L'OR Documentaire	21.05 ZONE INTERDITE Magazine présenté par Ophélie Meunier
23.35 Esprits criminels, série 00.20 Esprits criminels	23.00 Les Lyonnais ★, film 00.40 Le pitch cinéma 00.45 Histoires courtes	23.30 Les enquêtes de Murdoch, série 00.00 Météo	23.05 Canal rugby club le débrief, mag.	21.40 Tous paysans !, doc. 22.35 La police de Vichy, doc.	23.10 Enquête exclusive, mag. 00.25 Enquête exclusive

arte	C8	W9	TMC	TFX	nrj
20.55 SPY GAME - JEU D'ESPIONS ★	21.05 DON CAMILLE... MONSEIGNEUR ! ★	21.05 SCORPION Série	21.05 COLD CASE : AFFAIRES CLASSÉES	21.05 UNE HEURE DE TRANQUILLITÉ ★	21.05 RETROUVAILLES
23.00 Star et inventeuse de génie, doc. 00.25 Move!, doc.	23.00 Langue de bois s'abstenir, mag.	21.45 Scorpion, série 22.30 Scorpion, série 23.10 Scorpion, série	22.45 Cold Case : Affaires classées, série	22.40 Le cœur des hommes 3 ★, film	23.05 Retrouvailles 01.20 Retrouvailles 03.05 Programmes de nuit
LCP	france.4	GSTAR	gulli	LCI	TF1
21.00 REMBOB'INA Magazine	21.05 LUMNI HISTOIRE	21.05 CHICAGO FIRE	21.05 LES CROODS ★★	20.00 ON NE S'EST PAS TOUT DIT	21.00 BURN AFTER READING ★★
23.00 Les grands entretiens d'Yves Thérard, mag.	23.35 La guerre des trônes, la véritable histoire de l'Europe	21.50 Chicago Fire, série 23.40 Vilaines pensées, téléfilm	22.45 Les Croods : origines 23.10 Les Croods : origines 23.40 Les Croods : origines	22.00 LCI dimanche soir	22.50 Robert Durst a-t-il tué sa femme ?, téléfilm
C NEWS	L'EQUIPE	6ter	RMC	RMC	Chérie
20.30 SOIR INFO WEEK-END	21.00 LA GRANDE SOIRÉE	21.05 KICKBOXER ★ Film	21.05 FAITES ENTRER L'ACCUSÉ	21.05 WHEELER DEALERS	21.05 UNE FEMME D'HONNEUR
23.00 Soir info week-end 00.00 Édition de la nuit	22.55 L'Équipe du Soir, mag. 00.00 L'Équipe du Soir	22.50 Cavale sans issue, film 00.20 Double impact ★	22.35 Faites entrer l'accusé, doc. 23.50 Programmes de nuit	22.00 Wheeler Dealers, doc. 22.50 Wheeler Dealers	23.05 Crimes, mag. 00.45 Programmes de nuit

NARBONNE CENTRE D'AFFAIRES - LA MAYRALE

À PARTIR DE
40m²
SUR MESURE

LOCAUX COMMERCIAUX
ET BUREAUX À LA VENTE



DEPUIS 1979



SANGALLI
MARATUECH

AMÉNAGEUR & PROMOTEUR

04 68 65 85 85
groupe-sm.com

Offres spéciales

« **rentrée** »

2 mois d'assurance moto
offerts* !

L'assurance du plaisir,
c'est simple comme un coup de fil !

Contactez **Cybèle** ou **Jessica**
au **04 68 41 03 12**



* pour la souscription d'un nouveau contrat moto

CLUB 14

Agence Michel MARQUIÉ

7 Bd Marcel Sembat 11100 NARBONNE

Tél : 04 68 41 03 12

Mail : agence.marquie@axa.fr

<https://agence.axa.fr/marquie-michel>

N°ORIAS - www.orias.fr : 07013234



**CLUB 14 OFFRE À SES ADHÉRENTS
LA VERSION PREMIUM DE LIBERTY RIDER**

TFI	france.2	france.3	CANAL+	france.5	6
21.05 JOSÉPHINE, ANGE GARDIEN 2 épisodes - Série	21.05 VULNÉRABLES Téléfilm de Arnaud Séignac Avec Léa Drucker	21.05 SECRETS D'HISTOIRE <i>Sacré Charlemagne !</i>	21.00 LA FLAMME Épisode 4 Série	20.50 CHANTONS SOUS LA PLUIE ★★ Film	21.05 L'AMOUR EST DANS LE PRE <i>Soirée 6 (1/2)</i>
23.15 New York, unité spéciale, série	22.45 Unité 42, série 23.35 Unité 42, série 00.30 Au clair de la lune	23.00 La France en vrai, doc. 23.55 La France en vrai	21.30 La flamme, série 22.00 La flamme, série 22.30 Profession..., mag.	22.35 C dans l'air, mag. 23.40 La femme traquée, film	22.00 L'amour est dans le pré 23.05 L'amour vu du pré
arte	G8	W9	TMC	TFX	NRJ
20.55 LA MARIÉE ÉTAIT EN NOIR	21.15 MARIAGE CHEZ LES BODIN'S ★	21.05 PIRATES DES CARAÏBES : LA VENGEANCE DE SALAZAR ★	21.15 LES GARDIENS DE LA GALAXIE 2 ★	21.05 APPELS D'URGENCE	21.05 CRIMES <i>Au Sud de la Loire</i>
22.40 L'enfant sauvage, film 00.05 Prendre place, doc.	22.50 La télé des Bodin's, doc. 00.10 Programmes de nuit	23.20 Pirates des Caraïbes : la fontaine de jouvence	23.40 Les gardiens de la galaxie ★★, film	22.05 Appels d'urgence, mag. 23.10 Appels d'urgence	22.55 Crimes et faits divers : le prime, mag.
LCP PUBLIC SENAT	france.4	G STAR	gulli	LCI	TF1
20.30 DÉBATDOC Magazine	21.05 ON VOUS RACONTE...	21.00 LES DUOS IMPOSSIBLES DE JEREMY FERRARI 4^e ÉDITION	21.05 LE CHIEN QUI A SAUVÉ NOEL	20.00 LE 20H DE DARIUS ROCHEBIN	21.00 GOOD DOCTOR
21.30 Débatdoc, mag. 22.00 Allons plus loin, mag.	22.35 On vous raconte..., mag. 00.05 Vrai ou fake, mag.	23.05 Les duos impossibles de Ferrari - N°3	22.40 Le secret du Loch Ness, téléfilm	21.15 Le grand soir 22.00 Le grand soir	21.45 Good Doctor, série 22.35 Dr House, série 23.30 Dr House, série
G NEWS	L'EQUIPE	6ter	RMC SPORT	RMC DECOUVERTE	Chérie 25
21.00 L'INFO DU VRAI	21.00 BASKET-BALL : ASVEL / GRAVELINES DUNKERQUE	21.05 KAAMELOTT Série	21.05 LES PLUS GRANDES CATASTROPHES NATURELLES	21.05 CONSTRUCTIONS SAUVAGES	21.05 FOREVER Série
22.00 Soir info 00.00 Édition de la nuit	22.50 L'Équipe du Soir, mag.	22.20 Kaamelott, série Avec Alexandre Astier, Franck Pitiot	22.45 En zone dangereuse, doc.	23.15 Constructions sauvages, doc. 00.10 Programme de nuit	22.00 Forever, série 22.55 Forever, série 23.50 Forever, série

TFI	france.2	france.3	CANAL+	france.5	6
21.05 GOOD DOCTOR Série Avec Freddie Highmore	21.05 LE HOBBIT 2 : LA DÉSOLATION DE SMAUG ★★	21.05 CAPITAINE MARLEAU Série	21.00 SORRY WE MISSED YOU ★★ Film de Ken Loach	20.50 MAUX DE VENTRE, ÇA VA MIEUX DOCTEUR !	21.05 LA FRANCE A UN INCROYABLE TALENT
21.55 Good Doctor, série 22.50 New York, unité spéciale, série	00.10 Stalk, série 00.30 Stalk, série 00.50 Stalk, série	22.40 Capitaine Marleau, série 00.10 Météo	22.45 Nevada ★★, film 00.20 Curiosa ★, film	22.30 C dans l'air, mag. 23.40 C à vous, mag. 00.35 C à vous la suite	23.05 La France a un incroyable talent, ça continue, jeu
arte	G8	W9	TMC	TFX	NRJ
20.50 BLACK PANTHERS	21.15 INSTINCTS CRIMINELS	21.05 LARA CROFT TOMB RAIDER : LE BERCEAU DE LA VIE ★	21.15 90' ENQUÊTES	21.05 MADAME DOUBTFIRE ★★	21.05 LE CODE A CHANGÉ ★
21.45 Black Panthers, doc. 22.45 Jimmy Carter, doc.	22.30 Instincts criminels, doc. 23.40 Instincts criminels	23.10 Lara Croft : Tomb Raider ★, film	22.35 90' Enquêtes, mag. 00.10 90' Enquêtes, mag. 01.45 Programmes de nuit	23.25 Un flic à la maternelle 2 ★, film	23.00 Contre-enquête ★, film 00.30 Seule contre tous ★★, téléfilm
LCP PUBLIC SENAT	france.4	G STAR	gulli	LCI	TF1
20.30 DÉBATDOC Magazine	21.05 TITEUF, LE FILM ★	21.00 LE GRAND BETISIER DES ANIMAUX	21.05 KUNG FU PANDA ★	20.00 LE 20H DE DARIUS ROCHEBIN	21.00 LE GRAND PARTAGE ★
21.30 Débatdoc, mag. 22.00 Cocorico, mag. 22.15 Cocorico, mag.	22.30 Heidi ★, film 00.10 Basique, les sessions	22.55 Le zap de l'année 00.20 Programmes de nuit	22.45 Mune : le gardien de la Lune ★★, film 00.20 Zig et Sharko	21.15 Le grand soir 22.00 Le grand soir	22.55 Les anges gardiens ★, film 01.05 Programmes de nuit
G NEWS	L'EQUIPE	6ter	RMC SPORT	RMC DECOUVERTE	Chérie 25
21.00 L'INFO DU VRAI	21.00 LA GRANDE SOIRÉE	21.05 SOS ANIMAUX	21.05 LES GRANDS CRIMES DE L'HISTOIRE	21.05 OCCAZ MILITAIRES	21.05 SNAPPED : TUEUR POUR ELLE
22.00 Soir info 00.00 Édition de la nuit	22.55 L'Équipe du Soir, mag. 00.00 L'Équipe du Soir	Saison 1 - Épisode 7 Magazine présenté par	22.25 L'ombre d'un doute, doc.	21.55 Occaz militaires, doc. 22.50 Occaz militaires, doc. 23.30 Programme de nuit	23.05 Snapped : tueur pour elle, mag.

