

# URBAN TV

## & SORTIES

GRATUIT

Magazine TV et agenda du Narbonnais.

## 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**

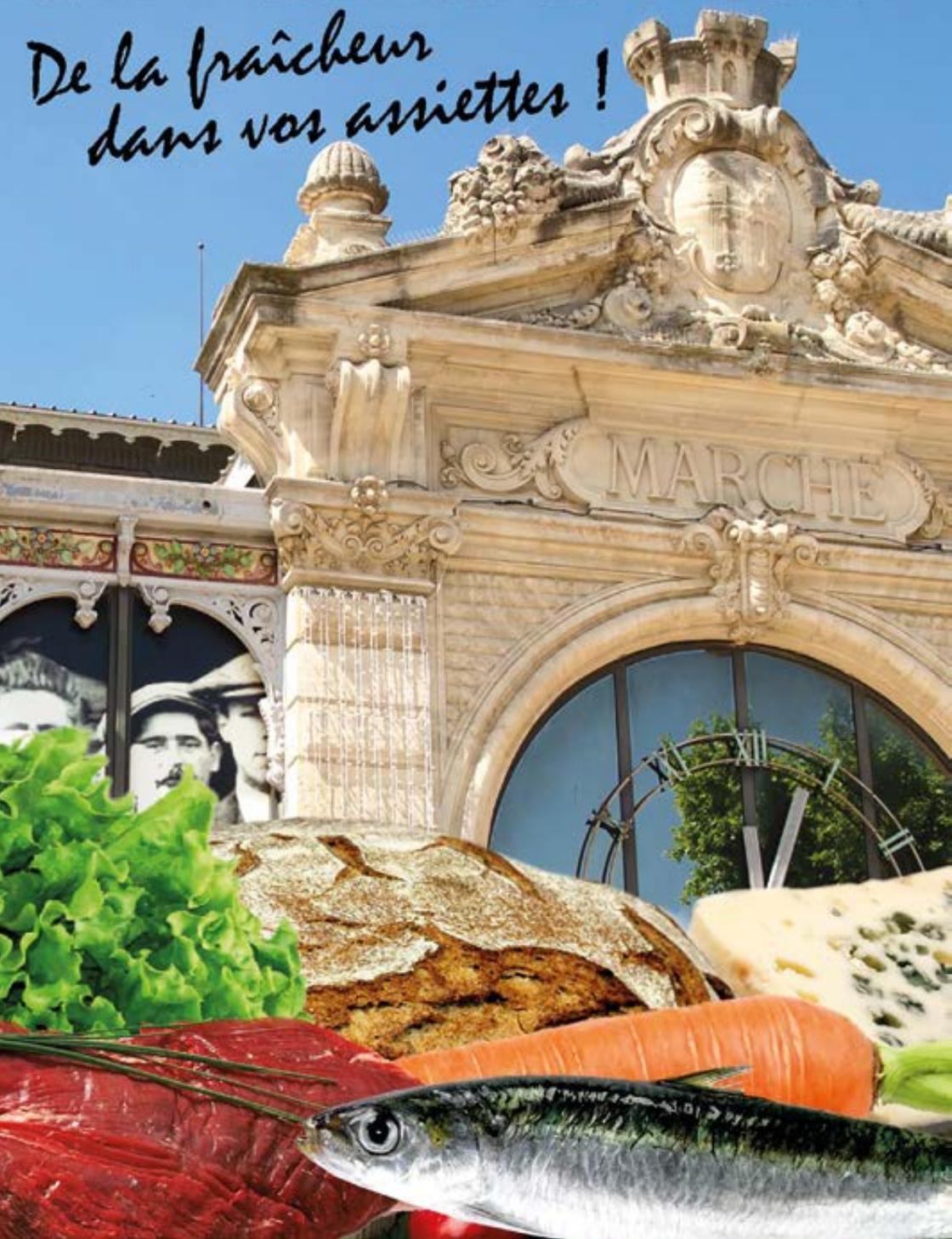
Avec **4 agences**

il y en a forcément une près de chez vous !

**[www.agence-de-lenergie.com](http://www.agence-de-lenergie.com)**

# LES HALLES DE NARBONNE

*De la fraîcheur  
dans vos assiettes !*



66 professionnels de bouche - 7j/7j de 7h à 14h  
[www.narbonne.halles.fr](http://www.narbonne.halles.fr)

AVEC LE SOUTIEN DE  
  
Narbonne

Les Halles  
de Narbonne  
1979  
Produit avec conscience par le  
F. d'É. de la ville de Narbonne



# EDITO



Chères lectrices, chers lecteurs,

Les jours se raccourcissent, le soleil se voile et laisse place à un temps d'automne. Un temps où nous sommes heureux après une journée de travail, ou une ballade, de retrouver la chaleur de notre maison et le confort du canapé.

Alors laissons le temps s'écouler devant un bon film ou une bonne émission. Pour bien la choisir, pas d'affolement, votre nouveau numéro d'Urban TV est à votre disposition. Choisissez le jour et trouver ce qui vous ferait plaisir. 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. De quoi passer une bonne soirée, en oubliant la froideur extérieure.

Vous pouvez retrouver l'ensemble de nos numéros sur [www.urbantv-narbonne.fr](http://www.urbantv-narbonne.fr) et suivre notre actualité sur la page **Facebook Urban TV Narbonne**.

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

**Jérémy CHARBONNEL**  
Spectacle  
**LES 5 ET 6 NOVEMBRE**

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

Réservations et programmation disponibles sur : [www.cafedelapostenarbonne.fr](http://www.cafedelapostenarbonne.fr)

TF1	france.2	france.3	CANAL+	france.5	6
21.05  <b>MASK SINGER</b> Divertissement présenté par Camille Combal	21.10  <b>RUGBY : FRANCE / IRLANDE</b> Tournoi des VI Nations.	21.05  <b>COMMISSAIRE MAGELLAN</b> Série	21.00  <b>FOOTBALL : NANTES / PSG</b> Ligue 1 Uber Eats	20.50  <b>ÉCHAPPÉES BELLES</b> L'île de France, de village en village	21.05  <b>THE ROOKIE - LE FLIC DE LOS ANGELES</b>
23.25 00.30 Mask Singer Programmes de nuit	23.15 01.25 On est en direct Johnny Hallyday la France rock'n roll	22.40 00.10 Commissaire Magellan, série Vu, mag.	22.55 23.50 Canal football club le débrief, mag. Jour de rugby, mag.	22.25 C'est moche, c'est sale, c'est dans le vent, c'est le Café de la gare, doc.	22.50 The Rookie - Le flic de Los Angeles, série
<b>arte</b>	<b>C8</b>	<b>W9</b>	<b>TMC</b>	<b>TFX</b>	<b>nrj</b>
20.50 <b>LE TRAGIQUE DESTIN DES ROMANOV</b>	21.05 <b>100 JOURS AVEC LES ANIMAUX DU BIOPARC DE DOUE-LA-FONTAINE</b>	21.05 <b>LES SIMPSON</b> Jeunesse	21.05 <b>COLUMBO</b> Série	21.05 <b>CHRONIQUES CRIMINELLES</b>	21.05 <b>MODERN FAMILY</b>
22.20 Animaux nettoyeurs, doc.	22.30 Enquête sous haute tension, mag.	21.25 21.50 22.20 Les Simpson Les Simpson Les Simpson	22.55 00.15 01.50 90' Enquêtes, mag. 90' Enquêtes, mag. Programmes de nuit	22.50 Chroniques criminelles, mag.	21.30 22.00 22.30 Modern family, série Modern family, série Modern family, série
<b>LCP</b> ACCORDS NATIONAUX <b>PUBLIC SERVICE</b>	<b>france.4</b>	<b>G STAR</b>	<b>gulli</b>	<b>LCI</b>	<b>TF1</b> <small>LES 100</small>
21.00 <b>SAUVER L'AMERIQUE</b>	21.05 <b>SCOOBY-DOO : JOYEUX HALLOWEEN</b>	21.00 <b>GHOST ADVENTURES</b>	21.05 <b>FAIS-MOI PEUR !</b>	20.00 <b>ON NE S'EST PAS TOUT DIT</b>	21.00 <b>JOSEPHINE, ANGE GARDIEN</b>
22.00 22.30 Un monde en docs La Bataille de Washington	22.15 23.40 Scoobi-doo : tous en piste Une saison au zoo	22.30 Ghost adventures : rencontres paranormales, doc.	23.35 Monsterville : le colorati des horreurs, téléfilm	22.00 LCI samedi soir	22.55 00.40 Stephen King : Ça, téléfilm Stephen King : Ça
<b>C NEWS</b>	<b>L'EQUIPE</b>	<b>6ter</b>	<b>RMC</b> <small>SPORTS</small>	<b>RMC</b> <small>DECOUVERTE</small>	<b>Chérie 25</b>
20.30 <b>SOIR INFO WEEK-END</b>	21.10 <b>CATCH : WWE RAW</b>	21.05 <b>LES ROIS DE LA RENO</b>	21.05 <b>DOSSIERS SURNATURELS</b>	21.05 <b>LES BROWN : GENERATION ALASKA</b>	21.05 <b>JANE AUSTEN : BIENVENUE A SANDITON</b>
23.00 00.00 Soir info week-end Édition de la nuit	22.10 23.10 Catch : WWE NXT Catch : WWE SmackDown	21.30 21.55 Les rois de la réno, mag. Les rois de la réno	22.40 00.10 Dossiers surnaturels, doc. Strip-tease, doc.	22.00 Les Brown : génération Alaska, doc.	22.05 Jane Austen : bienvenue à Sanditon

TF1	france.2	france.3	CANAL+	france.5	6
21.05  <b>OCEAN'S 8 ★</b> Film de Gary Ross Avec Sandra Bullock	21.05  <b>BARRY SEAL : AMERICAN TRAFFIC ★</b> Film de Doug Liman	21.05  <b>LES ENQUÊTES DE MURDOCH</b> 2 épisodes - Série	21.00  <b>RUGBY : STADE FRANÇAIS / TOULOUSE</b>	20.50  <b>TRUMP, OUTRAGE A L'AMERIQUE</b> Téléréalité à la Maison-Blanche	21.05  <b>ZONE INTERDITE</b> Magazine présenté par Ophélie Meunier
23.15 00.00 Esprits criminels, série Esprits criminels	23.00 01.00 Atomic Blonde ★, film Histoires courtes	23.30 00.00 Les enquêtes de Murdoch, série Météo	23.05 Canal Rugby Club le débrief, mag.	21.40 Trump, outrage à l'Amérique, doc.	23.10 00.25 Enquête exclusive, mag. Enquête exclusive
<b>arte</b>	<b>C8</b>	<b>W9</b>	<b>TMC</b>	<b>TFX</b>	<b>nrj</b>
20.55 <b>DEAD ZONE ★★</b> Film de David Cronenberg	21.05 <b>LE GRAND PARDON ★★</b>	21.05 <b>PEARL HARBOR ★</b>	21.05 <b>COLD CASE : AFFAIRES CLASSÉES</b>	21.05 <b>COMME UN CHEF ★</b>	21.05 <b>URGENCES</b> Magazine
22.35 23.30 Stephen King, doc. L'emmurée vivante, film	23.40 Enquête sous haute tension, mag.	22.30 00.10 Pearl Harbor (suite) ★, film Programmes de nuit	22.45 Cold Case : Affaires classées, série	22.45 00.50 Tatie Danielle ★, film Programmes de nuit	22.45 00.30 02.15 Urgences, mag. Urgences, mag. Programmes de nuit
<b>LCP</b> ACCORDS NATIONAUX <b>PUBLIC SERVICE</b>	<b>france.4</b>	<b>G STAR</b>	<b>gulli</b>	<b>LCI</b>	<b>TF1</b> <small>LES 100</small>
21.00 <b>REMOB'INA</b> Magazine	21.05 <b>LUMNI HISTOIRE</b>	21.00 <b>CHICAGO FIRE</b>	21.05 <b>LA GLOIRE DE MON PERE ★★</b>	20.00 <b>ON NE S'EST PAS TOUT DIT</b>	21.00 <b>21 JUMP STREET ★</b>
23.00 Les grands entretiens d'Yves Théraud, mag.	23.45 01.15 La révolution Doto, doc. Lumni histoire, doc.	22.45 23.40 Chicago Fire, série Danger au club de strip, téléfilm	23.00 23.45 00.25 Too cute !, doc. Too cute !, doc. Oggy et les cafards	22.00 LCI dimanche soir	23.05 01.15 War Dogs ★, film Programmes de nuit
<b>C NEWS</b>	<b>L'EQUIPE</b>	<b>6ter</b>	<b>RMC</b> <small>SPORTS</small>	<b>RMC</b> <small>DECOUVERTE</small>	<b>Chérie 25</b>
20.30 <b>SOIR INFO WEEK-END</b>	20.55 <b>LA GRANDE SOIRÉE</b> Lille / Lyon	21.05 <b>RASTA ROCKETT ★</b>	21.05 <b>FAITES ENTRER L'ACCUSÉ</b>	21.05 <b>WHEELER DEALERS</b>	21.05 <b>UNE FEMME D'HONNEUR</b>
23.00 00.00 Soir info week-end Édition de la nuit	22.55 00.00 L'Équipe du Soir, mag. L'Équipe du Soir	23.00 Qui c'est les plus forts ? ★, film	22.30 23.50 Faites entrer l'accusé, doc. Programmes de nuit	22.00 22.55 Wheeler Dealers, doc. Wheeler Dealers	23.05 00.50 Crimes, mag. Programmes de nuit

# 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 m<sup>2</sup> à 644 m<sup>2</sup> à partir de **54 900 €**

À 10 min de Narbonne

## NARBONNE – AMARATS BAS

De 440 m<sup>2</sup> à 910 m<sup>2</sup> à partir de **86 900 €**

Prêt à bâtir

## SALLELES-D'AUDE

De 312 m<sup>2</sup> à 616 m<sup>2</sup> à partir de **59 900 €**

Nouveau

## SIGEAN

De 213 m<sup>2</sup> à 380 m<sup>2</sup> à partir de **51 900 €**

Travaux terminés

## SALLES D'AUDE

De 170 m<sup>2</sup> à 760 m<sup>2</sup> à partir de **57 900 €**

Superbe vue

## BIZANET

De 240 m<sup>2</sup> à 765 m<sup>2</sup> à bâtir de **59 900 €**

Nouveau !

