

URBAN TV & SORTIES

GRATUIT

Magazine TV et agenda du Narbonnais.



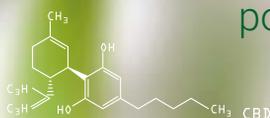
Retrouvez
nos produits
en pages centrales

Green Diamond

Le meilleur du CBD

Votre boutique **SPÉCIALISÉE**

Dans une **ambiance conviviale**
pour **mieux vivre au quotidien !**



✓ **Conseils** ✓ **Accompagnement** ✓ **Disponibilité**



Flours | Huiles | Gélules | E-Liquide | Crumble | Isolat | Infusions | Thés & Cafés | Cosmétiques

Mélanie et Anthony vous accueillent
au **38, avenue Général de Gaulle - 11100 NARBONNE**
du **mardi au samedi de 10h à 19h**

06 23 18 67 99

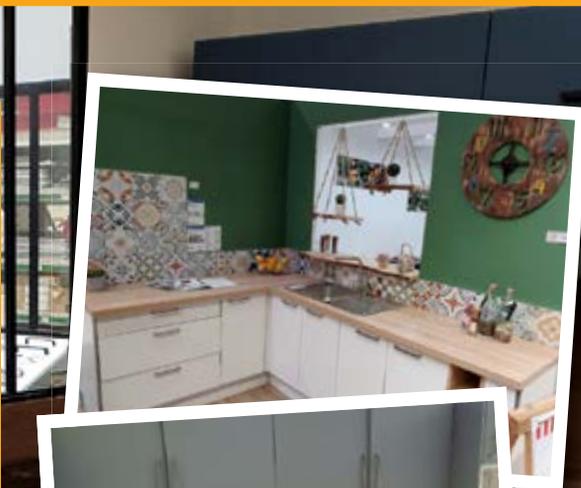
LES CUISINES EN FOLIE



Avec votre carte de fidélité

15%

OFFERTS* en bon d'achat



Sur les caissons et les façades, les éviers, la robinetterie, les plans de travail, les hottes et l'électroménager.

*Bon offert à partir de 100€ d'achats et utilisable du 10 avril au 29 mai 2021 uniquement à Tridôme Bricolage. Hors promotions et commandes en cours, offre non cumulable avec une autre remise. Voir conditions en magasin.

www.tridome.fr
votre commande prête en 2h au magasin



CLICK &
COLLECT

TRIDÔME
BRICO - MAISON - JARDIN

NARBONNE

Bricolage ■ Tél : 04.68.90.36.50

■ OUVERT DU LUNDI AU SAMEDI DE 7H30 À 19H SANS INTERRUPTION.

■ OUVERT LE DIMANCHE DE 8H30 À 12H30

Cour des matériaux ■ OUVERT DU LUNDI AU SAMEDI DE 7H À 18H45 SANS INTERRUPTION.

Jardinerie ■ Tél : 04.68.90.16.00

■ OUVERT DU LUNDI AU SAMEDI DE 9H À 19H

ET **LE DIMANCHE** DE 10H À 12H30 ET DE 14H À 18H

■ Centre commercial Bonne Source.



Tridôme Narbonne

Chères lectrices, chers lecteurs,

Tout autour de nous **la nature s'éveille**. Le soleil est de retour, les températures grimpent. **Le printemps s'installe durablement** dans nos jardins, tout autour de nous. Les arbres voient leur feuillage s'étoffer, les premières fleurs colorent nos paysages. Les oiseaux préparent leurs nids, et nous avons envie d'abandonner nos tenues d'hiver pour retrouver légèreté, couleurs et gaieté. Nous avons envie de retrouver l'insouciance de cette saison.

Malheureusement, la pandémie est toujours présente. Les régions se reconfinent, les hôpitaux se remplissent de nouveau. Nos rêves de liberté s'amenuisent au rythme des actualités qui nous plongent dans la réalité du moment. **Nous rêvons de grande tablée entre amis, de barbecue, de grillades**, de cette **convivialité** qui illustre le savoir vivre à la française.

Les cinémas restent obscurs, les théâtres se souviennent de Molière, les salles de spectacles retentissent des clameurs oubliées. Nous arpentons les rues de nos villages, de nos villes sans qu'aucune terrasse ne pointe à l'horizon. Les restaurants sont

désespérément vides de tous convives et les cafés restent sans voix. Nous vivons actuellement dans le conte de la belle au bois dormant, sauf que COVID-19 oblige nous ne pouvons pas embrasser la princesse endormie pour la réveiller.