TERRAINS À BÂTIR DANS LE NARBONNAIS

LIBRE CHOIX DU CONSTRUCTEUR

NARBONNE – QUARTIER BEAUMONT

Terrains 4 faces à partir de **103 900 €**

Excellent emplacement !

ORNAISONS – CENTRE DU VILLAGE

De 277 m² à 644 m² à partir de **54 900 €**

À 10 min de Narbonne

NARBONNE – AMARATS BAS

De 440 m² à 910 m² à partir de **86 900 €**

Prêt à bâtir

SALLELES-D'AUDE

De 312 m² à 616 m² à partir de **59 900 €**

Nouveau

SIGEAN

De 213 m² à 380 m² à partir de **51 900 €**

Travaux terminés

SALLES D'AUDE

De 170 m² à 760 m² à partir de **57 900 €**

Superbe vue

BIZANET

De 240 m² à 765 m² à bâtir de **59 900 €**

Nouveau !

NARBONNE – HAUTS DE CRABIT

De 220 m² à 1019 m² à partir de **67 900 €**

Nouvelle tranche !

DEPUIS 1979



SANGALLI
MARATUECH

AMÉNAGEUR & PROMOTEUR

04 68 65 85 85
groupe-sm.com

LA SÉLECTION

des spectacles et sorties en partenariat
avec Le Petit Agenda !



- AGENDA du 17 au 31 octobre -

Ville	Lieu	Type	Descriptif	Horaire	Prix
Samedi 17 Octobre Baudoin					
Narbonne	Café Poste		Arnaud Demanche: «blanc et hétéro»	19h00	28.00
Narbonne	Ciné-club		Sortie de résidence de Poubelle Land	15h00	Gratuit
Narbonne	l'Hospitalet	Div	Balade en trottinette au Château l'Hospitalet	10h00	29.00
Sallèles-d'A.	Écluse	Div	Visiteur de la mer passez!	09h30	Gratuit
Dimanche 18 Octobre Luc					
La Palme	Salles Pl Rép	Div	Une échappée vin à bord de la Mythique 2 Cv	10 & 16	N.C.
Narbonne	Ab.Fontfroide	Div	Lumière sur les Vitraux de Fontfroide	14h00	13.50
Narbonne	D.Baudis		Projection Jurassic Park V0stf	20h30	N.C.
Narbonne	Prc Sports	Div	Match de rugby RCN- Blagnac	15h00	N.C.
Mercredi 21 Octobre Céline					
Leucate	Esp. Cult.		Festival Voix d'étoiles	Journée	N.C.
Narbonne	Médiathèque		Atelier Bandes Dessinées	14h30	Gratuit
Judi 22 Octobre Elodie					
Leucate	Esp. Cult.		Festival Voix d'étoiles	Journée	N.C.
Narbonne	Café Poste		Philippe Roche: «Et Dieu créa... La voix»	19h00	28.00
Vendredi 23 Octobre Jean de Capristan					
Leucate	Esp. Cult.		Festival Voix d'étoiles	Journée	N.C.
Montredon-C	Maison		Tempora: Barber Shop Quartet	21h00	Gratuit
Narbonne	Café Poste		Philippe Roche: «Et Dieu créa... La voix»	19h00	28.00
Narbonne	l'Hospitalet		Les Vendredis Jazz: Jazz Oc Quintet	19h00	69.00
Samedi 24 Octobre Florentin					
Fleury Aude	Base loisirs	Div	Glisse: kiteboard freestyle & kiteboarder cross	Journée	Libre
Leucate	Esp. Cult.		Festival Voix d'étoiles	Journée	N.C.
Narbonne	Ab.Fontfroide		Les troubadours chantent l'art Roman	18h00	N.C.
Narbonne	P.Archevêques		7ème Festi'Stage International de Guitare	20h30	15.00
Dimanche 25 Octobre Crépin					
Narbonne	Ab.Fontfroide	Div	Lumière sur les Vitraux de Fontfroide	14h00	13.50
Narbonne	P.Archevêques		7ème Festi'Stage International de Guitare	20h30	15.00
Mercredi 28 Octobre Simon					
Narbonne	Médiathèque		Goûter philo 8-12 ans	14h30	Gratuit
Judi 29 Octobre Narcisse					
Fleury Aude	Dom.Oustalet	Div	A la découverte de la nature	09h00	Gratuit
Narbonne	Café Poste		Thierry Garcia: «Nouveau Spectacle»	19h00	28.00
Vendredi 30 Octobre Bienvenue					
Narbonne	Café Poste		Thierry Garcia: «Nouveau Spectacle»	19h00	28.00
Narbonne	l'Hospitalet		Les Vendredis Jazz: G.Mulheran & C.Lebreton	19h00	69.00
Villedaigne	Foyer		Tempora: « Issues de secours»	21h00	Gratuit
Samedi 31 Octobre Quentin					
Narbonne	Vintage Att.		Repas-Concert avec Rock'n Head	20h00	Libre

Conférence.&Atelier

Projection

Spectacle

Concert

Danse

Vernissage

Enfants



+ d'événements sur
www.lepetitagenda.com



Marcorignan

Votre projet de construction personnalisé

4 parcelles de terrains à bâtir

De **90 000 €** à **139 000 €**

Photo non contractuelle

NICOLAS POURSIN

06 86 38 59 97

Terrain vu pour vous et transaction en direct avec notre partenaire foncier, sous réserve de disponibilité.



BASILIC&CO[®]
Pizza de terroir

OFFRE DÉCOUVERTE

1 PIZZA ACHETÉE

1 PIZZA OFFERTE*

2 FROMAGES D'Auvergne

Sauce tomate BIO, mozzarella artisanale française, Saint-Nectaire laitier AOP affiné sur paille, bleu d'Auvergne au lait cru AOP et oignon blanc cœbette.

LES SAVEURS DU TERROIR
à deux pas de chez vous

NARBONNE

65 AVENUE GÉNÉRAL LECLERC - 11100 NARBONNE

Commandez au **04 11 66 66 10**

Pour votre santé, mangez au moins cinq fruits et légumes par jour. www.mangerbouger.fr

* sur présentation de ce document, 1 pizza achetée = 1 pizza offerte. Offre valable jusqu'au 31/10/2020. voir conditions en magasin.

SUR PLACE OU À EMPORTER



SACRÉ-FERNAND

Uber Eats



**URBAN
MAISON**



Humidité intérieure : adoptez les bons gestes

Alors que 12 millions de Français vivent dans le froid, l'humidité et les moisissures, il est nécessaire de profiter de la belle saison pour remédier à cet inconfort à l'origine de diverses pathologies allergiques et respiratoires.

VOTRE SANTÉ EN JEU

Le froid, l'humidité et les moisissures affectant une habitation ne doivent jamais être pris à la légère. De nombreux troubles de la santé peuvent en effet trouver leur origine dans un logement dégradé et insalubre. Comme le rappelle le rapport 2020 de la fondation Abbé Pierre, « pathologies allergiques et respiratoires, inflammation de la peau et des muqueuses (eczéma), maux de tête et de gorge, infections pulmonaires » peuvent notamment être liées à un habitat humide. Quant aux moisissures, elles peuvent avoir un effet de causalité dans la « prévalence de l'asthme ou de symptômes respiratoires ».

RECONNAÎTRE LES SIGNES

Les médecins estiment que le taux d'humidité idéal d'une maison doit se situer entre 40 et 60 %, voire entre 45 et 55 % pour les personnes de santé fragile, selon votre zone géographique d'habitation. Il tournera en revanche entre 30

et 50 % en hiver. Cet indicateur traduit le pourcentage de vapeur d'eau contenue dans l'air par rapport à la quantité maximale que celui-ci peut absorber. Or, pour rester en bonne santé, il ne doit être ni trop élevé ni trop faible. Pour vous en assurer, il peut donc être judicieux de vous procurer un hygromètre qui vous servira à mesurer régulièrement le taux d'humidité de votre logement.

VOS MOYENS D'ACTION

Pour remédier à cette situation, il faut d'abord en trouver la cause. Bon nombre de logements souffrent par exemple d'un phénomène de condensation en raison d'un manque de ventilation. Le premier réflexe est alors d'aérer votre domicile chaque jour, durant au moins trente minutes, et de ne pas surchauffer les pièces. Le cas échéant, l'installation d'une VMC hygro-réglable pourra contribuer à cette aération.