## NARBONNE – HAUTS DE CRABIT

De 220 m<sup>2</sup> à 1019 m<sup>2</sup> à partir de **67 900 €**

Nouvelle tranche !

DEPUIS 1979



SANGALLI  
MARATUECH

AMÉNAGEUR & PROMOTEUR

**04 68 65 85 85**  
**groupe-sm.com**

<b>TFI</b>	<b>france.2</b>	<b>france.3</b>	<b>CANAL+</b>	<b>france.5</b>	<b>6</b>
 21.05 <b>IL ÉTAIT UNE FOIS A MONACO</b> 2 épisodes - Série	 21.05 <b>DE GAULLE, L'ÉCLAT ET LE SECRET</b> 2 épisodes - Série	 21.05 <b>LES TÊTES DE L'EMPLOI ★</b> Film avec Franck Dubosc	 21.00 <b>POSSESSIONS</b> 2 épisodes Série de Thomas Vincent	 20.50 <b>LE VENT SE LÈVE ★★</b> Film de Ken Loach	 21.05 <b>L'AMOUR EST DANS LE PRÉ</b> Soirée 8 (1/2)
23.15 New York, unité spéciale, série	22.40 De Gaulle, l'éclat et le secret, série 23.30 Unité 42, série	22.35 Météo 24.40 La France en vrai, doc.	22.45 Metallica & San Francisco Symphony : S&M 2, spectacle	22.55 La p'tite librairie C dans l'air, mag. 00.00 Le cinéma de minuit	22.00 L'amour est dans le pré 23.05 L'amour vu du pré

<b>arte</b>	<b>G8</b>	<b>W9</b>	<b>TMC</b>	<b>TFX</b>	<b>NRJ</b>
20.55 <b>AUTOPSIE D'UN MEURTRE ★</b>	21.15 <b>KINGSMAN : LE CERCLE D'OR ★</b>	21.05 <b>LA CHUTE DE LA MAISON BLANCHE ★</b>	21.15 <b>STAR WARS EP. 1 : LA MENACE FANTÔME ★</b>	21.05 <b>APPELS D'URGENCE</b>	21.05 <b>CRIMES ET FAITS DIVERS : LE PRIME EN DIRECT</b>
23.30 Sisters : Sœurs de sang, film	00.00 Independence Day ★, film 02.30 Programmes de nuit	23.10 Donald Trump : est-il vraiment capable du pire ?, doc.	23.40 Edge of Tomorrow ★, film	22.00 Appels d'urgence, mag. 23.10 Appels d'urgence	23.15 Crimes, mag. 01.00 Crimes, mag.
<b>LCP</b> <small>ASSEMBLÉE NATIONALE</small> <b>PUBLICS SENAT</b>	<b>france.4</b>	<b>G STAR</b>	<b>gulli</b>	<b>LCI</b>	<b>TF1</b> <small>TF1</small>
20.30 <b>MELANIA TRUMP, CET OSCUR OBJET DU POUVOIR</b>	20.05 <b>UNE SAISON AU ZOO</b>	21.00 <b>FIVE ★</b> Film de Igor Gotesman	21.05 <b>LE BAL DE NOËL</b>	20.00 <b>LE 20H DE DARIUS ROCHEBIN</b>	21.00 <b>GOOD DOCTOR</b>
21.30 Débatdoc, mag. 22.00 Allons plus loin	20.35 Une saison au zoo, doc. 21.05 On vous raconte...	22.55 Johnny English contre-attaque ★, film	22.35 Le chien qui a sauvé Noël, téléfilm 00.00 Zig et Sharko	21.15 Le grand soir 22.00 Le grand soir	21.45 Good Doctor, série 22.40 Dr House, série 23.35 Dr House, série
<b>G NEWS</b>	<b>L'EQUIPE</b>	<b>6ter</b>	<b>RMC SPORT</b>	<b>RMC</b> <small>RECOUVREZ</small>	<b>Choc</b> <small>20</small>
21.00 <b>L'INFO DU VRAI</b>	21.00 <b>BASKET-BALL : LE MANS / LIMOGES</b>	21.05 <b>KAAMELOTT</b> Série	21.05 <b>HORS DE CONTROLE</b>	21.05 <b>CONSTRUCTIONS SAUVAGES</b>	21.05 <b>FOREVER</b> Série
22.00 Soir info 00.00 Édition de la nuit	22.55 L'Équipe du Soir, mag. 00.00 L'Équipe du Soir	22.45 Kaamelott, série 01.45 Programmes de nuit	22.10 Forces de la nature, doc. 23.05 Forces de la nature	22.10 Constructions sauvages, doc.	21.55 Forever, série 22.50 Forever, série 23.40 Forever, série

<b>TFI</b>	<b>france.2</b>	<b>france.3</b>	<b>CANAL+</b>	<b>france.5</b>	<b>6</b>
 21.05 <b>GOOD DOCTOR</b> Tremblement de terre Série	 20.45 <b>USA 2020, L'ÉLECTION QUI VA CHANGER LE MONDE</b>	 21.05 <b>CAPITAINE MARLEAU</b> Série	 21.00 <b>DARK WATERS ★★</b> Film de Todd Haynes Avec Mark Ruffalo	 20.50 <b>FLIQUEZ-VOUS LES UNS LES AUTRES</b> Documentaire	 21.05 <b>LA FRANCE A UN INCROYABLE TALENT</b>
22.50 New York, unité spéciale, série	23.30 Le choix américain	22.40 Capitaine Marleau, série 00.10 Météo	23.10 The Front Runner ★, film 01.00 Scandale ★, film	22.00 Le monde en face le débat 22.45 C dans l'air, mag.	23.05 La France a un incroyable talent, ça continue, jeu
<b>arte</b>	<b>G8</b>	<b>W9</b>	<b>TMC</b>	<b>TFX</b>	<b>NRJ</b>
20.50 <b>LA DÉMOCRATIE DU DOLLAR</b>	21.15 <b>G.I. JOE : CONSPIRATION ★</b>	21.05 <b>ÉTAT DE CHOC</b>	21.15 <b>MARTIN WEILL - COMMENT TRUMP A CASSE L'AMÉRIQUE</b>	21.05 <b>LA BOUM 2 ★</b> Film de Claude Pinoteau	21.05 <b>COWBOYS ET ENVAHISSEURS ★</b>
22.25 Les USA dans tous leurs États, doc. 00.10 America, doc.	23.30 Enquête sous haute tension, mag. 01.10 Programmes de nuit	23.15 État de choc, mag. 01.10 État de choc, mag. 03.10 Programmes de nuit	23.00 90' Enquêtes, mag. 00.25 90' Enquêtes, mag.	23.05 La boum ★, film 01.10 Programmes de nuit	23.15 Big game ★, film 00.55 La malédiction de la pyramide, téléfilm
<b>LCP</b> <small>ASSEMBLÉE NATIONALE</small> <b>PUBLICS SENAT</b>	<b>france.4</b>	<b>G STAR</b>	<b>gulli</b>	<b>LCI</b>	<b>TF1</b> <small>TF1</small>
20.30 <b>CHINE, À LA CONQUÊTE DE L'OUEST</b>	21.05 <b>L'HARMONIE DE NOËL</b>	21.00 <b>LE GRAND BÉTISSIER DE NOËL 2019</b>	21.05 <b>ASTÉRIX ET LES VIKINGS ★</b>	20.00 <b>LE 20H DE DARIUS ROCHEBIN</b>	21.00 <b>JL ÉTAIT UNE FOIS A MONACO</b>
21.30 Débatdoc, mag. 21.40 Terra Terre, mag.	22.35 Le père Noël d'à coté, téléfilm 00.05 Basique, les sessions	22.55 Le grand bâtisseur des animaux	22.30 Woody Woodpecker, téléfilm 00.00 Zig et Sharko	21.15 Le grand soir 22.00 Le grand soir	23.00 Coup de foudre à..., série 00.45 Programmes de nuit
<b>G NEWS</b>	<b>L'EQUIPE</b>	<b>6ter</b>	<b>RMC SPORT</b>	<b>RMC</b> <small>RECOUVREZ</small>	<b>Choc</b> <small>20</small>
21.00 <b>L'INFO DU VRAI</b>	21.00 <b>LA GRANDE SOIRÉE FC Porto / OM</b>	21.05 <b>LE MONDE DE NARNIA : CHAP. 1</b>	21.05 <b>LES MENSONGES DE L'HISTOIRE</b>	21.05 <b>OCCAZ MILITAIRES</b>	21.05 <b>SNAPPED : TUER POUR ELLE</b>
22.00 Soir info 00.00 Édition de la nuit	22.55 L'Équipe du Soir, mag. 00.00 L'Équipe du Soir	23.30 Prince of Persia : les sables du temps ★, film	22.10 Les mensonges de l'histoire, doc.	22.00 Occaz militaires, doc. 22.55 Occaz militaires	22.05 Snapped : tuer pour elle, mag. 02.00 Programmes de nuit



## Pôle d'artisans réunis

*" Quelque soit votre projet nous sommes là pour vous accompagner "*

- Etude de financement
- Réalisation de plans
- Terrassement
- Maçonnerie générale
- Toiture - Etanchéité
- Electricité
- Plomberie
- Placoplâtre / plâtrerie
- Chauffage - Climatisation
- Carrelage
- Façade
- Menuiserie
- Aménagement paysager, allées etc...



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

16 Boulevard Maréchal Joffre  
11100 NARBONNE - 06 32 89 35 93  
[www.constructionlanguedocienne.com](http://www.constructionlanguedocienne.com)

**NOUVEAU  
SERVICE**

**TOUS TRANSPORTS, TOUTES DISTANCES**  
**TAP | GARES | AEROPORTS**



**06 95 03 43 41**

**St  
Pierre  
taxi**

Taxi conventionné toutes caisses  
Saint-Pierre-la-Mer • Fleury d'Aude • Les Cabanes de Fleury

**7 places ou 5 places + **

**VOTRE TRANSPORT EN TOUTES CIRCONSTANCES**

Siège social : 1 rue des 3 Pigeons 11100 Narbonne  
SIREN : 885 0250 266  
ADS : Fleury n°2



# LA SÉLECTION

des spectacles et sorties en partenariat  
avec Le Petit Agenda !