Continuons de nous protéger et surtout de protéger les plus fragiles. Portons notre masque, l'avons-nous les mains, respectons les distances de sécurité, évitons de nous rassembler et pour ceux qui le peuvent vaccinons nous, pour retrouver rapidement notre liberté, notre exception française et la convivialité qui la caractérise.

Nous apercevons au loin la ligne d'arrivée, ce dernier effort sera le bon et faute de profiter pleinement du printemps, nous aurons l'été et tous les saisons qui suivent.

En attendant je vous souhaite une bonne lecture de notre magazine Urban TV Narbonne. Qu'il vous apporte ces petits plaisirs si importants.

Prenez soin de vous.

Et si on faisait disparaître le Café de la Poste...



**Pour mieux le faire réapparaître ?
Encore un peu de patience...**

TFI	france.2	france.3	CANAL+	france.5	6
 21.05 THE VOICE <i>La plus belle voix</i> Présenté par Nikos Aliagas 23.40 The Voice, la suite Div. présenté par Nikos Aliagas	 21.05 TARATATA 100 % LIVE Présenté par Nagui 23.30 On est en direct Météo 01.35 Le grand échiquier 01.40	 21.05 MONGEVILLE <i>Les ficelles du métier</i> Série 22.35 Mongeville et Magellan, série 00.15 Météo	 21.00 FOOTBALL : MONTPELLIER / MARSEILLE 22.55 Canal football club le débrief, mag. 23.25 Nomis, téléfilm	 20.50 ÉCHAPPÉES BELLES <i>Republique Dominicaine, couleur Caraïbes</i> 22.20 Échappées belles, mag. 23.55 Le tunnel, film	 21.05 HAWAII 5-0 Série Avec Alex O'Loughlin 21.55 Hawaii 5-0, série 22.45 Hawaii 5-0, série 23.30 Hawaii 5-0, série

arte	G8	W9	TMC	TFX	ngi
20.50 LA VÉRITABLE HISTOIRE DE D'ARTAGNAN 22.25 Fort comme un ours, doc.	21.05 ANIMAUX À ADOPTER 22.30 Animaux à adopter, doc. 00.00 Programmes de nuit	21.05 LA PETITE HISTOIRE DE FRANCE 23.00 La petite histoire de France, série	21.05 COLUMBO Série avec Peter Falk 22.35 90° Enquêtes, mag. 23.55 90° Enquêtes, mag. 01.20 Programmes de nuit	21.05 CHRONIQUES CRIMINELLES 23.00 Chroniques criminelles, mag. 00.50 Programmes de nuit	21.05 YOUNG SHELDON 21.30 Young Sheldon, série 22.00 Young Sheldon, série 22.30 Young Sheldon, série
LCP <small>ASSEMBLÉE NATIONALE</small> PUBLIC SENAT	france.4	G STAR	gulli	LCI	TFI <small>TFI 1</small>
21.00 ENA, POURQUOI TANT DE HAÏNE ? 22.30 Numéro 387 - Disparu en Méditerranée	20.55 RUGBY : CHALLENGE CUP 22.55 Lumni Histoire, doc. 00.25 La maison des maternelles, mag.	21.00 GHOST ADVENTURES 22.30 Ghost adventures : rencontres paranormales, série	21.05 LES CROODS : ORIGINES 22.05 Les Croods : origines 22.55 Les Croods : origines 23.10 Zig et Sharko	20.00 ON NE S'EST PAS TOUT DIT Information présentée par Christophe Moulin 22.00 LCI samedi soir	21.00 JOSÉPHINE, ANGE GARDIEN 22.50 Joséphine, ange gardien, série 00.40 Programmes de nuit
G NEWS	L'EQUIPE	6ter	RMC <small>SPORT</small>	RMC <small>DECOUVERTE</small>	Chérie 25
21.00 LA BELLE HISTOIRE DE FRANCE 22.00 Soir info week-end 00.00 Édition de la nuit	21.05 FUTSAL : GEORGIE / FRANCE 22.55 MMA : UFC Classiques, sport	21.05 RÉNOVATION IMPOSSIBLE 22.35 Rénovation impossible 23.25 Rénovation impossible 00.15 Rénovation impossible	21.05 VACANCES PAS CHERES, LES NOUVEAUX CASSEURS DE PRIX 22.45 Manger du bœuf : comment acheter...	21.05 ICE VIKINGS : PECHEURS DU GRAND NORD 23.00 Seuls face à l'Alaska, doc.	21.05 LES MISÉRABLES 22.20 Les Misérables, série 23.45 The Closer : L.A. enquêtes prioritaires