En revanche, si la toiture est mal isolée, que vos murs présentent des fissures ou encore que les canalisations fuient, il est probable que l'humidité de votre demeure résulte d'infiltrations. Dans ce cas, vous devrez nettoyer et réparer votre toit, reboucher les fissures et poser un enduit imperméabilisant.

Propriétaires et locataires **BAISSEZ VOTRE FACTURE**

vosre
isolation
pour
1€*



Vérifiez votre éligibilité au **04 68 58 46 14**

* Selon loi en vigueur

A votre
service
depuis
2006



Agence de **l'Énergie**

Rénovation éco-responsable

Narbonne • Montpellier • Villeneuve-Lès-Béziers • Nîmes

Avec **4 agences**

il y en a forcément une près de chez vous !

www.agence-de-lenergie.com

TFI	france.2	france.3	CANAL+	france.5	6
21.05 GREY'S ANATOMY Dîner en famille Série de Nicole Rubio	21.05 DIX POUR CENT Charlotte Gainsbourg Série	21.05 LA CARTE AUX TRÉSORS La Haute-Garonne	21.00 OFFICIAL SECRETS Film de Gavin Hood Avec Keira Knightley	20.50 LA GRANDE LIBRAIRIE Magazine	21.05 LE MEILLEUR PÂTISSIER Cyril et la chocolaterie
21.55 Grey's Anatomy, série 22.50 Grey's Anatomy : Station 19, série	22.00 Dix pour cent, série 22.55 Dix pour cent, série 23.50 Stalk, série	23.25 On a la solution ! 00.15 Culture dans votre région, mag.	22.55 The operative ★, film 00.45 La flamme, série	22.30 C dans l'air, mag. 23.35 C à vous, mag. 00.30 C à vous la suite	23.25 Le meilleur pâtissier : gâteaux sur commande, jeu

arte	G8	W9	TMC	TFX	M6
20.55 20.55 MOONRISE KINGDOM ★	21.15 21.15 ENQUÊTE SOUS HAUTE TENSION	21.05 21.05 LES 100 VIDÉOS QUI ONT FAIT RIRE LE MONDE ENTIER	21.15 21.15 TAIS-TOI ! ★ Film de Francis Veber	21.05 21.05 VENDREDI, TOUT EST PERMIS AVEC ARTHUR	21.05 21.05 BLACKLIST Série
22.30 Dorian Gray, doc. 23.25 Ma fille ★, film 01.00 Zero dark thirty ★★	23.00 Au cœur de l'enquête, mag. 00.40 Programmes de nuit	23.00 Les 100 vidéos qui ont fait rire le monde entier	22.55 La maison du bonheur ★, film 00.55 Programmes de nuit	23.00 Vendredi, tout est permis avec Arthur	22.00 Blacklist, série 22.55 Blacklist, série 23.45 Blacklist, série
LCP	france.4	G STAR	Gulli	LCI	TF1
20.30 20.30 DÉBATDOC Magazine	21.05 21.05 LUMNI SCIENCE	21.00 21.00 TRUE LIES : LE CAMELEON ★	21.05 21.05 EN FAMILLE Série	20.00 20.00 LE 20H DE DARIUS ROCHEBIN	21.00 21.00 NEW YORK, SECTION CRIMINELLE
21.30 Débatdoc, mag. 22.00 Les questions au Gouvernement, mag.	22.30 Le monde de Jamy, mag. 00.35 Le monde de Jamy	23.30 Le chasseur et la reine des glaces ★, film	23.45 G ciné 23.50 Ogyy et les cafards 00.00 Zig et Sharko	21.15 Le grand soir 22.00 Le grand soir	22.40 New York section criminelle, série
G NEWS	L'EQUIPE	6ter	RMC	RMC	6ter
21.00 21.00 L'INFO DU VRAI	21.00 21.00 LA GRANDE SOIRÉE	21.05 21.05 ARRÊTE-MOI SI TU PEUX ! ★★	21.05 21.05 LE ZOO DU BRONX	21.05 21.05 GARES DE PARIS	21.05 21.05 DAME DE FEU Téléfilm
22.00 Soir info 00.00 Édition de la nuit	22.55 L'Équipe du Soir, mag. 00.00 L'Équipe du Soir	23.35 Storage Wars : enchères surprises	22.00 Le zoo du Bronx, doc. 22.55 Le zoo du Bronx, doc. 23.50 Bandit Patrol, doc.	22.10 Trains : Deux siècles d'innovation, doc.	23.10 Mallory, téléfilm 00.55 Programmes de nuit

TFI	france.2	france.3	CANAL+	france.5	6
21.05 ALICE NEVERS La rançon Série	21.05 ENVOYÉ SPÉCIAL 3 reportages Magazine	21.05 LE RETOUR DES HÉROS ★ Film de Laurent Tirard	21.00 TWO WEEKS TO LIVE 3 épisodes - Série	20.50 MISSION ASTÉROÏDES Documentaire	21.05 9-1-1 À terre Série
22.05 Alice Nevers, série 23.05 Alice Nevers, série 00.15 Alice Nevers, série	23.05 Complément d'enquête, mag. 00.05 13 h 15, le dimanche	22.35 Suite française ★, film 00.15 Météo	22.35 American Horror Story : 1984, série	22.20 C dans l'air, mag. 23.25 C à vous, mag. 00.20 C à vous la suite	21.55 9-1-1, série 22.50 9-1-1, série 23.40 9-1-1, série

arte	G8	W9	TMC	TFX	M6
20.55 20.55 MOLOCH 3 épisodes - Série	20.40 20.40 TOUCHE PAS À MON POSTE !	21.05 21.05 LA REINE DES NEIGES ★	21.15 21.15 GASTON LAGAFFE ★	21.05 21.05 20 ANS À NOUVEAU : 5 MAMANS INCOGNITO	21.05 21.05 HÉRITAGES Magazine
23.35 Le temps des égarés, téléfilm 01.10 Slow West ★★, film	22.00 Balance ton post ! 23.00 Balance ton post ! l'after, mag.	22.50 La reine des neiges : joyeuses fêtes avec Olaf	22.55 Hollywood ★, film 00.55 Programmes de nuit	23.25 20 ans à nouveau : 5 mamans inconnu	22.55 Héritages, mag. 00.45 Héritages, mag. 02.30 Programmes de nuit
LCP	france.4	G STAR	Gulli	LCI	TF1
20.30 20.30 DÉBATDOC Magazine	21.05 21.05 LUMNI NATURE	21.00 21.00 AU CŒUR DE L'ENQUÊTE	21.05 21.05 SCOOBY-DOO ★ Film de Raja Gosnell	20.00 20.00 LE 20H DE DARIUS ROCHEBIN	21.00 21.00 FAST AND FURIOUS ★
21.30 Débatdoc, mag. 22.00 Dialogue citoyen, mag.	22.40 Lumni nature, doc. 00.25 Lumni nature, doc.	22.20 Au cœur de l'enquête, mag.	22.35 Kids united : le concert événement, spectacle	21.15 Le grand soir 22.00 Le grand soir	23.00 Fast and furious 2★ 01.05 Je suis Paul Walker, doc.
G NEWS	L'EQUIPE	6ter	RMC	RMC	6ter
21.00 21.00 L'INFO DU VRAI	21.00 21.00 LE VÉLO DE GHISLAIN LAMBERT ★	21.05 21.05 FAMILLES EXTRAORDINAIRES	21.05 21.05 CRIME CONJUGAL : POURQUOI ONT-ILS TUÉ LEUR FEMME ?	21.05 21.05 VINTAGE MÉCANIC : SPÉCIAL VÉHICULES XXL	21.05 21.05 MALAVITA ★ Film de Luc Besson
22.00 Soir info 00.00 Édition de la nuit	23.15 L'Équipe du Soir, mag.	23.10 Familles extraordinaires, mag.	23.15 Le massacre de la famille Rhoden, doc.	22.30 Wheeler dealers, doc.	23.10 Sleepers ★★, film 01.45 Programmes de nuit

Pour la construction de votre maison, bénéficiez d'un bon d'achat exceptionnel

de **5000€*** TTC

sur l'achat d'une cuisine ou d'une piscine chez l'un de nos partenaires



PISCINE OU CUISINE, ON ADORE VOUS FAIRE PLAISIR !



Credits photos : Getty Images/Adobe Stock, ieva, iustafiorini/contractuals, Hexaôm Services, courfey et hironcourt - iFORAS/AG/03/15

Plus qu'une maison,
un art de vivre !