- AGENDA du 31 oct. au 11 nov. -

Ville	Lieu	Type	Descriptif	Horaire	Prix
<b>Samedi 31 Octobre Quentin</b>					
Narbonne	Vintage Att.	🎵	Repas-Concert avec Rock'n Head	20h00	Libre
<b>Dimanche 1er Novembre Toussaint</b>					
Narbonne	D.Baudis	🎭	Calamity, une enfance de Martha Jane Canary	15h00	N.C.
<b>Lundi 2 Novembre Défunts</b>					
Narbonne	Ab.Fontfroide	Div	Visite des appartements privés de Fontfroide	11h00	13.50
Narbonne	Narbonne	Div	Rencontres d'Archéologie de la Narbonnaise #8	Journée	Libre
Port-la-Nouvelle	Médiathèque	🎵	Conférence: Phare et feux de l'Aude et du ...	18h00	Libre
<b>Mardi 3 novembre Hubert</b>					
Gruissan	Cinéma	🎭	Projection: Police	20h30	N.C.
Narbonne	pl. des arts	🎵	Atelier d'écriture: Mots en liberté	15h00	4.00
Narbonne	Théâtre Nat.	🎭	Conf. -débat avec Les Amis du Monde Diplomatique	18h00	N.C.
Narbonne	Théâtre Nat.	🎵	Musique: « La mal coiffée»	20h00	17.00
<b>Mercredi 4 Novembre Charles</b>					
Narbonne	Ab.Fontfroide	Div	Visite des appartements privés de Fontfroide	11h00	13.50
Narbonne	Narbonne	Div	Rencontres d'Archéologie de la Narbonnaise #8	Journée	Libre
<b>Jedi 5 Novembre Sylvie</b>					
Lézignan-C.	Ciné Palace	🎭	Projection: «Les apparences»	20h30	N.C.
Narbonne	Café Poste	🎭	Jérémy Charbonnel: «Spectacle sans gluten»	19h00	28.00
Narbonne	Théâtre Nat.	🎭	Projection: «Le Malade imaginaire»	20h15	17.00
<b>Vendredi 6 Novembre Bertille</b>					
Coursan	S.Polyvalente	🎭	Tempora: Feignasse hyperactive	21h00	Gratuit
Leucate	Esp. Cult.	🎭	Théâtre: «Un balcon entre ciel & terre»	18h30	Libre
Lézignan-C.	Ciné Palace	🎭	Projection « Josep» vostf	20h30	N.C.
Narbonne	Café Poste	🎭	Jérémy Charbonnel: «Spectacle sans gluten»	19h00	28.00
Narbonne	D.Baudis	🎭	Projection: «Antoinette dans les Cévennes»	20h30	N.C.
Narbonne	Iarcenciel	🎭	La mort imminente ou les portes de l'Après	18h30	5.00
Narbonne	l'Hospitalet	🎵	Dîner-Concert Jazz: L'Affaire Anatole	19h30	69.00
<b>Samedi 7 Novembre Carine</b>					
Gruissan	Cinéma	🎭	Projection: « Mon grand-Père et moi»	17h00	N.C.
Lézignan-C.	Ciné Palace	🎭	Projection: « Mon grand-Père et moi»	17h00	N.C.
Narbonne	La Nautique	Div	Balade sur la lagune en voilier de tradition	14h00	N.C.
Narbonne	NarbonneArena	Div	Volley Ball- Narbonne Volley - Cambrai	20h00	11.00
Narbonne	Pal. Travail	Div	Salon Narbonne Upcycling	10h00	2.00
<b>Dimanche 8 Novembre Geoffroy</b>					
Ferrals-les-C	Esp.Cult.	🎭	Projection du film «Les ogres»	17h00	Gratuit
Narbonne	D.Baudis	🎭	Projection: «Les apparences»	17h00	N.C.
Narbonne	Pal. Travail	Div	Salon Narbonne Upcycling	10h00	2.00
<b>Mardi 10 Novembre Léon</b>					
Gruissan	Cinéma	🎭	Projection: « Ailleurs»	20h30	N.C.
Narbonne	Pl. du Forum	🎭	Café philol Michel Tozzi	17h00	Gratuit
<b>Mercredi 11 Novembre Armistice</b>					
Narbonne	Café Poste	🎭	Pierre Aucaigne: «En pleine crise»	19h00	28.00

🎵 Conférence.&Atelier

🎭 Projection

🎭 Spectacle

🎵 Concert

🕺 Danse

🎨 Vernissage

Enfants



+ d'événements sur  
[www.lepetitagenda.com](http://www.lepetitagenda.com)



# Entreprise HARIZ SERVICES

Vente, installation et réparation de climatisation **Spécialiste LG**

**L'HIVER ARRIVE ET VOUS VOULEZ AVOIR BIEN CHAUD.  
IL EST ENCORE TEMPS,  
PRÉVOYEZ L'ENTRETIEN DE VOTRE CLIMATISATION.**



65, avenue de la mer 11430 GRUISSAN

**06.76.03.20.07**

**entreprisehariz@gmail.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](mailto:agence.marquie@axa.fr)

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

N°ORIAS - [www.orias.fr](http://www.orias.fr) : 07013234



**Liberty  
Rider**



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



**URBAN  
JARDIN**



## Des fleurs annuelles qui se ressement toute seules

Certaines fleurs annuelles ont la faculté de se ressemer spontanément d'une année sur l'autre, faisant au jardinier, chaque saison, la surprise de fleurir un peu n'importe où. Ces apparitions aléatoires, soufflées par le vent de la liberté, mettent le jardin en mouvement.

### **RAPIDES COMME L'ÉCLAIR**

Les plantes annuelles ont la particularité, appréciable, de boucler leur cycle végétatif en une seule saison. Elles germent au printemps, puis fleurissent, montent en graines et meurent quelques mois plus tard. Elles permettent donc au jardinier de profiter de floraisons rapides que les vivaces ne peuvent offrir en si grande profusion qu'après plusieurs années. C'est pourquoi elles sont si souvent utilisées dans les jardins, malgré leur présence éphémère qu'il est nécessaire de renouveler chaque année.

### **LIBRES COMME L'AIR**

Parmi ces fleurs annuelles, certaines sont capables de se ressemer naturellement à partir de leurs propres graines. Portées par le vent, celles-ci se déposent çà et là dans le jardin, plus ou moins loin du pied-mère, pour germer dès l'année suivante. Les plants issus de ces semis spontanés s'enracinent parfaitement

et produisent généralement des individus vigoureux et résistants. Qu'ils naissent dans les massifs, ou dans des endroits inattendus, on peut les laisser se développer afin de profiter de belles floraisons surprises dans un jardin qui, d'année en année, évoluera en fonction de leurs implantations hasardeuses. Évidemment pour que le système fonctionne, il faut laisser monter les fleurs à graine après leur fanaison.

### **LONGUES COMME LE BRAS**

Voici une liste, non exhaustive, des principales fleurs annuelles qui se ressement facilement. Le célèbre coquelicot (*Papaver rhoeas*), le gracile cosmos (*Cosmos bipinatus*), les vigoureux pavots de Californie (*Eschscholtzia californica*) ou d'Orient (*Papaver orientale*), l'élégante nigelle de Damas (*Nigella damascena*), le classique œillet d'Inde (*Tagetes* spp), la comestible capucine naine (*Tropaeolum nanum*), le médicinal soucis (*Calendula officinalis*), les minuscules violettes cornues (*Viola cornuta*), l'impressionnante amarante (*Amaranthus caudatus*), la solide coquelourde (*Silene coronaria*) ou la sauvage bourrache (*Borago officinalis*). Parmi les fleurs grimpantes, citons la capucine (*Tropaeolum majus*) et les ipomées (*Ipomea* spp).

# 100% pratique

...toutes les réponses à vos questions



## « Made in France : quelles garanties derrière le label ? »

Entre autres marquages plébiscités, le « made in France » fait recette ! Consommer de la viande bovine, des fruits et légumes ou du poisson français est simple puisque l'origine de ces aliments doit obligatoirement être inscrite sur l'emballage. En revanche, cette mention est facultative pour les produits manufacturés. Et pour cause, puisqu'il est très courant qu'un vêtement, un meuble ou un équipement quelconque intègre des composants et matières premières provenant de l'étranger, voire qu'il subisse diverses étapes de fabrication

en dehors des frontières nationales. Toute la question est donc de savoir comment établir sa « nationalité ».

En la matière, ce sont les règles « d'origine non préférentielle » mises en place par les services douaniers qui s'appliquent. Or, selon cette réglementation, le produit prend l'origine du pays dans lequel il a subi la dernière transformation substantielle, c'est-à-dire là où son processus a abouti à la confection d'un objet nouveau ou, tout au moins, a atteint un stade de fabrication important. Dès lors, un article

en partie élaboré à l'étranger peut être estampillé *made in France*...

Pour mieux identifier les productions nationales, il faut s'en remettre à d'autres indications. L'« Origine France garantie » assure par exemple que le produit prend ses caractéristiques essentielles en France et qu'au moins 50 % de son prix de revient unitaire est acquis dans l'Hexagone. De son côté, l'appellation « France terre textile », qui se décline en labels régionaux, certifie qu'au moins 75 % des étapes de fabrication ont été effectuées sur le sol national.

iStock / City Presse



### La fourrière facturée au prix fort

Votre voiture a été enlevée à la suite d'un mauvais stationnement ? La facture de la fourrière augmente chaque année ! Depuis le 14 août 2020, il faut ainsi s'acquitter de 121,27 € pour l'enlèvement du véhicule, auxquels s'ajoutent d'autres frais comme l'immobilisation (7,60 €), les opérations préalables (15,20 €), la garde journalière (6,42 €) ou l'expertise (61 €). Attention, Paris, Marseille, Lyon et Toulouse appliquent des tarifs spécifiques.

iStock / City Presse



### La maladie n'empêche pas le travail

Selon une étude publiée en août 2020 par la Dares, l'institut statistique du ministère du Travail, 62 % des salariés vont travailler au moins un jour sur quatre alors qu'ils sont malades, contre 42 % dans l'Union européenne. La surcharge de travail, les relations tendues avec la hiérarchie ou encore la crainte de perdre leur poste rendent ainsi les employés plus réticents à s'absenter pour raison de santé. Une dérive de la culture de présentéisme à la française !

iStock / City Presse



### Enquête sanitaire : gare à l'arnaque !

La pandémie de Covid-19 donne lieu à une multitude d'escroqueries. L'Assurance maladie met notamment en garde les usagers contre des appels frauduleux passés par de soi-disant enquêteurs sanitaires. Les arnaqueurs appellent des particuliers en prétextant intervenir dans le cadre du dispositif « Contact Covid ». Ils en profitent pour leur demander leur adresse et leur numéro de carte bancaire pour leur envoyer un kit de dépistage payant !

<b>TFI</b>	<b>france.2</b>	<b>france.3</b>	<b>CANAL+</b>	<b>france.5</b>	<b>6</b>
21.05 <b>GREY'S ANATOMY</b> <i>Tourner la page</i> Série de Debbie Allen	21.05 <b>DIX POUR CENT</b> <i>Sigourney Weaver</i> Série	21.05 <b>FAUT PAS RÊVER</b> <i>L'âme Corse</i> Magazine	21.00 <b>UNDERCOVER - UNE HISTOIRE VRAIE</b> ★	20.50 <b>LE DOC STUPEFIANT</b> <i>L'artiste De Gaulle</i>	21.05 <b>LE MEILLEUR PÂTISSIER</b> <i>The American Cream</i>
21.55 Grey's Anatomy, série 22.45 Grey's Anatomy : Station 19, série	22.05 Dix pour cent, série 23.10 Ça ne sortira pas d'ici, mag.	23.10 Météo 23.15 22H01, doc. 00.05 La carte aux trésors	22.50 Official secrets ★★, film 00.40 Possessions, série	22.25 La p'tite librairie 23.30 C dans l'air, mag. 23.35 C à vous, mag.	23.25 Le meilleur pâtissier : gâteaux sur commande, jeu