TFI	france.2	france.3	CANAL+	france.5	6
 21.05 ANT-MAN ★ Film de Peyton Reed Avec Paul Rudd 23.10 Aquaman ★★, film 01.45 Programmes de nuit	 21.05 VOYEZ COMME ON DANSE ★ Film de Michel Blanc 22.35 Embrassez qui vous voudrez ★★, film 00.20 Histoires courtes	 21.05 LES ENFANTS DE WINDERMERE Téléfilm de Michael Samuels 22.35 Eichmann Show : le procès d'un responsable Nazi, téléfilm	 21.00 FOOTBALL : LYON / ANGERS <i>Ligue 1 Uber Eats</i> 22.55 Le débrief, mag. 23.35 74 ^e cérémonie bafta 2021	 20.50 LA FETA : UNE TRANCHE DE GRECE 21.45 L'olive, un ver dans le fruit ?, doc.	 21.05 ZONE INTERDITE Magazine présenté par Ophélie Meunier 23.10 Enquête exclusive, mag. 00.25 Enquête exclusive
arte	G8	W9	TMC	TFX	ngi
20.55 QUAND LES AIGLES ATTAQUENT ★ 23.25 Dr. Jack & Mr. Nicholson ★★, 00.20 L'âme du violon	21.05 TOUCHEZ PAS AU GRISBI ★ 23.00 Jeux interdits ★★, film 00.30 Programmes de nuit	21.05 ESPRITS CRIMINELS : UNITÉ SANS FRONTIÈRES 22.30 Esprits criminels : Unité sans frontières	21.05 COLD CASE : AFFAIRES CLASSEES 22.50 Cold Case : Affaires classées, série	21.05 HIBERNATUS ★ Film de Édouard Molinaro 22.40 Chroniques criminelles, mag. 00.35 Programmes de nuit	21.05 URGENCES Magazine 22.50 Urgences, mag. 00.35 Urgences, mag. 02.20 Programmes de nuit
LCP <small>ASSEMBLÉE NATIONALE</small> PUBLIC SENAT	france.4	G STAR	gulli	LCI	TFI <small>TFI 1</small>
21.00 REMBOB'INA Magazine 23.00 Les grands entretiens de Guy Lagache, mag.	21.05 LA GUERRE DES TRONCS LA VÉRITABLE HISTOIRE DE L'EUROPE 22.50 Lumni Histoire, doc.	21.00 CHICAGO FIRE 21.50 Chicago fire, série 22.45 Chicago Fire, série 23.35 Chicago Fire, série	21.05 E=M6 FAMILY Magazine 22.00 E=M6 Family, mag. 22.55 E=M6 family, mag. 23.45 Zig et Sharko	20.00 ON NE S'EST PAS TOUT DIT Information présentée par Christophe Moulin 22.00 LCI dimanche soir	21.00 GRAVITY ★★ Film de Alfonso Cuaron 22.45 Premier homme sur la Lune : de la conquête au complet
G NEWS	L'EQUIPE	6ter	RMC <small>SPORT</small>	RMC <small>DECOUVERTE</small>	Chérie 25
21.00 EN QUÊTE D'ESPRIT 22.00 Soir info week-end 00.00 Édition de la nuit	21.05 SPORTS DE FORCE : ULTIMATE STRONGMAN 22.55 L'Équipe du Soir, mag.	21.05 TWILIGHT CHAPITRE 1 : FASCINATION ★ 23.15 Divergente 3 : au-delà du mur ★, film	21.05 FAITES ENTRER L'ACCUSÉ 22.50 Faites entrer l'accusé, doc. 00.30 Programmes de nuit	21.05 L'A40, L'AUTOROUTE DES TITANS 22.15 Le pont de Normandie, un chantier hors norme	21.05 UNE FEMME D'HONNEUR 22.50 Une femme d'honneur, série 00.40 Programmes de nuit

NARBONNE-PLAGE

EN BORD DE MER



APPARTEMENTS NEUFS

À PARTIR DE

119 900 €

DEPUIS 1979



SANGALLI
MARATUECH

AMÉNAGEUR & PROMOTEUR

04 68 65 85 85

groupe-sm.com



BluePalm

Outils de com'

L'AGENCE DE COM' DÉDIÉE AUX TPE ET AUX COMMERÇANTS !

Besoin d'un flyer ? De cartes de visites ?
D'une enseigne ? D'un drapeau ?
De t-shirt ? De cadeaux pour vos clients ?
ou d'un site internet ?...