*Pour tous les contrats de construction de maison signés avec la société HEXAÔM (il) au travers de sa marque Les Maisons de Manon entre le 15/09/2020 et le 31/10/2020 et sous réserve de la réalisation des conditions suspensives avant le 31/12/2021, vous bénéficiez d'un bon d'achat d'une valeur de 5000€ TTC valable jusqu'au 30/06/2022 et a valeur sur le prix TTC d'une cuisine équipée (meubles, électroménagers, sanitaires et accessoires) de la marque KINA (2) hors livraison et pose ou d'un bon d'achat d'une valeur de 5000€ TTC valable jusqu'au 30/06/2022 à valoir sur le montant du kit piscine de la marque Piscines DESJOYAUX (3) hors livraison et pose. Si la cuisine ou piscine est d'une valeur supérieure au bon d'achat ou si vous optez des accessoires, la différence de prix entre le bon d'achat et le montant final de votre commande restera à votre charge. Il ne sera effectué aucun remboursement ou compensation si le coût TTC de la cuisine ou de la piscine est inférieur à 5000€ TTC. Les modifications et ajustements de plans de la maison nécessaires resteront à la charge du client. Si le client ne souhaite pas ou ne peut pas bénéficier de la promotion « PISCINE ou CUISINE » il pourra bénéficier d'une remise commerciale à hauteur de 3500€ TTC (moins-value sur le prix convenu initial TTC du contrat de construction). Les offres IMA ou Piscines DESJOYAUX requièrent la transmission à ces entités des données personnelles du client nécessaires à la gestion administrative de l'offre faute de quoi le client pourra uniquement bénéficier de la remise de 3500 € TTC. En cas de refus, le client pourra bénéficier uniquement de la remise de 3500€ TTC. Offre disponible dans les agences Les Maisons de Manon, KINA et Piscines DESJOYAUX participantes à l'opération. Offre non cumulable avec d'autres promotions en cours chez Les Maisons de Manon, IMA et Piscines DESJOYAUX.

Pour plus de renseignements, voir conditions dans les agences ou sur le site maisons-de-manon.fr

(1) HEXAÔM - Société anonyme au capital de 1 250 000€ - Siège social : 2 route d'Ancinnes - 61 000 ALENÇON - R.C.S. ALENÇON - 095 720 314 - Inscrit à l'ORAS sous le n°170303440

HEXAÔM Services est enregistré auprès de l'ORAS en tant que Courtier en financement, Niveau 1 sous le numéro 14003945.

(2) KINA FRANCE - Société par actions simplifiée à associé unique au capital de 250 000€

Siège social : Pissy Rivé Aéroport CDG, 5 rue de la Haye - Le Dôme, BP 10 997 - 95 733 Rosay CDG Cedex - R.C.S. BOBIGNY - 488 051 754

(3) PISCINES DESJOYAUX - Société Anonyme au capital de 6 940 500 €

Siège social : 42 avenue Benoit Fourneyron - 42480 La Foullouse - RCS Saint-Etienne n° 351 914 379

maisons-de-manon.fr

Hexaôm : 2, route d'Ancinnes - 61000 Alençon - 02 33 80 66 66

1^{er}
CONSTRUCTEUR
NATIONAL DE
MAISONS

1^{er}
PRODUCTEUR DE
LOGEMENTS EN ACCÈS
À LA PROPRIÉTÉ

1^{er}
RÉNOVATEUR
NATIONAL DE
MAISONS

UNE MARQUE DU GROUPE **hexaôm**



LES MAISONS COULEURS DU SUD

constructeur depuis 1919



90% DE RECOMMANDATIONS



100% AU SERVICE DE VOS CLIENTS



22 AGENCES CORNÉES EN FRANCE



48 000 M² DE CONSTRUCTION PAR AN



3 GÉNÉRATIONS D'EXPÉRIENCE

Une marque du groupe
hexaôm



maisons-de-manon.fr

2 rue Guiraud Riquier 11100 NARBONNE
04 68 32 61 05 - narbonne.manon@maisonfc.fr

TFI	france.2	france.3	CANAL+	france.5	6
 KOH-LANTA : LES 4 TERRES Présenté par Denis Brogniart 21.05 23.10 Vendredi, tout est permis avec Arthur 01.10 Euro Millions, jeu	 LES PETITS MEURTRES D'AGATHA CHRISTIE 21.05 22.40 Les petits meurtres d'Agatha Christie, téléfilm	 ORTF - ILS ONT INVENTÉ LA TELEVISION 21.05 23.20 300 Chœurs chantent 01.35 Météo	 LE JARDIN SECRET Film de Marc Munden Avec Colin Firth 21.00 22.40 Hors normes ★★, film 00.30 Edmond ★★, film	 LA MAISON FRANCE 5 Magazine 20.50 22.20 Silence, ça pousse ! 23.20 C dans l'air, mag. 00.25 C à vous, mag.	 BULL Série Avec Michael Weatherly 21.05 21.55 Bull, série 22.50 Bull, série 23.35 Bull, série
arte	C8	W9	TMC	TFX	nrj
20.55 LE FLIC ET L'INDIC 22.30 Stephen King, doc. 23.20 Gymnastique - La culture sans claquage	21.15 ENQUÊTES PARANORMALES 22.50 Enquêtes paranormales, mag.	20.50 FOOTBALL : FRANCE / MACEDOINE DU NORD 23.00 Enquête d'action, mag.	21.15 RIZZOLI & ISLES : AUTOPSIE D'UN MEURTRE 22.00 Rizzoli & Isles : Autopsie d'un meurtre	21.05 CLEANERS : LES EXPERTS DU MENAGE 22.45 Cleaners : les experts du ménage	21.05 PROFILAGE Série 22.10 Profilage, série 23.10 Profilage, série 00.10 Profilage, série
LCP	france.4	G STAR	gulli	LCI	TFI
20.30 DÉBATDOC Magazine 21.30 Débatdoc, mag. 22.00 Les Kennedy, téléfilm 22.50 Les Kennedy, téléfilm	21.05 FORT BOYARD 23.20 Fort Boyard - Toujours plus fort ! 00.15 Les enfants de la télé	21.10 STORAGE WARS 22.15 Storage Wars 02.55 Programmes de nuit	21.05 LES AVENTURES DE TINTIN 22.55 Les aventures de Tintin 00.00 Zig et Sharko	21.00 24H Information 22.00 LCI vendredi soir	21.00 GREMLINS ★★ Film de Joe Dante 23.05 Stephen King : Ça 00.45 Stephen King : Ça, téléfilm
G NEWS	L'EQUIPE	6ter	RMC	RMC	6ter
21.00 ÇA SE DISPUTE 22.00 Soir info 00.00 Édition de la nuit	21.00 SNIPER 2 Film de Craig R. Baxley 22.55 L'Équipe du Soir, mag. 00.00 L'Équipe du Soir	21.05 LES SIMPSON Jeunesse 21.30 Les Simpson 21.55 Les Simpson 22.20 Les Simpson	21.05 LE SANG DE LA VIGNE 22.50 Le sang de la vigne, série 00.25 Programmes de nuit	21.10 MÉGAPOLIS Documentaire 22.15 Et si c'était à refaire, doc. 23.15 Les mystères du Nil	21.05 MAUVAISE FOI ★ 22.50 P.S : I love you ★, film 01.05 Programmes de nuit

TFI	france.2	france.3	CANAL+	france.5	6
 MASK SINGER Émission présentée par Camille Combal 21.05 23.25 Mask Singer 00.30 Programme de nuit	 RUGBY : FRANCE / PAYS DE GALLES Match préparatoire. 21.10 23.05 On est en direct 02.15 Les Enfants de la télé	 COMMISSAIRE MAGELLAN Rêve brisé 21.05 22.35 Commissaire Magellan, série 00.10 Vu, mag.	 FOOTBALL : PSG / DIJON Ligue 1 Uber Eats. 8 21.00 22.55 Canal football club le débrief, mag. 23.50 Jour de rugby, mag.	 ÉCHAPPÉES BELLES Martinique, cœur Caraïbes 20.50 22.25 Les Victoires du Jazz 2020, doc. 00.00 L'œil et la main, doc.	 THE ROOKIE - LE FLIC DE LOS ANGELES 21.05 00.30 The Rookie - Le flic de Los Angeles, série
arte	C8	W9	TMC	TFX	nrj
20.50 LES CHÂTEAUX DU MOYEN ÂGE 22.40 Panamá, la passerelle des animaux migrants, doc.	21.05 LE GRAND BÉTISIER 23.00 Le grand bêtisier divertissement	21.05 LES SIMPSON Simpson Horror Show XXIV 21.25 Les Simpson 21.50 Les Simpson 22.20 Les Simpson	21.05 COLUMBO Tout n'est qu'illusion 22.45 90' Enquêtes, mag. 00.10 90' Enquêtes, mag. 01.40 Programmes de nuit	21.05 CHRONIQUES CRIMINELLES 22.55 Chroniques criminelles, mag. 00.45 Programmes de nuit	21.05 MODERN FAMILY Série 21.30 Modern family, série 22.00 Modern family, série 22.30 Modern family, série
LCP	france.4	G STAR	gulli	LCI	TFI
21.00 LA RÉPONSE DE L'AUTRE, ENTENDRE LA SOUFFRANCE ADOLESCENTE 22.00 Un monde en docs	20.35 VANILLE Film de Guillaume Lorin 21.05 Scoobi-doo : Tous en piste, film 22.20 Super Garfield ★	21.00 GHOST ADVENTURES : RENCONTRES PARANORMALES 22.20 Ghost adventures : rencontres paranormales	21.05 LES AVENTURES DU CHAT POTTE 23.15 Les aventures du Chat Potté 23.45 Zig et Sharko	20.00 ON NE S'EST PAS TOUT DIT 22.00 LCI samedi soir magazine.	21.00 JOSÉPHINE, ANGE GARDIEN 22.45 Joséphine, ange gardien, série 00.40 Programme de nuit
G NEWS	L'EQUIPE	6ter	RMC	RMC	6ter
20.30 SOIR INFO WEEK-END 23.00 Soir info week-end 00.00 Édition de la nuit	21.05 CATCH : WWE RAW 22.00 Catch : WWE Nxt 23.00 Catch : WWE SmackDown, sport	21.05 LES ROIS DE LA RENO Magazine 21.30 Les rois de la réno 21.55 Les rois de la réno 22.20 Les rois de la réno	21.05 DOSSIERS SURNATURELS 22.40 Les Ovnis du passé, doc. 23.45 Strip-tease, doc.<	21.05 LES BROWN : GÉNÉRATION ALASKA 22.55 Les brown : génération Alaska, doc. 23.35 Programme de nuit	21.05 VANITY FAIR Série 22.05 Vanity fair, série 23.10 Forever, série 00.05 Forever, série



HALLEY
LANGUAGE INSTITUTE

**Délions
les langues**

**Cours de langues seul ou en groupe
Adultes et enfants dès 3 ans
de 8h à 20h du Lundi au Samedi
Prise en charge par le CPF ***

*prise en charge sur dossier



HALLEY
LANGUAGE INSTITUTE

**Délions
les langues**

contact@halley-li.com
04 68 90 55 43 • halley-li.com

25 Boulevard Dr Ferroul, 37000 Narbonne

50,00 €*
OFFERT

SUR PRÉSENTATION DE CE COUPON

*5 parts de 10€ max par personne par session professionnelle continue.
Offre non cumulable, réservée aux membres adhérents.