<b>arte</b>	<b>G8</b>	<b>W9</b>	<b>TMC</b>	<b>TFX</b>	<b>NRJ</b>
20.55 <b>AVA</b> ★ Film de Léa Mysius	21.15 <b>DE CHARLIE HEBDO AU BATACLAN...</b>	21.05 <b>ENQUÊTES CRIMINELLES</b>	21.15 <b>ON A RETROUVÉ LA 7<sup>e</sup> COMPAGNIE</b> ★	21.05 <b>GAME NIGHT</b> ★ Film	21.05 <b>BLACKLIST</b> Série
22.35 Toni Morrison et les fantômes de l'Amérique, doc.	23.00 Enquête sous haute tension, mag.	23.10 Enquêtes criminelles, mag.	22.55 Mais où est donc passée la 7 <sup>e</sup> compagnie ★	23.00 Very Bad Trip 3 ★, film 00.55 Programmes de nuit	22.00 Blacklist, série 22.55 Blacklist, série 23.45 Blacklist, série
<b>LCP</b>	<b>france.4</b>	<b>G STAR</b>	<b>GUM</b>	<b>LCI</b>	<b>TFI</b>
20.30 <b>UN PEU, BEAUCOUP, PASSIONNÉMENT...</b>	21.05 <b>LE MONDE DE JAMY</b>	21.00 <b>LA GRANDE MURAILLE</b> ★	21.05 <b>EN FAMILLE</b> Série	20.00 <b>LE 20H DE DARIUS ROCHEBIN</b>	21.00 <b>NEW YORK, SECTION CRIMINELLE</b>
22.00 Les questions au gouvernement, mag.	23.00 Lumni science, doc.	23.05 Transformers : l'âge de l'extinction ★, film	23.40 G ciné 23.45 Ogyg et les cafards 23.50 Ogyg et les cafards	21.15 Le grand soir 22.00 Le grand soir	22.40 New York, section criminelle, série
<b>G NEWS</b>	<b>L'EQUIPE</b>	<b>6ter</b>	<b>RMC</b>	<b>RMC</b>	<b>6ter</b>
21.00 <b>L'INFO DU VRAI</b>	21.00 <b>LA GRANDE SOIRÉE</b> Leipzig / PSG	21.05 <b>MR. AND MRS. SMITH</b> ★	21.05 <b>LE ZOO DU BRONX</b>	21.05 <b>CHÂTEAU DE CAEN : UNE MEGAS-STRUCTURE FORTIFIÉE</b>	21.05 <b>DAME DE GLACE</b>
22.00 Soir info 00.00 Édition de la nuit	22.55 L'Équipe du Soir, mag. 00.00 L'Équipe du Soir	23.15 Tiny House : mini-maison à emporter, doc.	22.00 Le zoo du Bronx, doc. 22.55 Le zoo du Bronx, doc. 23.50 Bandit Patrol, doc.	22.15 Pierrefonds : la réurrection d'un château	23.10 Dame de feu, téléfilm 01.10 Programmes de nuit

<b>TFI</b>	<b>france.2</b>	<b>france.3</b>	<b>CANAL+</b>	<b>france.5</b>	<b>6</b>
21.05 <b>ALICE NEVERS</b> <i>Le pacte (Partie 1)</i> Série	21.05 <b>ENVOYÉ SPÉCIAL</b> Magazine présenté par Élise Lucet	21.05 <b>LES SEPT MERCENAIRES</b> ★ Film de Antoine Fuqua	21.00 <b>THE COMEY RULE</b> 2 épisodes Série de Billy Ray	20.50 <b>LE TOMBEAU DE TOUTANKHAMON. UN MYSTÈRE RÉVÉLÉ</b>	21.05 <b>9-1-1 : LONE STAR</b> <i>Après l'incendie</i> Série
22.05 Alice Nevers, série 23.15 Alice Nevers, série 00.15 Alice Nevers, série	22.55 Complément d'enquête, mag. 23.55 13 h 15, le dimanche	23.20 La ligne bleue, doc. 00.15 La ligne bleue 00.15 Outremer, doc.	23.05 Diviser pour mieux régner : la vie de Roger Ailes, doc.	21.40 Toutankhamon, les secrets du pharaon, doc.	22.00 9-1-1 : Lone Star, série 22.55 9-1-1, série

<b>arte</b>	<b>G8</b>	<b>W9</b>	<b>TMC</b>	<b>TFX</b>	<b>NRJ</b>
20.55 <b>GÉOMÉTRIE DE LA MORT</b>	21.15 <b>LA GRANDE RASSRAH ! 5</b>	21.05 <b>LES NOUVELLES AVENTURES D'ALADIN</b>	21.15 <b>SPLIT</b> ★★ Film de M. Night Shyamalan	21.05 <b>CE QUE PENSENT LES HOMMES</b> ★	21.05 <b>HÉRITAGE</b> Magazine
23.40 The House that Jack built ★, film	22.30 Le meilleur de la Grande Rassrah ! 00.00 Programmes de nuit	23.00 Mince alors ! ★, film 01.00 Programmes de nuit	23.20 Gunman, film 01.35 Programmes de nuit	23.25 Chroniques criminelles, mag. 01.20 Programmes de nuit	22.55 Héritages, mag. 00.40 Héritages, mag. 02.25 Programmes de nuit
<b>LCP</b>	<b>france.4</b>	<b>G STAR</b>	<b>GUM</b>	<b>LCI</b>	<b>TFI</b>
20.30 <b>LE GRAND JOUR : DE LA PRISON À L'ODÉON</b>	21.05 <b>MARION 13 ANS POUR TOUJOURS</b>	21.00 <b>AU CŒUR DE L'ENQUÊTE</b>	21.05 <b>E=M6 FAMILY</b> Magazine	20.00 <b>LE 20H DE DARIUS ROCHEBIN</b>	21.00 <b>BAD BOYS</b> ★ Film de Michael Bay
21.30 Débatdoc, mag. 22.30 Allons plus loin	22.35 Lumni nature, doc. 00.10 Lumni nature, doc.	00.10 Au cœur de l'enquête, mag. 02.00 Programmes de nuit	22.00 E=M6 family, mag. 23.00 E=m6 family, mag. 00.00 Zig	21.15 Le grand soir 22.00 Le grand soir	23.10 Fast and furious ★, film 01.15 Programmes de nuit
<b>G NEWS</b>	<b>L'EQUIPE</b>	<b>6ter</b>	<b>RMC</b>	<b>RMC</b>	<b>6ter</b>
21.00 <b>L'INFO DU VRAI</b>	21.00 <b>HANDBALL : FRANCE / BELGIQUE</b>	21.05 <b>FAMILLES EXTRAORDINAIRES</b>	20.45 <b>FOOTBALL : AC MILAN / LOSC</b>	21.05 <b>VINTAGE MÉCANIC : SPECIAL VEHICULES XXL</b>	21.05 <b>LE PRESTIGE</b> ★
22.00 Soir info 00.00 Édition de la nuit	22.50 L'Équipe du Soir 00.00 L'Équipe du Soir, mag.	23.10 Familles extraordinaires, mag.	23.10 Crime conjugal, doc. 00.15 RMC Europa, mag. 01.45 Programmes de nuit	22.30 Vintage mecanic : spécial véhicules XXL	23.25 Gone Baby Gone ★, film 01.25 Programmes de nuit

TOUTE L'ÉQUIPE D'

URBAN TV  
& SORTIES

VOUS SOUHAITE UN JOYEUX  
HALLOWEEN



<b>TF1</b>	<b>france.2</b>	<b>france.3</b>	<b>CANAL+</b>	<b>france.5</b>	<b>6</b>
 <b>KOH-LANTA : LES 4 TERRES</b> Présenté par Denis Brogniart	 <b>LES PETITS MEURTRES D'AGATHA CHRISTIE</b>	 <b>LA BOÎTE À SECRETS</b> Présenté par Faustine Bollaert	 <b>À COUTEAUX TIRES</b> Film de Rian Johnson	 <b>LA MAISON FRANCE 5</b> Magazine	 <b>NCIS</b> <i>L'honneur du soldat</i> Série
21.05	21.05	21.05	21.00	20.50	21.05
23.10 Vendredi, tout est permis avec Arthur 01.15 Euro Millions, jeu	22.45 Les petits meurtres d'Agatha Christie, téléfilm	23.20 Marie Laforêt, chanteuse malgré elle, doc.	23.10 Catherine Ringer chante Rita Mitsouko à la Philharmonie	22.20 Silence, ça pousse ! 23.20 C dans l'air, mag. 00.25 C à vous, mag.	21.55 NCIS, série 22.50 NCIS, série 23.35 NCIS, série
<b>arte</b>	<b>G8</b>	<b>W9</b>	<b>TMC</b>	<b>TFX</b>	<b>nrj</b>
<b>20.55 THE BOOKS-HOP 5</b> ★ 22.45 Pop féminisme, doc. 23.40 Ground Control, spectacle	<b>20.50 RUGBY : TOP 14</b> 22.45 Enquête sous haute tension, mag. 00.15 Programmes de nuit	<b>21.05 ENQUÊTE D'ACTION</b> 23.00 Enquête d'Action, mag. 00.00 Enquête d'action	<b>21.15 RIZZOLI &amp; ISLES : AUTOPSIE D'UN MEURTRE</b> 22.00 Rizzoli & Isles : Autopsie d'un meurtre	<b>21.05 FAMILLES NOMBREUSES : LA VIE EN XXL</b> 22.45 Familles nombreuses : la vie en XXL	<b>21.05 PROFILAGE</b> Série 22.10 Profilage, série 23.15 Profilage, série 00.20 Profilage, série
<b>LCP</b> <small>ACCÈS NATIONAL</small> <b>PUBLIC SERVICE</b>	<b>france.4</b>	<b>G STAR</b>	<b>Gulli</b>	<b>LCI</b>	<b>TF1</b> <small>FRANCE 1</small>
<b>20.30 LE TRAVAIL A-T-IL UN SEXE ?</b> 21.30 Débatdoc, mag. 22.00 69, année pandémique, doc.	<b>21.05 FORT BOYARD</b> 23.10 Fort Boyard toujours plus fort, jeu 00.00 Fort Boyard, jeu	<b>21.10 STORAGE WARS</b> 22.55 Storage Wars 02.15 Programmes de nuit	<b>21.05 LES AVENTURES DE TINTIN</b> 22.25 Les aventures de Tintin 00.00 Zig et Sharko	<b>21.00 24H</b> Information 22.00 LCI vendredi soir	<b>21.00 L'OPÉRATION CORNED BEEF</b> ★ 23.00 Le grand partage ★, film 01.00 Programmes de nuit
<b>G NEWS</b>	<b>L'EQUIPE</b>	<b>6ter</b>	<b>RMC</b> <small>SPORT</small>	<b>RMC</b> <small>DÉCOUVERTE</small>	<b>Chérie 25</b>
<b>21.00 ÇA SE DISPUTE</b> 22.00 Soir info 00.00 Édition de la nuit	<b>21.00 BASKET-BALL : MONTPELLIER / ASVEL</b> Ligue féminine 22.55 L'Équipe du Soir, mag.	<b>21.05 LES SIMPSON</b> Jeunesse 21.30 Les Simpson 21.55 Les Simpson 22.20 Les Simpson	<b>21.05 ULTIMATE AIRPORT DUBAI</b> 22.00 Ultimate Airport Dubai, doc.	<b>21.10 LA VÉRITABLE HISTOIRE DES TEMPLIERS</b> 23.15 La véritable histoire des Templiers, doc.	<b>21.05 EN ÉQUILIBRE</b> ★ 22.45 Un secret ★, film 00.40 Programmes de nuit

<b>TF1</b>	<b>france.2</b>	<b>france.3</b>	<b>CANAL+</b>	<b>france.5</b>	<b>6</b>
 <b>MASK SINGER</b> Divertissement présenté par Camille Combal	 <b>BOYARD LAND</b> <i>Spéciale Halloween</i> Présenté par Olivier Minne	 <b>COMMISSAIRE MAGELLAN</b> Série	 <b>FOOTBALL : PSG / RENNES</b> <i>Ligue 1 Uber Eats</i>	 <b>ÉCHAPPÉES BELLES</b> <i>Week-end en Camargue</i>	 <b>THE ROOKIE - LE FLIC DE LOS ANGELES</b>
21.05	21.05	21.05	21.00	20.50	21.05
23.25 Mask Singer, div. 00.30 Programmes de nuit	23.20 On est presque en direct, mag. 01.25 Météo	22.35 Commissaire Magellan, série 00.25 Le comte Ory, spec.	22.55 Canal football club le débrief, mag. 23.50 Zapsport, mag.	22.25 Arletty - Soehring : hélas, je t'aime, doc.	22.50 The Rookie - Le flic de Los Angeles, série
<b>arte</b>	<b>G8</b>	<b>W9</b>	<b>TMC</b>	<b>TFX</b>	<b>nrj</b>
<b>20.50 SAUVEURS D'ESPECES</b> Doc. 22.25 Coup de chaud pour les rennes de Sibérie, doc.	<b>21.05 COMPROMIS</b> Spectacle 22.50 De <i>Charlie Hebdo</i> au <i>Bataclan</i> , les derniers secrets des attentats de 2015	<b>21.05 LES SIMPSON</b> Jeunesse 21.30 Les Simpson 21.50 Les Simpson 22.20 Les Simpson	<b>21.05 COLUMBO</b> Série de Patrick McGoohan 22.55 90' Enquêtes, mag. 00.15 90' Enquêtes, mag. 01.50 Programmes de nuit	<b>21.05 CHRONIQUES CRIMINELLES</b> 22.50 Chroniques criminelles, mag.	<b>21.05 MODERN FAMILY</b> 21.30 Modern family, série 22.00 Modern family, série 22.30 Modern family, série
<b>LCP</b> <small>ACCÈS NATIONAL</small> <b>PUBLIC SERVICE</b>	<b>france.4</b>	<b>G STAR</b>	<b>Gulli</b>	<b>LCI</b>	<b>TF1</b> <small>FRANCE 1</small>
<b>21.00 DE GAULLE, DERNIERS SECRETS</b> 22.00 Un monde en docs, mag. 22.30 Sauver l'Amérique	<b>21.05 OGGY ET LES CAFARDS</b> ★ 22.25 Scoobi-doo : tous en piste 23.45 Une saison au zoo	<b>21.00 GHOST ADVENTURES</b> 22.30 Ghost adventures : rencontres paranormales, doc.	<b>21.05 LES AVENTURES DU CHAT POTTE</b> 23.00 Yu-Gi-Oh - Duel monsters 01.05 Programmes de nuit	<b>20.00 ON NE S'EST PAS TOUT DIT</b> 22.00 LCI samedi soir	<b>21.00 JOSÉPHINE, ANGE GARDIEN</b> 22.00 Joséphine, ange gardien, série
<b>G NEWS</b>	<b>L'EQUIPE</b>	<b>6ter</b>	<b>RMC</b> <small>SPORT</small>	<b>RMC</b> <small>DÉCOUVERTE</small>	<b>Chérie 25</b>
<b>20.30 SOIR INFO WEEK-END</b> 23.00 Soir info week-end 00.00 Édition de la nuit	<b>21.05 CATCH : WWE RAW</b> 22.00 Catch : WWE Nxt 23.00 Catch : WWE SmackDown	<b>21.05 LES ROIS DE LA RENO</b> 21.30 Les rois de la réno 21.55 Les rois de la réno 22.20 Les rois de la réno	<b>21.05 DOSSIERS SURNATURELS</b> 22.50 Dossiers surnaturels, doc. 00.20 Strip-tease, doc.	<b>21.05 LES BROWN : GÉNÉRATION ALASKA</b> 22.00 Les Brown : génération Alaska, doc.	<b>21.05 JANE AUSTEN : BIENVENUE À SANDITON</b> 22.05 Jane Austen : bienvenue à Sanditon, série