BLUE PALM S'OCCUPE DE TOUT

VOS OUTILS DE COM' AUX MEILLEURS TARIFS !

devis gratuit sur simple appel au :

06 02 11 26 36 - contact@bluepalm.fr

TF1	france.2	france.3	CANAL+	france.5	6
21.05  LE REMPLAÇANT Episode 1 - Saison 1 Série de Nicolas Guicheteau 21.55 Le remplaçant, série 23.05 New York, Unité Spéciale, série	21.05  MEURTRES AU PARADIS Série 22.05 Meurtres au paradis, série 23.05 Infrarouge, doc.	21.05  UN SAC DE BILLES ★ Film de Christian Duguay Avec Dorian Le Clech 22.55 Météo 23.00 La France en vrai, doc.	21.00  HIPPOCRATE 2 2 épisodes Série de Thomas Litt 22.45 Voir le jour, film 00.15 Je ne rêve que de vous ★, film	20.50  LE JUGE ET L'ASSASSIN ★ Film de Bertrand Tavernier 22.55 C ce soir, mag. 00.05 C dans l'air, mag. 01.15 C à vous, mag.	21.05  MARIÉS AU PREMIER REGARD Episode 6 23.05 Et si on se rencontra ? 02.00 Météo
arte 20.55 WONDER BOYS 22.40 Le grand frisson, film 00.15 Delphine et Carole, insomnuses, doc.	G8 21.15 POLICE ACADEMY ★ 23.00 Police Academy 5 : débarquement à Miami Beach, film	W9 21.05 LA GUERRE DES MONDES ★ 23.00 XXX : Reactivated ★, film 01.00 Programmes de nuit	TMC 21.15 SOLO : A STAR WARS STORY ★ 23.40 Rogue One : a Star Wars Story ★★, film	TFX 21.05 APPELS D'URGENCE 22.05 Appels d'urgence, mag. 23.10 Appels d'urgence	M6 21.05 CRIMES Magazine 22.50 Crimes et faits divers : le prime, mag.
LCP PUBLIC SENAT 20.30 DÉBATDOC Documentaire 21.30 Débatdoc, doc. 22.00 Allons plus loin, mag.	france.4 21.05 RIRE CONTRE LE RACISME 23.05 Montreux Comedy Festival 2019 01.05 Vrai ou fake	G STAR 21.00 AU CŒUR DE L'ENQUÊTE 22.30 Au cœur de l'enquête, mag. 02.00 Programmes de nuit	Gulli 21.05 SUPER HERO FAMILY 21.55 Super hero family 22.45 Super hero family 23.35 Super hero family	LCI 20.00 LE 20H DE LCI Information 21.15 Le grand soir 22.00 Le grand soir	TF1 21.00 LES EXPERTS : MANHATTAN 22.40 Les experts : Manhattan, série
G NEWS 21.00 L'INFO DU VRAI 22.00 Soir info 00.00 Édition de la nuit	L'EQUIPE 21.05 FOOTBALL : FRANCE / ARGENTINE 23.10 L'Équipe du Soir, mag. 00.00 L'Équipe du Soir	bter 21.05 KAAMELOTT Série 22.45 Kaamelott, série Avec Alexandre Astier, Franck Pitiot	RMC STORY 21.05 HORS DE CONTROLE 22.10 Et si c'était à refaire, doc. 23.15 Et si c'était à refaire	RMC DÉCOUVERTE 21.05 PIERREFONDS : LA RESURRECTION D'UN CHÂTEAU 22.10 Orléans : Ville fortifiée, doc.	Chérie 25 21.05 THE BRIDGE Série 22.20 The Bridge, série 23.35 The Closer : L.A. enquêtes prioritaires