Fizencia

Une vision d'avance

Cabinet d'expertise-comptable et de conseil en entreprise

**tourné vers les nouvelles technologies et la
transition numérique :**

- ✔ A déjà fait le choix de l'intelligence artificielle (automatisation des tâches, indexation de contenu)
- ✔ Votre comptabilité à jour en 48 H*
- ✔ Tableau de bord en direct
- ✔ Coffre-fort numérique (avec scellement certifié)
- ✔ Choix du zéro papier (dématérialisation avec plateforme de documents en ligne)
- ✔ Au service de l'écologie et de ceux qui la font.

Fizencia c'est aussi un engagement sociétal

pour améliorer les conditions de vie dans l'entreprise (RSE)

Expertise
comptable

Conseil en stratégie
d'entreprise

Accompagnement
patrimonial

**Nous soutenons et accompagnons nos clients
dans leurs projets et leurs développements :**

- Prestations personnalisées en expertise comptable,
- Conseil personnalisé du dirigeant,
- Mise en place et gestion stratégique,
- Accompagnement patrimonial, RSE
- Externalisation du service administratif et comptable des PME.

Fizencia en chiffres :

2 agences
Narbonne et Béziers

10 collaborateurs

+ de **250** clients

Une agence à taille humaine !

Près de chez vous,

2 adresses pour mieux vous servir

BÉZIERS

6 av. Philippe Lamour
34760 Boujan-sur-Libron
+33 (0)4 67 30 58 30

NARBONNE

9 boulevard D^r Lacroix
11100 Narbonne
+33 (0)4 68 42 24 54

www.fizencia.fr

Retrouvez-nous aussi sur les réseaux sociaux   



URBAN
MAISON



Routine zéro déchet :

nos trucs et astuces pour arrêter de jeter !

Sur les blogs, dans la presse et dans la rue, on entend plus parler de ça : le zéro déchet ! Prêt(e)s à vous lancer dans une aventure minimaliste, à la fois créative et écoresponsable ? Voici quelques trucs et astuces pour débuter.

FAIRE SES COURSES INTELLIGEMENT

Évitez d'acheter des produits conditionnés en sachets individuels, qui coûtent aussi plus cher. Idem pour le thé, les tisanes et le café. Aujourd'hui, plusieurs établissements, souvent bio, vous permettent d'acheter en vrac les denrées sèches, comme les pâtes, le riz, les céréales, les noix mais aussi les graines en tout genre. Pensez à apporter vos propres bouteilles ou bocaux, pour les remplir à volonté une fois sur place.

Dans le même esprit, bannissez les sacs en plastique ! Aujourd'hui, on trouve partout des tote bags, ces sacs en tissu réutilisables. Pour les jus de fruit ou les sodas, privilégiez les bouteilles en verre, matériau qui se recycle beaucoup mieux.

UN MÉNAGE NATURE

Comme nos ancêtres, revenons à un ménage 100 % naturel. Fini les produits toxiques conditionnés dans des flacons en plastique fluo, on peut nettoyer toute la maison avec des ingrédients simples et bon marché, tels que le vinaigre blanc, le savon de Marseille, le bicarbonate de soude et le savon noir.

UNE BEAUTÉ ZÉRO DÉCHET

Le hic avec les produits de beauté du commerce, c'est que la plupart contiennent des ingrédients qui ne sont ni bons pour la santé ni pour l'environnement. Exit les cotons blancs jetables, on les remplace par leurs versions tissu, tellement plus mignonnes et surtout lavables ! On fabrique son shampoing solide, qui dure beaucoup plus longtemps, son déodorant, sans sels d'aluminium ni parabens, mais aussi son dentifrice en poudre, à base de bicarbonate, d'argile ou encore de charbon !

Pour l'hygiène intime féminine, on peut opter pour la cup menstruelle, qui a une durée de vie de dix ans, ou pour les serviettes hygiéniques en tissu à usages multiples, qui remplacent les protections périodiques, imbibées de produits chimiques.

TFI	france.2	france.3	CANAL+	france.5	6
21.05 STAR WARS - LES DERNIERS JEDI ★ Film de Rian Johnson	21.05 LA DEUXIÈME ÉTOILE ★ Film de Lucien Jean-Baptiste	21.05 LES ENQUÊTES DE MURDOCH Série	21.00 RUGBY : STADE FRANÇAIS / RACING 92	20.50 LA FABRIQUE DU MENSONGE Documentaire	21.05 CAPITAL Magazine présenté par Julien Courbet
23.55 300 - La naissance d'un empire ★, film	22.45 Le crime de l'Orient Express ★, film	22.30 Les enquêtes de Murdoch, série	23.05 Canal rugby club le débrief, mag.	22.25 Guyane, du bagne aux étoiles, doc.	23.10 Enquête exclusive, mag.
01.50 Programmes de nuit	00.35 Le pitch cinéma	00.00 Météo		00.20 Enquête exclusive	

arte	G8	W9	TMC	TFX	M6
20.55 THE QUEEN ★★ Film	21.05 DON CAMILLO EN RUSSIE ★ Film	21.05 SCORPION Série	21.05 COLD CASE : AFFAIRES CLASSÉES Série	21.05 TATIE DANIELLE ★ Film	21.05 URGENCES Magazine
22.35 The Queen, doc.	23.00 Le petit monde de Don Camillo ★, film	21.50 Scorpion, série	22.45 Cold Case : Affaires classées, série	23.10 Une heure de tranquillité ★, film	22.55 Urgences, mag.
00.10 Korean Classics Generation, doc.	23.00	22.35 Scorpion, série		00.45 Programmes de nuit	00.40 Urgences, mag.
		23.30 Scorpion, série			00.25 Programmes de nuit
LCP	france.4	G STAR	Gulli	LCI	TF1
21.00 REMBOB'INA Magazine	21.05 LUMNI HISTOIRE Documentaire	21.00 CHICAGO FIRE Série	21.05 DRAGONS ★ Film de Dean DeBlois	20.00 ON NE S'EST PAS TOUT DIT Information présenté par Christophe Moulin	21.00 HERCULE POIROT Téléfilm
23.00 Ces idées qui gouvernent le monde, mag.	22.35 Lumni histoire, doc.	21.45 Chicago Fire, série	22.40 Dragons : par-delà les rives	22.00 LCI dimanche soir	22.45 Agatha Christie : Ils étaient dix, série
	23.25 Lumni histoire, doc.	23.30 Extrêmes désirs, téléfilm	00.00 Zig et Sharko		
	00.15 Lumni histoire, doc.				
G NEWS	L'EQUIPE	6ter	RMC STORY	RMC	Chérie 25
20.30 SOIR INFO WEEK-END Information	21.00 LA GRANDE SOIREE Magazine	21.05 XXX : REACTIVATED ★ Film	21.05 FAITES ENTRER L'ACCUSÉ	21.05 WHEELER DEALERS Documentaire	21.05 UNE FEMME D'HONNEUR Série
23.00 Soir info week-end	21.45 L'Équipe de la mi-temps, mag.	23.00 Kickboxer ★, film	22.30 Faites entrer l'accusé, doc.	22.00 Wheeler Dealers, doc.	23.05 Crimes, mag.
00.00 Édition de la nuit	22.00 La grande soirée	00.50 Cavale sans issue ★, film	23.50 Programmes de nuit	23.35 Programmes de nuit	00.50 Programmes de nuit