## GINESTAS

Villa T4 sur terrain 500 m<sup>2</sup>

**172 700 €\***

## MOUSSAN

Villa T4 sur terrain 370 m<sup>2</sup>

**192 900 €\***

## ORNAISONS

Villa T4 sur terrain 320 m<sup>2</sup>

**166 750 €\***

## NARBONNE

Villa T4 sur terrain 240 m<sup>2</sup>

**176 900 €\***

## BIZES-MINERVOIS

Villa T4 sur terrain 340 m<sup>2</sup>

**151 800 €\***

## LEZIGNAN C.

Villa T4 sur terrain 560 m<sup>2</sup>

**159 500 €\***

## PORT-LA-NOUVELLE

Villa T4 sur terrain 325 m<sup>2</sup>

**172 400 €\***

## OUVEILLAN

Villa T4 sur terrain 234 m<sup>2</sup>

**136 200 €\***

## ARGENS M.

Villa T4 sur terrain 442 m<sup>2</sup>

**139 500 €\***

\*prix netaire et branchement inclus - photo non contractuelle

LES MAISONS COULEURS DU SUD

constructeur depuis 1919



100% DE  
CONSTRUCTION



100 ANS  
AU SERVICE  
DE NOS CLIENTS



22 AGENCES  
COMPLÉTAIRES



4 DE 200  
MÈTRES PAR 40



ENTREPRISE  
FAMILIALE DEPUIS  
1896

Une marque du groupe

hexaôm



maisons-de-manon.fr

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



URBAN  
SANTE



# QUELQUES MOYENS insolites de vivre plus vieux

Devenir centenaire n'est peut-être pas aussi éprouvant que vous le pensiez. Le journaliste Erik Hayden du site The Atlantic Wire passe en revue différentes études sur la longévité, et fait état de quelques moyens dont il a été prouvé qu'ils augmentent la longévité.

On savait déjà que ceux qui mangent bien, font du sport, ne sont pas trop gros et ne fument pas ont de bonnes chances de gagner entre 8 et 15 ans de vie, comme le rappelle CBS News. Mais Hayden a dressé ici une liste des façons plus insolites de rallonger sa vie en se basant sur différentes études parues sur le sujet :

- Ceux qui sont nés en Automne pourraient vivre plus longtemps. En effet, leur mère aurait pu profiter de plus de fruits et légumes durant l'été, quelques mois avant l'accouchement.
- Gagner un Oscar, gage de longévité? Il a été prouvé que, lorsqu'ils sont âgés, les acteurs ayant gagné la récompense se «battaient plus longtemps que ceux qui n'avaient pas gagné d'Oscar». En effet, les «oscarisés» vivraient en moyenne 4 ans de plus que les autres peut-on lire.
- Avoir quelques amis au travail serait essentiel. «Être seul et isolé a autant de conséquences sur la santé que de fumer 15 cigarettes par jour ou qu'être alcoolique.» Un réseau amical et fa-

miliaire solide pourrait même être meilleur pour la santé que faire de l'exercice physique.

- Plus grand est votre sourire, mieux vous vous portez et surtout, plus longtemps vous vivrez.
- Faire des courses procurerait une occasion d'acheter de la bonne nourriture, de faire des rencontres et de l'exercice physique. Une activité qui, si elle est effectuée quotidiennement, pourrait augmenter la longévité.

A en croire l'article d'Erik Hayden, il serait relativement facile de se donner les moyens de vivre plus vieux. Mais une expérience israélienne a montré que certaines personnes peuvent vivre plus longtemps malgré une consommation d'alcool supérieure à la moyenne et peu d'exercice physique. Cette récente étude a établi que la longévité dépendrait plus des gènes que du mode de vie ou de l'alimentation. Auquel cas il n'y aurait pas (encore) grand-chose à faire pour changer son attirail génétique.

Pour connaître plus de moyens insolites de rallonger sa vie, allez lire l'article sur The Atlantic Wire.



# Filien

La téléassistance ADMR



passion  
Notre métier,  
prendre soin  
de vous  
vos proches



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

Choisissez la  
téléassistance qui a du

SI  
services à  
la personne

Tarifs et renseignements [ici](#) ou 04.68.32.92.92  
APPEL NON SURTAXÉ

[clients@filien.com](mailto:clients@filien.com) [www.filien.com](http://www.filien.com)

ADMR

pour tous, toute la vie, partout



**URBAN  
MAISON**



# Acheter sa maison à deux

La plupart des couples ont hâte de pouvoir acheter ensemble leur logement. Pour éviter que le rêve ne tourne au cauchemar en cas de séparation, quelques précautions sont toutefois indispensables.

## **LE RÉGIME MATRIMONIAL ESSENTIEL**

Si vous êtes marié, c'est votre régime matrimonial qui détermine les conditions de partage du bien. Dans le cadre du régime de la communauté réduite aux acquêts, appliqué par défaut, votre logement est un bien commun dont le prix de vente sera partagé en deux parts égales lors de la séparation. Attention, si l'un des deux époux a contribué plus que l'autre à l'achat grâce à des fonds propres, il ne pourra les faire valoir que dans l'éventualité où ces économies sont antérieures au mariage ou issues d'une donation ou d'une succession et doit impérativement le préciser dans l'acte d'achat du logement. De même, peu importe que l'un participe plus que l'autre au remboursement du prêt immobilier en raison de revenus supérieurs puisque les salaires font partie de la commu-

nauté et que ces versements sont considérés comme des dépenses du mariage.

À l'inverse, si vous avez choisi le régime de la séparation des biens, chacun récupérera sa quote-part au moment du divorce. Quant aux proportions de remboursement du crédit, vous devrez conserver les preuves de votre contribution pour les faire valoir.

## **L'ACTE D'ACHAT DÉTERMINANT**

Lorsqu'un couple vivant en concubinage achète un bien immobilier, c'est le régime de l'indivision qui s'applique. Autrement dit, chacun devient propriétaire du logement à hauteur d'une quote-part qui doit être calculée de façon précise en fonction de l'apport initial et des possibilités de remboursement de crédit de l'un et de l'autre. À défaut de cette précision, c'est un partage à 50-50 qui sera effectué !

Dans le cadre d'un Pacs, en revanche, tout dépend de la date de la convention et du régime choisi. Avant 2007, c'est l'indivision qui s'appliquait. Mais, depuis cette date, la séparation des patrimoines est devenue le régime par défaut.



**LEZIGNAN**

Villa T4 + GARAGE  
sur terrain 400 m<sup>2</sup>

**154 800 €**

**NARBONNE**

Villa T4 + GARAGE  
sur terrain 240 m<sup>2</sup>

**176 000 €**

**SALLELES**

Villa T4 + GARAGE  
sur terrain 676 m<sup>2</sup>

**185 500 €**

**ARGENS MINERVOIS**

Villa T4 + GARAGE  
sur terrain 476 m<sup>2</sup>

**137 500 €**

**LE SOMAIL**

Villa T4 + GARAGE  
sur terrain 400 m<sup>2</sup>

**201 900 €**

**OUVEILLAN**

Villa T4 + GARAGE  
sur terrain 400 m<sup>2</sup>

**179 500 €**

**BIZE MINERVOIS**

Villa T4 + GARAGE  
sur terrain 621 m<sup>2</sup>

**165 000 €**

**PORT LA NOUVELLE**

Villa T4 + GARAGE  
sur terrain 300 m<sup>2</sup>

**172 000 €**

**NOMBREUX TERRAINS  
DISPONIBLES  
en exclusivité  
CONSULTEZ-NOUS**

1<sup>er</sup> CONSTRUCTEUR  
DE MAISONS EN FRANCE



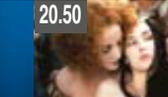
maisons-france-confort.fr



AGENCE NARBONNE : 34 Bd Marcel Sembat - 11100 Narbonne  
04 68 32 04 19 - narbonne.mfc@maisonfc.fr

**VOTRE AVANT PROJET EN 3D + ÉTUDE FINANCIÈRE EN 48H SANS FRAIS**

<b>TFI</b>	<b>france.2</b>	<b>france.3</b>	<b>CANAL+</b>	<b>france.5</b>	<b>6</b>
 <b>21.05 DEADPOOL 2 ★</b> Film de David Leitch Avec Ryan Reynolds	 <b>21.05 KNOCK ★</b> Film de Lorraine Lévy Avec Omar Sy, Alex Lutz	 <b>21.05 LES ENQUÊTES DE VERA</b> Série	 <b>21.05 RUGBY : LA ROCHELLE / CLERMONT</b>	 <b>20.50 CUISINE CHINOISE : A PRENDRE AVEC DES BAGUETTES ?</b>	 <b>21.05 DOSSIER TABOU</b> Magazine présenté par Bernard de La Villardière
23.20 Esprits criminels, série 01.00 Esprits criminels 00.10 Esprits criminels	23.00 Samba ★, film 01.00 Le pitch cinéma 01.05 Histoires courtes	22.35 Les enquêtes de Vera, série 00.05 Météo	23.05 Canal Rugby Club le débrief, mag.	21.45 La petite histoire des bouchons lyonnais, doc.	23.10 Enquête exclusive, mag. 00.20 Enquête exclusive
<b>arte</b>	<b>G8</b>	<b>W9</b>	<b>TMC</b>	<b>TFX</b>	<b>NRJ</b>
<b>20.55 RIO LOBO</b> Film de Howard Hawks	<b>21.05 LES MORFALOUS ★</b>	<b>21.05 SCORPION</b> Série	<b>21.05 COLD CASE : AFFAIRES CLASSÉES</b>	<b>21.05 POLISSE ★★</b> Film de Maiwenn	<b>21.05 URGENCES</b> Magazine
22.45 John Wayne, doc. 23.40 Hilary Hahn, doc.	23.00 Langue de bois s'abstenir, mag.	21.45 Scorpion, série 22.35 Scorpion, série 23.30 Scorpion, série	22.45 Cold Case : Affaires classées, série	23.25 Chroniques criminelles, mag.	22.50 Urgences, mag. Urgences, mag. 02.20 Programmes de nuit
<b>LCP</b> ACCÈS NATIONAL <b>PUBLIC SENAT</b>	<b>france.4</b>	<b>G STAR</b>	<b>gulli</b>	<b>LCI</b>	<b>TFI</b> ACCÈS NATIONAL
<b>21.00 REMBOB'INA</b> Magazine	<b>21.05 LUMNI HISTOIRE</b>	<b>21.05 CHICAGO FIRE</b>	<b>21.05 LE CHÂTEAU DE MA MÈRE ★</b>	<b>20.00 ON NE S'EST PAS TOUT DIT</b>	<b>21.00 O'BROTHER ★★</b> Film de Joel Coen
23.00 Ces idées qui gouvernent le monde, mag.	21.55 Lumni histoire, doc. 22.50 Lumni histoire, doc. 23.45 Lumni histoire, doc.	22.25 Chicago Fire, série 23.40 Désirs charnels, téléfilm	22.50 La gloire de mon père ★★, film 00.30 Ogy et les cafards	22.00 LCI dimanche soir	23.00 Burn After reading ★★, film
<b>G NEWS</b>	<b>L'EQUIPE</b>	<b>6ter</b>	<b>RMC SPORT</b>	<b>RMC</b> DÉCOUVERTE	<b>Chérie 25</b>
<b>20.30 SOIR INFO WEEK-END</b>	<b>21.00 LA GRANDE SOIRÉE</b> Lyon / St-Etienne	<b>21.05 GHOST RIDER ★</b>	<b>21.05 FAITES ENTRER L'ACCUSÉ</b>	<b>21.05 VINTAGE MECANIC</b>	<b>21.05 UNE FEMME D'HONNEUR</b>
22.30 En quête d'esprit, mag. 00.00 Édition de la nuit	22.55 L'Équipe du Soir, mag. 00.00 L'Équipe du Soir	23.05 Xxx : Reactivated ★, film	22.30 Faites entrer l'accusé, doc.	22.10 Vintage Mecanic, doc. 23.15 Vintage Mecanic	23.05 Crimes, mag. 00.50 Programmes de nuit