TFI	france.2	france.3	CANAL+	france.5	6
21.05 JOSÉPHINE, ANGE GARDIEN Série	21.05 T'EN FAIS PAS, J'SUIS LA Téléfilm de Pierre Isoard	21.05 SECRETS D'HISTOIRE Magazine	21.00 LA FLAMME 3 épisodes Série	20.50 LES AVENTURIERS ★ Film de Robert Enrico	21.05 L'AMOUR EST DANS LE PRÉ Soirée 7 (1/2)
22.05 Joséphine, ange gardien, série	22.35 Vivre avec un enfant autiste, débat	23.20 Météo	22.40 Le cercle séries	22.50 C dans l'air, mag.	22.00 L'amour est dans le pré
	23.20 Un pour un, doc.	23.25 La France en vrai, doc.	23.25 Millennium : Ce qui ne me tue pas ★	23.55 Five star final, film	23.05 L'amour vu du pré
			01.55 Programmes de nuit	01.25 C'était écrit, doc.	
arte	G8	W9	TMC	TFX	M6
20.55 L'HOMME QUI AIMAIT LES FEMMES	21.15 AMÉLIE AU PAYS DES BODIN'S	21.05 BABYSITTING 2 ★ Film	21.15 PASSENGERS ★ Film	21.05 APPELS D'URGENCE Magazine	21.05 CRIMES Magazine
22.50 Vivement dimanche ! ★, film	22.50 Mariage chez les Bodin's ★, film	22.40 De Babysitting à 30 jours max : les nouveaux rois...	23.20 Les gardiens de la galaxie 2 ★, film	22.00 Appels d'urgence, mag.	22.50 Crimes, mag.
00.40 Playland USA, doc.	00.10 Programmes de nuit		01.55 Programmes de nuit	23.10 Appels d'urgence	00.35 Crimes, mag.
					00.30 Programmes de nuit
LCP	france.4	G STAR	Gulli	LCI	TF1
20.30 CHARLES LE CATHOLIQUE, 1958-1969 Doc.	21.05 ON VOUS RACONTE... Magazine	21.00 JOHNNY ENGLISH CONTRE-ATTAQUE ★ Film	21.05 WOODY WOODPECKER Téléfilm	20.00 LE 20H DE DARIUS ROCHEBIN	21.00 GOOD DOCTOR Série
21.30 Débatdoc, mag.	22.35 Vrai ou fake, mag.	22.45 Les duos impossibles de Jérémy Ferrari...	22.35 Allan quatermain et la pierre des ancêtres, téléfilm	21.15 Le grand soir, information	21.45 Good Doctor, série
22.00 Allons plus loin	23.05 Lumni histoire, doc.			22.00 Le grand soir	22.40 Dr House, série
					00.30 Dr House, série
G NEWS	L'EQUIPE	6ter	RMC STORY	RMC	Chérie 25
21.00 L'INFO DU VRAI Magazine	21.00 BASKET-BALL : METROPOLITANS 92 / LIMOGES	21.05 KAAMELOTT Série	21.05 SAUVER AMSTERDAM Doc.	21.05 CONSTRUCTIONS SAUVAGES	21.05 FOREVER Série
22.00 Soir info	22.55 L'Équipe du Soir, mag.	22.40 Kaamelott, série	22.10 Sauver Venise, doc.	22.15 Constructions sauvages, doc.	22.00 Forever, série
00.00 Édition de la nuit		02.30 Programmes de nuit	23.05 La science des forces de la nature		22.55 Forever, série
					23.50 Forever, série



PÔLE D'ARTISANS RÉUNIS

" *Quelle que soit votre projet nous sommes là pour vous accompagner* "



Récupérateur d'eau de pluie



SPÉCIAL ASSAINISSEMENT

Construction Languedocienne et Eloy Watter vous proposent des filières d'assainissements de 4 EH à plus de 200 EH, des packs de récupération d'eau de pluie, fort d'une expérience sur l'assainissement, nous nous mettons à votre disposition, communautés, particuliers, constructeurs, promoteurs, parlons de vos projets ou de la mise aux normes de vos installations
DE L'ETUDE À LA REALISATON



Filtration eaux usées



TOUS CORPS D'ÉTAT - AGRANDISSEMENT - **RÉNOVATION - NEUF**

Construction Languedocienne

SAS au capital de 25 000 € - Siret : 877 480 277

06 32 89 35 93
constlang@orange.fr

ZI la Bouriette - Bd Denis Papin (Anciennement DS)
11000 CARCASSONNE - 04 68 10 16 86
www.constructionlanguedocienne.com



**JE CHERCHE DES BIENS À LA VENTE
MAISONS, APPARTEMENTS, TERRAINS
SECTEUR CLAPE**

**CONTACTEZ DIRECTEMENT
SOPHIE SEGUIER-COMBE AU 06 88 91 84 20**

TFI	france.2	france.3	CANAL+	france.5	6
21.05 GOOD DOCTOR Série Avec Freddie Highmore 22.50 New York, unité spéciale, série	21.05 LE HOBBIT 3 : LA BATAILLE DES CINQ ARMÉES ★ 00.00 Infrarouge, doc. 00.30 Mayotte l'enfance en danger, doc.	21.05 CAPITAINE MARLEAU Série 22.40 Capitaine Marleau, série 00.15 Météo	21.00 SCANDALE ★ Film de Jay Roach Avec Charlize Theron 22.50 Tout peut changer - Et si les femmes comptaient à Hollywood ?	20.50 TRUMP FACE AU FBI Documentaire 22.00 Le monde en face le débat, débat 22.50 C dans l'air, mag.	21.05 LA FRANCE A UN INCROYABLE TALENT 23.05 La France a un incroyable talent, ça continue, jeu

arte	G8	W9	TMC	TFX	NRJ
20.50 QUEL PRÉSIDENT POUR L'AMÉRIQUE ? Doc. 22.55 Les USA dans tous leurs États, doc.	21.15 INSTINCTS CRIMINELS Doc. 22.30 Instincts criminels, doc. 00.50 Programmes de nuit	20.50 FOOTBALL : AUTRICHE / FRANCE 22.55 Lara Croft Tomb Raider : le berceau de la vie ★, film	21.15 90' ENQUÊTES Magazine 22.35 90' Enquêtes, mag. 00.10 90' Enquêtes, mag. 01.40 Programmes de nuit	21.05 LA BOUM ★ Film de Claude Pinoteau 23.10 Madame Doubtfire ★★, film 01.25 Programmes de nuit	21.05 BIG GAME ★ Film de Jalmari Helander 22.45 Braquage à l'italienne ★, film 00.50 L.A. Rush, téléfilm
ICP	france.4	G STAR	Gulli	LCI	TF1
20.30 DÉBATDOC Magazine 21.30 Débatdoc, mag. 22.00 Pourvu que ça dure, mag.	21.05 AZUR ET ASMAR ★★ Film 22.45 Titeuf, le film ★, film 00.10 Basique, les sessions	21.00 LE GRAND BÉTISIER DES ANIMAUX 22.50 Le grand bétisier des animaux	21.05 KUNG FU PANDA 2 ★ Film 22.50 Kung fu panda : les secrets du rouleau	20.00 LE 20H DE DARIUS ROCHEBIN 21.15 Le grand soir, information 22.00 Le grand soir	21.00 SOS FANTÔMES ★ Film 23.10 Fear the Walking Dead, série
G NEWS	L'ÉQUIPE	6ter	RMC STORY	RMC	Chérie 25
21.00 L'INFO DU VRAI Magazine 22.00 Soir info 00.00 Édition de la nuit	21.00 LA GRANDE SOIRÉE Magazine 21.45 L'Équipe de la mi-temps, mag. 22.00 La grande soirée	21.05 PRINCE OF PERSIA : LES SABLES DU TEMPS ★ 23.10 Arrête-moi si tu peux ! ★★, film	21.05 L'OMBRE D'UN DOUTE Doc. 23.10 L'ombre d'un doute, doc. 01.05 Programmes de nuit	21.05 OCCAZ MILITAIRES Doc. 22.00 Occaz militaires, doc. 23.30 Programmes de nuit	21.05 SNAPPED : TUER POUR ELLE 23.05 Snapped : tuer pour elle, mag. 02.05 Programmes de nuit

TFI	france.2	france.3	CANAL+	france.5	6
21.05 GREY'S ANATOMY Série 22.50 Grey's Anatomy : Station 19, série	21.05 DIX POUR CENT Série Avec Assaad Bouab 22.00 Dix pour cent, série 23.10 Ça ne sortira pas d'ici, mag.	21.05 LA CARTE AUX TRÉSORS Jeu présenté par Cyril Féraud 23.20 Météo 23.25 Pièces à conviction, mag.	21.00 BIKERS FOR TRUMP : L'ESCADRON DE LA MAISON-BLANCHE 21.55 Trump in tweets, doc. 22.45 La voie de la justice, film	20.50 LA GRANDE LIBRAIRIE Magazine 22.30 C dans l'air, mag. 23.35 C à vous, mag. 00.30 C à vous la suite	21.05 LE MEILLEUR PATISSIER Jeu présenté par Julia Vignali 23.25 Le meilleur pâtissier : gâteaux sur commande, jeu
arte	G8	W9	TMC	TFX	NRJ
20.55 THÉRÈSE DESQUEYROUX ★ 22.45 «Les Misérables» et Victor Hugo, doc.	21.15 ENQUÊTE SOUS HAUTE TENSION Magazine 23.00 Enquête sous haute tension, mag.	21.05 DONALD TRUMP : EST-IL VRAIMENT CAPABLE DU PIRE ? Documentaire 22.50 Le débat	21.15 MAIS OÙ EST DONC PASSÉE LA 7^E COMPAGNIE ★ Film 22.55 Tais-toi ! ★, film	21.05 VERY BAD TRIP 2 ★ Film 23.00 Very Bad Trip 2 ★, film 00.55 Programmes de nuit	21.05 BLACKLIST Série 22.50 Blacklist, série 23.40 Blacklist, série 00.30 Blacklist, série
ICP	france.4	G STAR	Gulli	LCI	TF1
20.30 SÉRIALE : LAÏCITÉ, 30 ANS DE FRACTURE DE GAUCHE 22.00 Questions au gouvernement, mag.	21.05 LUMNI SCIENCE - LE MONDE DE JAMY 23.05 C'est toujours pas sorcier, mag.	21.00 TRANSFORMERS : L'ÂGE DE L'EXTINCTION ★ Film 00.10 Au cœur de l'enquête, mag.	21.05 EN FAMILLE Série 22.40 En famille, série 23.45 G ciné 23.50 Ogyy et les cafards	20.00 LE 20H DE DARIUS ROCHEBIN 21.15 Le grand soir, information 22.00 Le grand soir	21.00 NEW YORK SECTION CRIMINELLE Série 22.45 New York section criminelle, série
G NEWS	L'ÉQUIPE	6ter	RMC STORY	RMC	Chérie 25
21.00 L'INFO DU VRAI Magazine 22.00 Soir info 00.00 Édition de la nuit	21.00 LA GRANDE SOIRÉE Magazine 21.45 L'Équipe de la mi-temps, mag. 22.00 La grande soirée	21.05 BALLERINA ★ Film 22.15 Maléfique ★, film 23.55 Programmes de nuit	21.05 LE ZOO DU BRONX Documentaire 22.55 Le zoo du Bronx, doc. 23.50 Bandit Patrol, doc.	21.05 CATHÉDRALE DE CHARTRES : L'EXPLOIT ARCHITECTURAL Documentaire	21.05 ON L'APPELLE RUBY Téléfilm 23.00 Diabolique, téléfilm 00.45 Programmes de nuit

Utile Narbonne

Commerçants autrement Primevères

Bio



Marché frais



Produits locaux



Vins



Rayon frais



TOUJOURS PLUS pour vous !