<b>TFI</b>	<b>france.2</b>	<b>france.3</b>	<b>CANAL+</b>	<b>france.5</b>	<b>6</b>
 <b>21.05 AU-DESSUS DES NUAGES</b> Téléfilm de Jérôme Cornuau	 <b>21.05 DE GAULLE, L'ÉCLAT ET LE SECRET</b> 2 épisodes - Série	 <b>21.05 UNE FAMILLE À LOUER ★</b> Film de Jean-Pierre Améris	 <b>21.00 POSSESSIONS</b> Épisode 3 Série de Thomas Vincent	 <b>20.50 LA REINE MARGOT ★</b> Film de Patrice Chéreau Avec Isabelle Adjani	 <b>21.05 L'AMOUR EST DANS LE PRÉ</b> Soirée 9 (1/2)
23.00 New York, unité spéciale, série	22.50 De Gaulle, l'éclat et le secret, série 23.45 6 à la maison	22.35 Météo 22.45 La France en vrai, doc.	21.55 Possessions, série 22.40 21 cm, mag. 23.40 Gloria Mundi ★★	23.25 La p'tite librairie C dans l'air, mag. 23.30 C dans l'air, mag. 00.35 Le cinéma de minuit	22.00 L'amour est dans le pré 23.05 L'Amour vu du pré
<b>arte</b>	<b>G8</b>	<b>W9</b>	<b>TMC</b>	<b>TFX</b>	<b>NRJ</b>
<b>20.55 TRANSIT ★★</b> Film de Christian Petzold	<b>21.15 RAMBO ★</b> Film de Ted Kotcheff	<b>21.05 MISSION IMPOSSIBLE 3 ★</b>	<b>21.15 STAR WARS EP. 2 : L'ATTAQUE DES CLONES ★</b>	<b>21.05 APPELS D'URGENCE</b>	<b>21.05 CRIMES</b> Terreur dans le Haut-Rhin
22.35 Le poirier sauvage ★★, film 01.35 Intérieur, doc.	23.00 The Predator ★, film 00.50 Programmes de nuit	23.20 La chute de la Maison Blanche ★, film	23.45 Star Wars ép. 1 : la menace fantôme ★	22.05 Appels d'urgence, mag. 23.10 Appels d'urgence	22.50 Crimes, mag. 00.35 Crimes et faits divers, mag.
<b>LCP</b> ACCÈS NATIONAL <b>PUBLIC SENAT</b>	<b>france.4</b>	<b>G STAR</b>	<b>gulli</b>	<b>LCI</b>	<b>TFI</b> ACCÈS NATIONAL
<b>20.30 DÉBATDOC</b> Magazine	<b>21.05 ON VOUS RACONTE...</b>	<b>21.00 MARIAGE MIXTE ★</b>	<b>21.05 LE PAYS DE NOËL</b>	<b>20.00 LE 20H DE DARIUS ROCHEBIN</b>	<b>21.00 GOOD DOCTOR</b>
21.30 Débatdoc, mag. 22.00 Allons plus loin, mag.	22.35 Vrai ou fake 23.05 Marion 13 ans pour toujours, téléfilm	23.05 Five ★, film 00.55 Programmes de nuit	22.35 Le bal de Noël, téléfilm 00.00 Zig et Sharko	21.15 Le grand soir 22.00 Le grand soir	21.45 Good Doctor, série 22.40 Dr House, série 23.35 Dr House, série
<b>G NEWS</b>	<b>L'EQUIPE</b>	<b>6ter</b>	<b>RMC SPORT</b>	<b>RMC</b> DÉCOUVERTE	<b>Chérie 25</b>
<b>21.00 L'INFO DU VRAI</b>	<b>21.00 BASKET-BALL : JEEP® ELITE</b>	<b>21.05 KAAMELOTT</b> Série	<b>21.05 LA SCIENCE DES FORCES DE LA NATURE</b>	<b>21.05 CONSTRUCTIONS HORS LIMITES</b>	<b>21.05 FOREVER</b> Série
21.50 L'info du vrai : l'événement, mag. 22.35 Soir info	22.55 L'Équipe du Soir, mag. 00.00 L'Équipe du Soir	22.40 Kaamelott, série Avec Alexandre Astier, Franck Pithot	22.10 Hors de contrôle, doc.	22.10 Constructions hors limites, doc.	22.00 Forever, série 22.55 Forever, série 23.50 Forever, série



CRÉEZ AVEC NOUS LA MAISON DE  
TOUTES VOS ENVIES...



### NARBONNE

Sur terrain de 180m<sup>2</sup>, faites construire votre maison de 63m<sup>2</sup>, grande pièce à vivre traversante, 2 chambres....

**151 000€\***



### NARBONNE

Sur terrain de 240m<sup>2</sup>, faites construire le modèle Rosée 85 avec 3 chambres.

**189 000€\***



### NARBONNE

Nouveau terrain proche centre ville de 670m<sup>2</sup>, 4 faces possible.

**Nous consulter**

Photos non contractuelles.

\*Hors frais de notaire.

**AGENCE NARBONNE**  
6 avenue Pierre Sémard  
11100 NARBONNE

**04 68 65 20 30**  
[www.oc-residences.fr](http://www.oc-residences.fr)

**Constructeur de maisons  
depuis 1983**



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

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

<b>TFI</b>	<b>france.2</b>	<b>france.3</b>	<b>CANAL+</b>	<b>france.5</b>	<b>6</b>
 <b>MANIFEST</b> Attachez vos ceintures Série de Joe Chappelle	 <b>DE GAULLE : HISTOIRE D'UN GÉANT</b> Documentaire	 <b>LE VOYAGEUR</b> Le voleur de nuits Série	 <b>DE GAULLE ★</b> Film de Gabriel Le Bomin Avec Lambert Wilson	 <b>QUAND L'HÔPITAL RETIEN SON SOUFFLE</b>	 <b>LA FRANCE A UN INCROYABLE TALENT</b>
21.05	21.05	21.05	21.00	20.50	21.05
21.55 Manifest, série 22.50 Manifest, série 23.35 Blindspot, série	23.00 6 à la maison 00.10 Ça commence aujourd'hui, mag.	22.35 Le voyageur, série 00.05 Météo 00.10 Le pitch cinéma	22.50 Profession..., mag. 23.45 Donne-moi des ailes ★, film	22.10 Le monde en face le débat 22.55 C dans l'air, mag.	23.05 La France a un incroyable talent, ça continue, jeu
<b>arte</b>	<b>G8</b>	<b>W9</b>	<b>TMC</b>	<b>TFX</b>	<b>NRJ</b>
<b>20.50 NOUS, OTAGES DES SS</b> 22.40 Les caches secrètes de Buchenwald, doc.	<b>21.15 X-MEN ORIGINS : WOLVERINE ★</b> 23.30 Kingsman : le cercle d'or ★, film	<b>21.05 INCENDIE DE NOTRE-DAME DE PARIS : QUE S'EST-IL VRAIMENT PASSÉ ?</b> 23.10 Minute par Minute	<b>21.15 90' ENQUÊTES</b> 22.40 90' Enquêtes, mag. 00.15 90' Enquêtes, mag. 01.20 Programmes de nuit	<b>21.05 L'ÉTUDIANTE ★</b> Film de Claude Pinoteau 23.00 La boum 2 ★, film 01.05 Programmes de nuit	<b>21.05 STAR TREK ★★</b> Film de J.J. Abrams 23.20 Cowboys et envahisseurs ★, film
<b>LCP</b> <b>PUBLIC SENAT</b>	<b>france.4</b>	<b>G STAR</b>	<b>Gulli</b>	<b>LCI</b>	<b>TF1</b>
<b>20.30 CHE GUEVARA, NAISSANCE D'UN MYTHE</b> 21.30 Débatdoc, mag. 22.00 Allons plus loin	<b>21.05 LES MINIONS ★</b> Film 22.35 Les malheurs de Sophie ★, film	<b>21.00 LE GRAND BÉTISIER TV</b> 22.55 Le grand bêtisier de Noël 2019 00.55 Programmes de nuit	<b>21.05 ASTÉRIX ET CLEOPATRE ★</b> 22.30 Les aventures de Tintin 00.25 Ogyy et les cafards	<b>20.00 LE 20H DE DARIUS ROCHEBIN</b> 21.15 Le grand soir 22.00 Le grand soir	<b>21.00 PIXELS ★</b> Film de Chris Columbus 23.00 Gremlins 2, la nouvelle génération ★, film
<b>G NEWS</b>	<b>L'EQUIPE</b>	<b>6ter</b>	<b>RMC SPORT</b>	<b>RMC</b> <b>DECOUVERTE</b>	<b>Chérie 25</b>
<b>21.00 L'INFO DU VRAI</b> 21.50 L'info du vrai : l'événement, mag. 22.35 Soir info	<b>21.00 FOOTBALL : UKRAINE / ALLEMAGNE</b> 22.50 L'Équipe du Soir, mag.	<b>21.05 LE MONDE DE NARNIA 2 : LE PRINCE CASPIAN ★</b> 23.30 Le monde de Narnia : chap. 1 - le lion...	<b>21.05 LES GRANDS CRIMES DE L'HISTOIRE</b> 22.25 La minute de vérité, doc.	<b>21.05 OCCAZ MILITAIRES</b> 22.00 Occaz militaires, doc. 22.55 Occaz militaires	<b>21.05 SNAPPED : TUER POUR ELLE</b> 22.05 Snapped : tuer pour elle, mag.

<b>TFI</b>	<b>france.2</b>	<b>france.3</b>	<b>CANAL+</b>	<b>france.5</b>	<b>6</b>
 <b>GREY'S ANATOMY</b> Pro bono Série de Kevin McKidd	 <b>AVIS DE MISTRAL ★</b> Film de Rose Bosch Avec Anna Galiena	 <b>DES RACINES &amp; DES AILES</b> Magazine	 <b>MISS RÉVOLUTION</b> Film de Philippa Lowthorpe Avec Keira Knightley	 <b>LA GRANDE LIBRAIRIE</b> Magazine	 <b>FOOTBALL : FRANCE / FINLANDE</b> Match amical
21.05	21.05	21.05	21.00	20.50	21.00
21.55 Grey's Anatomy, série 22.50 Grey's Anatomy : Station 19, série	22.50 6 à la maison 23.55 Dadju & Co, spectacle	23.15 Après la Guerre, l'impossible oublié, doc.	22.50 Queens ★, film 00.35 Possessions, série 01.25 Possessions, série	22.25 La p'tite librairie 22.30 C dans l'air, mag. 23.35 Passage des arts	23.05 Antoine Griezmann : Itinéraire d'un champion déraciné
<b>arte</b>	<b>G8</b>	<b>W9</b>	<b>TMC</b>	<b>TFX</b>	<b>NRJ</b>
<b>20.55 LA PRIÈRE ★★</b> Film de Cédric Kahn 22.40 George Orwell, Aldous Huxley, doc.	<b>21.15 ENQUÊTE SOUS HAUTE TENSION</b> 22.45 Enquête sous haute tension, mag.	<b>21.05 ENQUÊTES CRIMINELLES</b> 23.10 Enquêtes criminelles, mag.	<b>21.15 LA 7<sup>e</sup> COMPAGNIE AU CLAIR DE LUNE ★</b> 22.50 On a retrouvé la 7 <sup>e</sup> compagnie ★, film	<b>21.05 COMMENT TUER SON BOSS 2 ★</b> 23.05 Game Night ★, film 01.05 Programmes de nuit	<b>21.05 BLACKLIST</b> Série 21.55 Blacklist, série 22.50 Blacklist, série 23.40 Blacklist, série
<b>LCP</b> <b>PUBLIC SENAT</b>	<b>france.4</b>	<b>G STAR</b>	<b>Gulli</b>	<b>LCI</b>	<b>TF1</b>
<b>20.30 DÉBATDOC</b> Magazine 21.30 Débatdoc, mag. 22.00 De Gaulle, derniers secrets, doc.	<b>21.05 LE COSMOS DANS TOUS SES ÉTATS</b> 22.40 Le monde de Jamy, doc.	<b>21.00 SPEED ★</b> Film de Jan De Bont 23.10 La grande muraille ★, film	<b>21.05 EN FAMILLE</b> Série 23.40 G ciné 23.45 Ogyy et les cafards 23.50 Ogyy et les cafards	<b>20.00 LE 20H DE DARIUS ROCHEBIN</b> 21.15 Le grand soir 22.00 Le grand soir	<b>21.00 NEW YORK, SECTION CRIMINELLE</b> 22.40 New York, section criminelle, série
<b>G NEWS</b>	<b>L'EQUIPE</b>	<b>6ter</b>	<b>RMC SPORT</b>	<b>RMC</b> <b>DECOUVERTE</b>	<b>Chérie 25</b>
<b>21.00 L'INFO DU VRAI</b> 21.50 L'info du vrai : l'événement, mag. 22.35 Soir info	<b>20.50 FOOTBALL : PORTUGAL / ANDORRE</b> 23.00 L'Équipe du Soir, mag.	<b>21.05 MON IDOLE ★★</b> Film de Guillaume Canet 23.10 Les rois de la réno, mag. 23.35 Les rois de la réno	<b>21.05 LA MINUTE DE VÉRITÉ</b> 22.10 Le zoo du Bronx, doc. 23.05 Le zoo du Bronx	<b>21.05 PARIS : L'INCROYABLE HÉRITAGE DE L'EXPO 1900</b> 22.10 Les ponts de Paris : un patrimoine révélé, doc.	<b>21.05 HARCELÉE</b> Téléfilm de Virginie Wagon 23.00 On l'appelait Ruby, téléfilm 00.50 Programmes de nuit

Terrasse ouverte



le bar de l'huître

Le plaisir tout de s'huître

**Large choix de fruits de mer  
toutes provenances.**

Plateaux et planches

**Dégustation sur place,  
à emporter ou en livraison.**

Restaurant, tapas

**1 Domaine de La Coupe, Route de Perpignan, 11100 Narbonne**

Réservation : **04 68 41 17 97**

**www.lebardelhuître.fr**



BAR - PUB - RESTAURANT

**500 m<sup>2</sup>**

Pour vous  
accueillir

SPÉCIALITÉS MONTAGNARDES

Produits frais  
et variés

Dont une raclette  
à VOLONTÉ  
Les mercredis et jeudis soir  
de 19h à 21h

Raclettes - fondues - Pierrades et bien plus

**DOMAINE DE LA COUPE**

à côté de Géant Casino

11100 Narbonne

**04 68 41 30 89**



El Xalet Suisse





**URBAN  
PRATIQUE**

# Avoir ou remboursement, c'est au choix pour un vol annulé

Des milliers de passagers ont vu leur vol annulé en raison de l'épidémie du Covid-19. Or, si la réglementation européenne est très claire en matière d'indemnisation, les compagnies aériennes ne jouent pas toujours le jeu. Décryptage.

## **LA THÉORIE**

« Les vols sont couverts par la réglementation européenne CE 261 datant de 2004, qui constitue la norme d'or en matière de protection des passagers aériens », nous explique l'Association des défenseurs des droits des passagers (Apra). Lorsqu'une compagnie aérienne annule votre trajet pour une raison extérieure, elle doit ainsi vous permettre de choisir « entre le remboursement du prix du billet (parce qu'elle n'a pas fourni le service payé), ou un nouveau vol à une date ultérieure. Ce n'est pas une courtoisie, c'est une loi. »

## **DÉFENDEZ VOS INTÉRÊTS**

« En tout état de cause, ne tentez pas d'annuler votre vol vous-même, vous en seriez de votre

poche. Attendez que la compagnie s'en charge, puis contactez-la par écrit, en utilisant le formulaire disponible sur son site, pour faire valoir vos droits », nous précise Me Mairesse, avocat partenaire de la plateforme Flightright.fr. Vous avez d'office reçu un bon d'achat ? « Si ses conditions d'utilisation ne sont pas satisfaisantes, vous devez signifier votre refus au transporteur et invoquer votre droit au remboursement en vertu de la réglementation européenne », continue le juriste spécialisé dans les litiges aériens. Au vu de la crise économique, l'expert recommande toutefois de faire preuve de « solidarité ». D'autant qu'il n'existe aucun fonds de garantie pour indemniser les passagers en cas de faillite d'une compagnie aérienne... À moins d'avoir un besoin urgent de cet argent, vous pouvez donc plutôt négocier de meilleures conditions pour votre bon d'achat.

Dans tous les cas, gardez bien les courriers comme preuves et soyez patient. Il faudra sans doute plusieurs semaines pour obtenir une véritable réponse. À défaut, il faudra hausser le ton par recommandé, puis faire appel à une association, votre assurance juridique ou un avocat pour défendre vos droits.

# PENSEZ HYBRIDE VIVEZ SUZUKI

Nouvelle  
**IGNIS**  
(HYBRID)

Nouvelle  
**SWIFT**  
(HYBRID)



Gamme citadine hybride  
à partir de

**10 990 €** <sup>(1)</sup>

**PRIME À LA  
CONVERSION  
DÉDUITE**

**ALLGRIP**  
AUTO

\*Un style de vie !

Consommations mixtes gamme Nouvelle Suzuki Ignis (NEDC corrigé - WLTP) : 3,8 - 5,1 à 4,3 - 5,6 l/100 km. Émissions CO<sub>2</sub> cycle mixte (NEDC corrigé - WLTP) : 89 - 114 à 97 - 126 g/km. Consommations mixtes gamme Nouvelle Suzuki Swift (NEDC corrigé - WLTP) : 3,7 - 4,9 à 4,8 - 5,5 l/100 km. Émissions CO<sub>2</sub> cycle mixte (NEDC corrigé - WLTP) : 88 - 111 à 95 - 125 g/km.

[1] Prix TTC de la nouvelle Suzuki Ignis 1.2 Dualjet Hybrid Advantage, hors peinture métallisée, après déduction d'une remise de 2 000 € offerte par votre concessionnaire et d'une prime à la conversion de 1 500 €\*\*. Cette réserve aux particuliers valable pour tout achat d'une Suzuki Ignis neuve de 01670220 au 30/09/2020, en France métropolitaine dans la limite des stocks disponibles, chez les concessionnaires participants. Modèle présenté : Nouvelle Suzuki Ignis 1.2 Dualjet Hybrid Pack : 13 960 €, remise de 1 800 € déduite et d'une prime à la conversion de 1 500 €\*\* + peinture métallisée : 500 € et Modèle présenté : Nouvelle Suzuki Swift 1.2 Dualjet Hybrid Pack : 14 500 €, remise de 1 800 € déduite et d'une prime à la conversion de 1 500 €\*\* + peinture métallisée : 530 €. Taxes TTC clés en main au 01670220. \*\*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](http://service-public.fr).

Garantie 3 ans ou 100 000 km au 1<sup>er</sup> terme échu. [www.suzuki.fr](http://www.suzuki.fr)



Way of Life!

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

<b>TFI</b>	<b>france.2</b>	<b>france.3</b>	<b>CANAL+</b>	<b>france.5</b>	<b>6</b>
<b>BALTHAZAR</b> Paradis perdu Série	<b>ENVOYÉ SPÉCIAL</b> 3 reportages Magazine	<b>THE REVENANT ★★</b> Film de Alejandro Gonzalez Inarritu	<b>LA GAULE D'ANTOINE</b> Normandie	<b>L'HISTOIRE DE L'EMPIRE INCA</b> Documentaire	<b>9-1-1 : LONE STAR</b> Le pouvoir de l'orgueil Série
22.00 Balthazar, série 23.00 Balthazar, série 00.05 Balthazar, série	23.05 Complément d'enquête, mag. 6 à la maison	23.40 Météo 23.45 La ligne bleue Outremer, doc.	22.20 À couteaux tirés ★★, film 00.30 U-235 ★, film	22.20 La p'tite librairie C dans l'air, mag. 22.25 C dans l'air, mag. 23.35 Passage des arts	21.55 9-1-1 : Lone Star, série 22.50 9-1-1 : Lone Star, série 23.40 9-1-1 : Lone Star, série
<b>arte</b>	<b>G8</b>	<b>W9</b>	<b>TMC</b>	<b>TFX</b>	<b>NRJ</b>
<b>20.55 GÉOMÉTRIE DE LA MORT</b>	<b>21.15 LA GRANDE RASSRAH EN LIVE !</b>	<b>21.05 L'ARNACŒUR ★</b> Film de Pascal Chaumeil	<b>21.15 13 NOVEMBRE : FLUCTUAT NEC MERGITUR</b>	<b>20.50 FOOTBALL : MATCHS AMICAUX</b>	<b>21.05 HÉRITAGES</b> Magazine
22.45 Géométrie de la mort, série 23.40 Khibula, film	22.30 Balance ton post ! 23.30 Balance ton post ! l'after	23.05 Relooking extrême : spécial obésité	22.05 13 novembre : Fluctuat Nec Mergitur	22.50 Appels d'urgence, mag. 23.50 Appels d'urgence	22.45 Héritages, mag. 00.35 Héritages, mag. 02.15 Programmes de nuit
<b>LCP</b>	<b>france.4</b>	<b>G STAR</b>	<b>Gulli</b>	<b>LCI</b>	<b>TFI</b>
<b>20.30 LOGEMENT, À QUI PROFITE LA CRISE ?</b>	<b>21.05 LUMNI NATURE</b>	<b>21.00 AU CŒUR DE L'ENQUÊTE</b>	<b>21.05 E=M6 FAMILY</b> La science des odeurs !	<b>20.00 LE 20H DE DARIUS ROCHÉBIN</b>	<b>21.00 BAD BOYS 2 ★</b> Film de Michael Bay
21.30 Débatdoc, mag. 22.00 Hashtag l'émission	22.00 Lumni nature, doc. 22.50 Lumni nature, doc. 23.45 Lumni nature, doc.	00.05 Au cœur de l'enquête, mag.	22.00 E=m6 family, mag. 23.00 E=m6 family, mag. 00.00 Zig et Sharko	21.15 Le grand soir 22.00 Le grand soir	23.40 Bad Boys ★, film 01.55 Programmes de nuit
<b>G NEWS</b>	<b>L'EQUIPE</b>	<b>6ter</b>	<b>RMC</b>	<b>RMC</b>	<b>Chérie 25</b>
<b>21.00 L'INFO DU VRAI</b>	<b>20.45 FOOTBALL : QUALIFIERS</b>	<b>21.05 FAMILLES EXTRAORDINAIRES</b>	<b>21.05 2015 : UNE ANNÉE QUI A FAIT TREMBLER LA FRANCE</b>	<b>21.05 WHEELER DEALERS FRANCE</b>	<b>21.05 BRAVEHEART ★★</b>
21.50 L'info du vrai : l'événement, mag. 22.35 Soir info	22.45 L'Équipe du Soir, mag. 00.00 L'Équipe du Soir	23.05 Familles extraordinaires, mag.	21.05 De Gaulle ★, film 22.10 J'ai infiltré Daesh en France, doc.	23.25 Vintage mecanic : spécial véhicules XXL, doc.	00.05 The good wife, série 01.05 The good wife, série 02.05 Programmes de nuit