RÔTISSERIE



TICKET RESTO



CARTE BANCAIRE

Ouvert du lundi au samedi
de 08h à 19h30 **NON STOP**
et le dimanche de 08h30 à 12h30

11 rue des Primevères 11100 NARBONNE
Tél. 04 68 90 29 10

HECTARE

URBANISME DURABLE

Vous
recherchez
un **terrain**
à bâtir ?



MOUSSAN

LES
ORCHIDÉES
MOUSSAN

18 Parcelles
viabilisées
de 300 à 500 m²

Quartier calme
Terrains plats

NOUVEAU

06 08 22 55 67
04 68 47 67 88



**URBAN
ANIMAUX**



SOS chiens et chats perdus ; la technologie à notre secours

Quoi de plus stressant que de constater que son animal de compagnie a disparu ? Soucieux d'aider les amis des bêtes à faire face à ce type de situation, de nombreuses sociétés ont mis en place des systèmes de pointe pour localiser votre chat ou votre chien.

LES COLLIERS GPS ET LES APPLI- CATIONS MOBILES

Petit, léger et pratique, ce système de géolocalisation se présente sous la forme d'un petit boîtier à attacher sur le collier. Cet accessoire est conçu dans des matériaux robustes et étanches, capables de résister aux chocs éventuels et aux intempéries. De nombreuses marques proposent des traceurs GPS pour chien et chat. Toutefois, avant de choisir l'un ou l'autre modèle, il convient de bien examiner les propriétés de chacun d'entre eux, dans la mesure où nos camarades poilus ne possèdent pas tous la même carrure.

Les balises GPS fonctionnent de pair avec une application gratuite, permettant de suivre votre petit fugueur sur votre smartphone ou votre ordinateur. Toutefois, vous devez prendre garde

aux dimensions et au poids de l'objet qui, s'il est trop lourd, peut ne pas convenir aux chats et aux chiens de petite taille. Pour les animaux les moins imposants, le Tractive Tracking GPS et le Kippy s'imposent comme d'excellents produits. Ils sont disponibles dans plusieurs coloris et ont recours aux réseaux de téléphonie mobile pour la transmission des informations sur l'application. Ils se déclenchent dès lors que l'animal porteur du dispositif se met en mouvement.

DES BALISES ÉMETTRICES POUR LES RONGEURS

La société Loc8tor, initialement spécialisée dans le développement d'outils de géolocalisation pour les objets du quotidien (clés, portefeuilles, téléphones portables...) par émission d'ondes radio, vient de lancer sur le marché des émetteurs capables non seulement d'indiquer les déplacements de nos amis félins et canins, mais aussi de nos rongeurs et autres créatures aussi irrésistibles qu'imprévisibles.

PENSEZ HYBRIDE VIVEZ SUZUKI

NOUVEAU
VITARA
(HYBRID)

NOUVEAU
S-CROSS
(HYBRID)



Gamme SUV hybride
à partir de

18 490 € ⁽¹⁾

PRIME À LA
CONVERSION
DÉDUITE

ALLGRIP
ENERGY

*Un style de vie ?

Consommations mixtes gamme Suzuki Vitara (NEDC corrigé - WLTP) : 4,8 - 5,7 à 6,9 - 6,4 à 100 km. Émissions CO₂ cycle mixte (NEDC corrigé - WLTP) : 106 - 128 à 121 - 145 g/km.

Consommations mixtes gamme Suzuki S-Cross (NEDC corrigé - WLTP) : 4,6 - 5,8 à 6,9 - 8,4 à 100 km. Émissions CO₂ cycle mixte (NEDC corrigé - WLTP) : 104 - 127 à 110 - 144 g/km.

(1) Prix TTC du Suzuki Vitara 1.4 Boosterjet Hybrid Avantage, après déduction d'une remise de 2 650 € offerte par votre concessionnaire et d'une prime à la conversion de 1 500 €**. Offre réservée aux particuliers valable pour tout achat d'un Suzuki Vitara neuf du 01/07/2020 au 30/09/2020, en France métropolitaine dans la limite des stocks disponibles, chez les concessionnaires participants. Modèle

présenté : Suzuki Vitara 1.4 Boosterjet Hybrid Style : **21 790 €**, remise de 2 500 € déduite et d'une prime à la conversion de 1 500 €** + peinture métallisée : **530 €** et Modèle présenté :

Suzuki S-Cross 1.4 Boosterjet Hybrid Style : **22 390 €**, remise de 3 000 € déduite et d'une prime à la conversion de 1 500 €** + peinture métallisée : **530 €**. Tarifs TTC incl. en main au 01/07/2020. **1 500€ de prime à la conversion conformément aux dispositions du décret n° 2020-955 du 31 juillet 2020 relatif aux aides à l'acquisition ou à la location des véhicules peu polluants. Voir conditions sur service-public.fr.

Garantie 3 ans ou 100 000 km au 1^{er} terme échu. www.suzuki.fr



Way of Life!

PLANETE AUTOS ZI CROIX SUD - NARBONNE
face à Géant Casino **04 68 42 73 80**

TFI france.2		france.3		CANAL+		france.5		6		
 ALICE NEVERS  Série Avec Marine Delterme 23.15 Alice Nevers, série 01.15 Les experts : Cyber, série	 LE GRAND ECHIQUIER Magazine 00.10 L'Outre-Mer fait son Olympia, spectacle 02.10 Tout compte fait	 MES HÉROS ★ Film de Éric Besnard Avec Josiane Balasko 22.40 La ligne bleue, doc. 23.35 La ligne bleue Outremer, doc.	 THE COMEY RULE  Série 22.45 House of Series, doc. 23.40 Les Guignols quotidiens	 SCHNDI, LE FANTÔME DU NEOLITHIQUE 22.30 C dans l'air, mag. 23.35 C à vous, mag. 00.30 C à vous la suite	 COCO ★★ Film Avec Andrea Santamaria 22.55 9-1-1, série 23.45 9-1-1, série 00.40 9-1-1, série					
arte		G8		W9		TMC		TFX		
20.55 MOLOCH Série 21.50 Moloch, série 23.45 Terreur à l'opéra, film	21.15 LA GROSSE RIGOLADE 23.00 La grosse rigolade, divertissement 00.00 Programmes de nuit	21.05 MINUTE PAR MINUTE Doc. 22.40 État de choc, mag. 00.55 Programmes de nuit	21.15 EDGE OF TOMORROW ★ Film 23.20 Passengers ★, film 01.05 90' Enquêtes, mag. 02.30 Programmes de nuit	21.05 20 ANS À NOUVEAU : 5 MAMANS INCOGNITO 22.05 20 ans à nouveau : 5 mamans incognito	21.05 HÉRITAGES Magazine 22.55 Héritages, mag. 00.45 Héritages, mag. 02.30 Programmes de nuit					
ICP 		france.4		G STAR				LCI		TFI 
20.30 DÉBATDOC Magazine 21.30 Débatdoc, mag. 22.00 Hashtag l'émission, mag.	21.05 LUMNI Documentaire 22.40 Lumni nature, doc. 00.50 Lumni nature, doc.	21.00 AU CŒUR DE L'ENQUÊTE Magazine 22.35 Au cœur de l'enquête, mag. 02.00 Programmes de nuit	21.05 SCOOBY-DOO 2 : LES MONSTRES SE DECHAINENT ★ 22.40 Neverland 01.50 Programmes de nuit	20.00 LE 20H DE DARIUS ROCHEBIN 21.15 Le grand soir, information 22.00 Le grand soir	21.00 GREMLINS 2, LA NOUVELLE GÉNÉRATION ★ Film 23.00 Gremlins ★★, film 01.05 Programmes de nuit					
G NEWS		L'ÉQUIPE		6ter		RMC STORY		RMC 		
21.00 L'INFO DU VRAI Magazine 22.00 Soir info 00.00 Édition de la nuit	21.05 PROGRAMME NON COMMUNIQUE 22.50 L'Équipe du Soir, mag. 00.00 L'Équipe du Soir	21.05 FAMILLES EXTRAORDINAIRES 23.10 Familles extraordinaires, mag. 01.40 Programmes de nuit	20.45 FOOTBALL : NICE / H. BEER SHEVA 23.10 Israël Keyes : les méthodes d'un tueur en série, doc.	21.05 VINTAGE MÉCANIC : SPECIAL VEHICULES XXL 22.25 Wheeler Dealers, doc.	21.05 INTOLÉRABLE CRUAUTE ★★ Film 23.00 Malavita ★, film 01.00 Programmes de nuit					