<b>TFI</b>	<b>france.2</b>	<b>france.3</b>	<b>CANAL+</b>	<b>france.5</b>	<b>6</b>
<b>KOH-LANTA : LES 4 TERRES</b> Jeu	<b>LES PETITS MEUR- TRES D'AGATHA CHRISTIE</b>	<b>LA BOÎTE À SECRETS</b> Par Faustine Bollaert	<b>MIDWAY</b> Film de Roland Emmerich Avec Luke Evans	<b>LA MAISON FRANCE 5</b> Magazine	<b>NCIS</b> Hypnose fatale Série
23.10 Cuisine impossible, mag. 01.05 Euro Millions, jeu	22.40 Basique Le Concert, spectacle 00.00 Basique Le Concert	23.35 Romuald et Juliette ★, film 01.15 Météo	23.15 De Gaulle ★, film 01.05 La voie de la justice ★, film	22.20 Silence, ça pousse ! 23.15 La p'tite librairie C dans l'air, mag. 23.20 C dans l'air, mag.	21.55 NCIS, série 22.50 NCIS, série 23.35 NCIS, série
<b>arte</b>	<b>G8</b>	<b>W9</b>	<b>TMC</b>	<b>TFX</b>	<b>NRJ</b>
<b>20.55 UNE VALSE DANS LES ALLÉES</b>	<b>21.15 BONNE NUIT BLANCHE</b>	<b>21.05 ENQUÊTE D'ACTION</b>	<b>21.15 RIZZOLI &amp; ISLES : AUTOPSIE D'UN MEURTRE</b>	<b>21.05 FAMILLES NOMBREUSES : LA VIE EN XXL</b>	<b>21.05 PROFILAGE</b> Série
22.55 Face au terrorisme, doc. 23.55 Tracks, mag.	23.00 Il faut que je vous parle, spectacle 00.20 Programmes de nuit	23.00 Enquête d'Action, mag. 00.00 Enquête d'Action	22.00 Rizzoli & Isles : Autopsie d'un meurtre	22.45 Familles nombreuses : la vie en XXL	22.10 Profilage, série 23.15 Profilage, série 00.20 Profilage, série
<b>LCP</b>	<b>france.4</b>	<b>G STAR</b>	<b>Gulli</b>	<b>LCI</b>	<b>TFI</b>
<b>20.30 DÉBATDOC</b> Magazine	<b>21.05 LA CARTE AUX TRÉSORS</b>	<b>21.10 STORAGE WARS</b>	<b>21.05 LES AVEN- TURES DE TINTIN</b>	<b>20.00 BRUNET ET LES AGITATEURS</b>	<b>21.00 MON MEILLEUR AMI ★</b>
21.30 Débatdoc, mag. 22.00 Meilleurs alliés, spectacle	23.15 Fort Boyard, jeu 01.25 Les enfants de la télé	22.55 Storage Wars 02.15 Programmes de nuit	22.25 Les aventures de Tintin 00.00 Zig et Sharko	21.00 24h 22.00 LCI vendredi soir	22.50 L'opération Corned Beef ★, film 00.50 Profilage, série
<b>G NEWS</b>	<b>L'EQUIPE</b>	<b>6ter</b>	<b>RMC</b>	<b>RMC</b>	<b>Chérie 25</b>
<b>21.00 ÇA SE DISPUTE</b>	<b>21.00 FOOTBALL : MATCH AMICAL</b>	<b>21.05 LES SIMPSON</b> Jeunesse	<b>21.05 PRIS AU PIÈGE</b>	<b>21.10 LE GRAND MUSEE ÉGYPTIEN : CHANTIER PHARAONIQUE</b>	<b>21.05 8 FEMMES ★★</b> Film de François Ozon
22.00 L'info du vrai, le docunews 23.00 Soir info	23.00 L'Équipe du Soir, mag. 00.00 L'Équipe du Soir	21.30 Les Simpson 21.55 Les Simpson 22.20 Les Simpson	22.10 9 janvier 2015 : au cœur de l'assaut, doc.	22.10 Et si c'était à relaire	23.10 En équilibre ★, film 00.50 Programmes de nuit

# Les meilleurs moments de la télé

Du 14 au 20 novembre 2020



**LUTHER** ★★

En tournage **TF1**



## Luther version française

Après *Criminal Justice*, *Doctor Foster* ou *This Is Us*, c'est au tour de *Luther*, la série policière britannique, d'avoir droit à son adaptation française. Pour cette nouvelle version prévue sur TF1, Christopher Bayemi se chargera d'interpréter l'enquêteur, rôle tenu à l'origine par Idris Elba. Il sera accompagné par Chloé Jouannet, Nadia Farès, Barbara Cabrita ainsi que Sagamore Stévenin. Théo Luther travaille à la Brigade criminelle de Paris. Sous surveillance après une dépression, il doit faire ses preuves pour être complètement réhabilité. Pour sa première enquête, il traque une jeune femme soupçonnée du meurtre de ses parents.

Dimanche 15 nov. **NETFLIX**



## The Crown, saison 4

Série ★★★

De Peter Morgan et Stephen Daldry, avec Olivia Colman.

*The Crown*, la série qui relate la vie de la reine Elizabeth II et de son entourage, revient sur Netflix. La 4<sup>e</sup> saison se déroule à la fin des années 70. Alors qu'Elizabeth cherche à trouver une épouse pour son fils Charles, le pays connaît quelques tumultes politiques. En effet, la tension monte entre la monarque et Margaret Thatcher, première femme Premier ministre du Royaume-Uni. Celle-ci est interprétée par Gillian Anderson. Ces nouveaux épisodes sont aussi l'occasion de découvrir Lady Diana sous les traits d'Emma Corrin.

Mardi 17 nov. **OCS City**  
à 21h40



## Industry

Série ★★

De Konrad Kay et Mickey Down, avec Marisa Abela.

*Industry* se déroule dans une grande banque d'investissement, où évoluent des jeunes fraîchement diplômés. Tous plus ambitieux les uns que les autres, ils rêvent d'occuper des postes permanents dans cette institution. Mais pour se faire une place dans ce domaine impitoyable, tous les coups sont permis. Très vite, les relations entre collègues dépassent les frontières du travail, les clans se forment, les dérives et les addictions s'accroissent. Guerres d'ego, sexe, drogue, trahisons et magouilles sont au menu de cette série en huit épisodes.

Mardi 17 nov. **WB**  
à 20h55



## Nurses

Série ★★

Avec Tiera Skovbye et Natasha Calis.

Chaque mardi soir, Warner TV poursuit la diffusion de la première saison de *Nurses*. Cette série médicale canadienne suit le quotidien professionnel et privé du personnel soignant de l'hôpital St. Mary, un établissement très fréquenté du centre-ville de Toronto. On y fait la connaissance de cinq infirmiers récemment embauchés qui ont choisi de consacrer leur existence à aider les autres. Mais conjuguer un travail complexe et difficile et l'envie de profiter pleinement de la vie n'est pas tous les jours facile !

**CHEVROTINE** ★★

En tournage **arte**



## Élodie Bouchez s'invite sur Arte

Deux ans après leur collaboration sur la minisérie *Aurore*, Laetitia Masson, Élodie Bouchez et Aurore Clément se retrouvent sur le tournage d'une nouvelle fiction pour Arte, intitulée *Chevrotine*. Adapté du roman d'Éric Fottorino, ce téléfilm, prévu pour 2021 à l'antenne, suivra la passion entre Pierre, un homme hanté par le souvenir de sa défunte femme, et Laura, une beauté volcanique et solaire. Ensemble, le couple a une petite fille prénommée Automne. Mais cet amour inespéré survivra-t-il aux démons du passé ? L'Iranien Rafi Pitts est aussi au casting.

# LES JEUX

...à vos stylos!



## MOTS FLÉCHÉS

INSO- LENTE INDECESE	ADVICE DUIE DE MEMOR- SER	SAVANTS FOGSES- SIF	SURTER CAPTALE TIBE- TAINE	PLEUVE DYRLANDE
FADOOT AIEUF A BOSSA		ARRIDE ALBI		
DEVEED DE BON SENS SCHOIST		AIRE DE VENT FILTRE	COURS	PRINCE TROYEN
FUBAN ADHESIF	APPARI ARA- NITES	PRIERE HECTARE	VINSE SUAET CARRI- MENT	
PETIT TOUR POURCE- TAGE	ARRISTA- TION MASSIVE	VOIE URBAINE PRES DE DION		
DOYERE HOMME DE JUSTICE	REPURT BOULIER	DRIT DE RENPLE- MENT ARTICLE		ACCOM- PLIS
CUMME POUR SON TROI DIVORCE		TRAN- QUILLE ET SILEN- CEUX		



## SOLUTIONS

UNIVERSAL JEUX 04 91 27 01 16

S	N	O	I	N	U	S	E	D
I	O	C	U	S	E	C	S	E
F	I	N	S	U	G	E	J	U
E	T	V	I	N	A	T	N	E
E	R	A	V	A	R	O	U	D
A	L	E	T	R	A	V	A	L
N	O	C	H	O	T	C	O	S
E	V	E	N	E	E	E	E	E
O	P	T	A	S	E	S	O	P
E	S	E	T	T	E	S	E	S
N	R	A	B	U	T	A	R	N
E	R	A	C	A	V	A	C	E
I	R	R	E	S	O	L	E	I
S	D	I	D	I	D	I	D	S

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

MOYEN

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

DIFFICILE

## SUDOKU

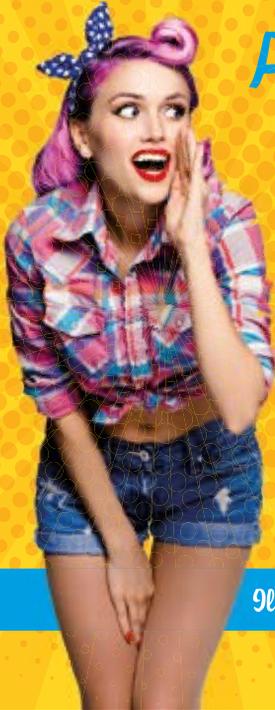
DIFFICILE

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

MOYEN

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

# Salon Narbonne Vintage



Au chapiteau du Stade

les 21 et 22 novembre 2020

de 10h à 19h

Disques, mobilier, vêtements,  
barbier, tatoueurs, pin-up,  
voitures anciennes, motos...



Buvettes, animations, entrée 2€

Il est encore temps de se faire dépister



Octobre rose c'est toute l'année

Association Les poupées : 06 19 26 25 07

Communiquez dans

# URBAN TV & SORTIES



14 jours de programmes TV achetés

=

14 jours de présence publicitaire



## SERVICE PUBLICITE

# 06 02 11 26 36



Efficace  
Agréable  
Proche  
Durable



Le média qu'il vous faut...

# URBAN TV & SORTIES



# CUISINES RÉFÉRENCES

## CRÉATEURS CUISINISTES

**GRAND JEU<sup>(1)</sup>**

du 22 août au 30 novembre 2020

Un 100<sup>e</sup> magasin  
à fêter...

**100 cuisines  
à gagner.**

**DU 31 OCTOBRE AU 30 NOVEMBRE 2020**

Jusqu'à **2500€**  
offerts sur vos meubles\*

\* Pour tout achat d'une cuisine d'une valeur (hors électroménager, hors accessoires, hors livraison et hors pose) comprise entre 3000 et 5000 €, remise de 500 € ; entre 5001 et 7000 €, remise de 1000 € ; entre 7001 et 10000 €, remise de 1500 € ; entre 10001 et 13000 €, remise de 2000 € ; supérieur à 13001 €, remise de 2500 €. Offre valable du 31 octobre au 30 novembre 2020, dans les magasins participants, non valable sur les commandes en cours et non cumulable avec d'autres offres promotionnelles en cours. Photo non contractuelle, simplement illustrative de la gamme Cuisines Références.

(1) Voir conditions et règlement complet en magasins.

43 AVENUE DU CHAMP DE MARS • NARBONNE  
(À CÔTÉ DE L'ORANGE BLEUE)

[WWW.CUISINES-REFERENCES.FR](http://WWW.CUISINES-REFERENCES.FR)

**04 68 70 56 32**

# REPRISES

# Salons

JUSQU'À

# 1500€

*Laissez parler votre créativité  
Donnez du caractère à votre intérieur*

- ▶ Canapés fixes ou électriques
- ▶ Revêtements tissu ou cuir
- ▶ Salons modulables
- ▶ Tables basses et d'appoint



**meubl**co  
L'essentiel autrement tendance

\*REPRISE DE VOTRE ANCIEN CANAPÉ OU FAUTEUIL. VALABLE JUSQU'AU 31 DÉCEMBRE 2020.

# HARMONIE

Meubles • Salons • Literie • Déco • Luminaires

ZI des Cornières - **11200 LEZIGNAN-CORBIÈRES**

04 68 27 13 38 - mail : [harmoniemeubles@gmail.com](mailto:harmoniemeubles@gmail.com)

**[www.meubles-harmonie.fr](http://www.meubles-harmonie.fr)**

Ouvert du Lundi au Samedi de 9h à 12h et de 14h30 à 19h

SARL HARMONIE AU CAPITAL DE 15000€ - RCS Narbonne B 441 146 479

**CANAPÉ • FAUTEUIL • ANGLE • MODULABLE • CONTEMPORAIN • TENDANCE**