TFI france.2		france.3		CANAL+		france.5		6		
 KOH-LANTA : LES 4 TERRES Jeu 23.35 Vendredi, tout est permis avec Arthur 00.05 Euro Millions, jeu 01.30	 LES PETITS MEURTRES D'AGATHA CHRISTIE 22.40 Taratata 100 % live 00.45 Kery James, spectacle	 ORTF - ILS ONT INVENTÉ LA TÉLÉVISION 23.20 20 sketches une vie : le couple dans tous ses états, doc.	 TERMINATOR : DARK FATE ★ Film de Tim Miller 23.05 John Wick Parabellum ★, film 01.15 Joker ★★, film	 LA MAISON FRANCE 5 Magazine 22.20 Silence, ça pousse !, mag. 23.20 C dans l'air, mag.	 NCIS  Série Avec Mark Harmon 21.55 NCIS, série 22.50 NCIS, série 23.35 NCIS, série					
arte		G8		W9		TMC		TFX		
20.55 UN BON FLIC Téléfilm 22.30 Lynrd Skynyrd, doc. 00.05 Gymnastique, mag. 00.15 Tracks, mag.	21.15 ENQUÊTES PARANORMALES 22.50 Enquêtes paranormales, mag. 00.20 Programmes de nuit	21.05 ENQUÊTE D'ACTION Magazine 23.00 Enquête d'Action, mag. 00.00 Enquête d'action	21.15 RIZZOLI & ISLES : AUTOPSIE D'UN MEURTRE Série 22.00 Rizzoli & Isles : Autopsie d'un meurtre	21.05 FAMILLES NOMBREUSES : LA VIE EN XXL 22.45 Familles nombreuses : la vie en XXL	21.05 PROFILAGE Série 22.10 Profilage, série 23.15 Profilage, série 00.20 Profilage, série					
ICP 		france.4		G STAR				LCI		TFI 
20.30 DÉBATDOC Magazine 21.30 Débatdoc, mag. 22.00 Pays Basque et liberté, doc.	21.05 FORT BOYARD 23.15 Fort Boyard - toujours plus fort 00.05 Fort Boyard	21.10 STORAGE WARS 22.55 Storage Wars 02.15 Programmes de nuit	21.05 LES AVENTURES DE TINTIN 00.00 Mune : le gardien de la Lune ★★, film 01.25 Programmes de nuit	20.00 BRUNET ET LES AGITATEURS 21.00 24h LCI vendredi soir	21.00 DOCTEUR FRANKENSTEIN ★ 23.05 SOS Fantômes ★, film 01.15 Programmes de nuit					
G NEWS		L'ÉQUIPE		6ter		RMC STORY		RMC 		
21.00 ÇA SE DISPUTE 22.00 Soir info 00.00 Édition de la nuit	21.05 SNIPER 3 Film de PJ Pesce 22.55 L'Équipe du Soir, mag. 00.00 L'Équipe du Soir	21.05 LES SIMPSON Jeunesse 22.45 Les Simpson 00.25 Les Simpson 02.05 Programmes de nuit	21.05 ULTIMATE AIRPORT DUBAI 22.00 Ultimate Airport Dubai, doc.	21.10 LA VÉRITABLE HISTOIRE DES TEMPLIERS 23.15 Anciens bâtisseurs, doc.	21.05 UN SECRET ★ Film de Claude Miller 23.05 Mauvaise foi ★, film 00.45 Programmes de nuit					



NARBONNE

Sur terrain de 180m², faites construire votre maison de 79m², grande pièce à vivre traversante, 2 chambres....

151 000€*



NARBONNE

Sur terrain de 240m², faites construire le modèle Rosée 85 avec 3 chambres.

189 000€*



NARBONNE

Nouveau terrain proche centre ville de 670m², 4 faces possible.

Nous consulter

*Hors frais de notaire.

AGENCE NARBONNE
6 avenue Pierre Sépard
11100 NARBONNE

04 68 65 20 30
www.oc-residences.fr

Constructeur de maisons
depuis 1983

SALON NARBONNE UPCYCLING RECYCLERIE

7 et 8 novembre

Palais du travail

Les poupées soutiennent



Octobre rose

faites vous dépister !!



Les poupées : 06 19 26 25 07

LES JEUX

...à vos stylos!



MOTS FLÉCHÉS

VARIÉTÉ D'AMÉTISTE JAPON BOUFFANT	SAU-DE-VE MASSIF DE CRETE	HAUTEUR OFFRE PUBLIQUE D'ACHAT	TRAITE DE HAUT CHIFFRE ROMAIN	PERCLUS
LEGITI- MATION ERPOSAI			MUSIQUE ART ELLE MURLE	
BEAU PARLEUR	TÊME- RAIRE	FRERE DE VINCENT		
	MONTAGNE VOLCA- NIQUE		BOLET	
PERSONNE LOGEMENT		ART DE LA MAISON MODÈLE DE RIVIERE		
	DIVIDER FAIT			
SERVICE D'UR- GENCES SCOUILLÉ		TÊTE BLONDE SOTTI- SER		
		MANES	GRANI- NÉE	
IMPRE- MENT ELLE EST BAVARDE		VOIE D'EAU		
	FORÊT DE CONFÈRES NOTE			
POUR CHASSER TOUR- MENTÉES		COMPO- SITEUR RUSSÉ		



SOLUTIONS

UNIVERSAL JEUX 04 91 27 01 16

S	E	S	U	E	X	N	A
I	C	T	U	S	O		
M	T	A	I	G	A	P	
E	L	A	U	L	A	M	
P	E	A	M	U	E	S	
N	E	R	M	E	N	E	
O	D	E	N	U	L	D	
L	A	P	U	T	H	E	
O	E						
B	D	A	L	A	I	B	
O	N	P	T	I	N	E	
C	R	I	N	O	L	I	
S	A	G	A				

7	1	6	9	2	5	3	4	8
5	2	3	8	7	4	6	9	1
4	8	9	6	3	1	7	5	2
1	6	4	5	9	7	8	2	3
3	7	2	4	6	8	5	1	9
6	5	8	2	1	3	4	6	7
2	4	5	7	8	9	1	3	6
8	9	1	3	5	6	2	7	4
6	3	7	1	4	2	9	8	5

MOYEN

8	3	9	2	5	6	1	4	7
5	4	6	1	7	9	2	8	3
2	1	7	8	4	3	9	6	5
1	2	5	6	8	4	7	3	9
3	7	8	5	9	2	6	1	4
6	3	4	7	3	1	8	5	2
6	9	3	4	1	7	5	2	8
7	8	2	3	6	5	4	9	1
4	5	1	9	2	8	3	7	6

DIFFICILE

SUDOKU

DIFFICILE

4		1	9		8			6
	8			6				
6				1				
		4	7		1			2
	7	8		9			1	
					4		3	9
2								8
	3			2	5	6		

MOYEN

	3	7		4		9		
8				5				4
		5	7		9			
9	5	8				4	6	7
3			4		8		1	9
1	6	4				8	2	3
				6		1		
5				7				1
		6		2		3		

Prenez
La Route
avec nous

DU 5 OCTOBRE AU
7 NOVEMBRE 2020

Continental

JUSQU'À
150 € TTC
REMBOURSÉS*

Ø du pneu en pouces	x2	x4
14' et 15'	15€	35€
16'	25€	60€
17'	35€	80€
18' et 19'	50€	110€
20' et plus	70€	150€

europyre.fr

Offre de remboursement différé, calculé en fonction du diamètre de vos pneus Continental (été, hiver ou toutes saisons) tourisme, camionnette et 4x4 achetés, posés et équilibrés en magasin sur un même véhicule, sous réserve de transmission des éléments.

Offre réservée aux particuliers et professionnels (hors FleetPartner, loueurs et grands comptes), valable du 5 octobre au 7 novembre 2020 dans les points de vente Eurotyre participant à l'opération, dans la limite des stocks disponibles. Non cumulable avec d'autres opérations en cours et hors achats sur les sites internet. Voir règlement complet sur www.europyre.fr. Prix communiqué TTC. Photo non contractuelle. CONTICLUB SASU - RCS Compiègne 518 989 504.



CASH AND CARRY

ZA la Coupe rue Antoine Becquerel - 31100 Narbonne
04 68 41 66 88 - narbonne-pneus.europyre.fr

EUROTYRE
PNEUS ET SERVICES

Communiquez dans **UrbanTV**

14 jours de programmes TV achetés

=

14 jours de présence publicitaire

- > Efficace
- > Agréable
- > Proche
- > Durable

Service publicité
06 02 11 26 36

Urban
TV &
SORTIES

Le média qu'il vous faut ...



Filien

La téléassistance ADMR

passion
Notre métier,
prendre soin
de vous
vos proches



30 ANS D'EXPIÉRIENCE
99%
de satisfaction
200 000 CLIENTS DEPUIS 1988

Choisissez la
téléassistance qui a du

SJ
SERVICES à
LA PERSONNE

Tarifs et renseignements ici ou ☎ 04.68.32.92.92

APPEL NON SURTAXÉ

✉ clients@filien.com 🌐 www.filien.com

ADMR

pour tous, toute la vie, partout