TF1	france.2	france.3	CANAL+	france.5	6
21.05  LE LABYRINTHE ★ Film de Wes Ball Avec Dylan O'Brien 23.15 New York, Unité Spéciale, série	21.05  LAISSEZ-VOUS GUIDER Sur les pas de Napoléon 23.05 Dans les secrets de l'exposition Napoléon, mag.	21.05  LA STAGIAIRE Isolés Série 21.55 La stagiaire, série 22.50 La stagiaire, série 23.40 La stagiaire, série	21.00  RAOUL TABURIN ★ Film de Pierre Godeau Avec Benoît Poelvoorde 22.35 Mes jours de gloire, film 00.10 Mignonnes, film	20.50  SALVATOR MUNDI La stupéfiante affaire du dernier Vinci 22.20 Le monde en face, doc. 22.50 C ce soir, mag.	21.05  PÉKIN EXPRESS : LA ROUTE DES 3 CONTINENTS 23.10 Pékin express : itinéraire bis, jeu
arte 20.50 GLUTEN, L'ENNEMI PUBLIC ? 22.15 Tuer l'Indien dans le cœur de l'enfant, doc.	G8 21.15 INFLUENCEURS : UNE VIE DE RÊVE À DUBAI 23.00 Loft Story, 20 ans après !	W9 21.00 FOOTBALL : FRANCE / USA 23.00 Jeanfi Décolle, spectacle 01.00 Programmes de nuit	TMC 21.15 NOTRE-DAME DE PARIS 23.05 Reconstruire Notre-Dame : le chantier du siècle, doc.	TFX 21.05 LE GRAND PARTAGE ★ 23.00 Les trois frères ★, film 01.05 Programmes de nuit	M6 21.05 ENNEMI D'ÉTAT ★ 23.35 Blacklist, série 00.30 Blacklist, série 01.25 Blacklist, série
LCP PUBLIC SENAT 20.30 DÉBATDOC Documentaire 21.30 Débatdoc, doc. 22.00 Terra Terre, mag. 22.30 Allons plus loin	france.4 21.05 FORT BOYARD 23.05 Fort Boyard Basique, les sessions 01.15	G STAR 21.00 DOUANE SOUS HAUTE SURVEILLANCE 22.20 Douane sous haute surveillance, doc.	Gulli 21.05 SHREK 4, IL ÉTAIT UNE FIN ★ 22.40 Les aventures du Chat Potté 00.00 Zig et Sharko	LCI 20.00 LE 20H DE LCI Information 21.15 Le grand soir 22.00 Le grand soir	TF1 21.00 MUNCH Série avec Isabelle Nanty 22.00 Munch, série 23.00 Munch, série 00.10 Munch, série
G NEWS 21.00 L'INFO DU VRAI 22.00 Soir info 00.00 Édition de la nuit	L'EQUIPE 21.00 LA GRANDE SOIRÉE 22.55 L'Équipe du Soir, mag. 00.00 L'Équipe du Soir	bter 21.05 ROUGE RUBIS ★★ 23.15 Ce que veulent les femmes ★★, film	RMC STORY 21.05 LA FACE CACHÉE DE 22.50 Meghan et Harry : les vraies raisons de leur départ, doc.	RMC DÉCOUVERTE 21.05 ENCHÈRES MÉCANIQUES 22.30 Enchères mécaniques, doc.	Chérie 25 21.05 SNAPPED : LES FEMMES TUEUSES 22.00 Snapped : les femmes tueuses

TERRAINS À BÂTIR

LIBRE CHOIX DU CONSTRUCTEUR

A 10 MIN DE NARBONNE



ORNAISONS

De 275 m² à 644 m²
à partir de **54 900 €**

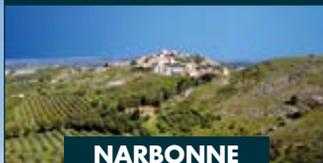
SUPERBE VUE



SALLES D'AUDE

De 326 m² à 766 m²
à partir de **85 900 €**

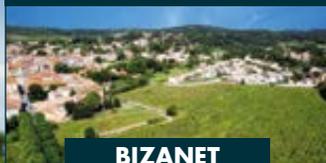
HAUTS DE NARBONNE



NARBONNE

De 360 m² à 760 m²
à partir de **103 900 €**

EXCELLENT EMPLACEMENT



BIZANET

De 240 m² à 630 m²
à partir de **59 900 €**

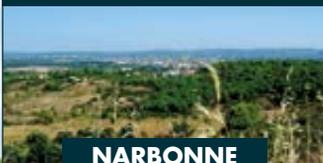
NOUVEAU



SALLELES D'AUDE

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

CRABIT



NARBONNE

De 248 m² à 937 m²
à partir de **64 900 €**

DEPUIS 1979



**SANGALLI
MARATUECH**
AMÉNAGEUR & PROMOTEUR

04 68 65 85 85

groupe-sm.com



branché sur votre région

**ARRIÈRE PAYS
CORBIÈRES, MINERVOIS**

98,8

LÉZIGNAN

87,6

NARBONNE

92,5

PERPIGNAN

96,1



LA RADIO À MÉMORISER !



**URBAN
MAISON**

Aérovoltaïque, le nouveau photovoltaïque

S'il se confond facilement avec le photovoltaïque, l'aérovoltaïque a l'avantage de chauffer et de ventiler l'habitat en plus de produire de l'électricité. Si le photovoltaïque est désormais une technologie bien connue et en constante progression depuis plusieurs années, l'aérovoltaïque s'impose comme le petit nouveau en matière d'énergie solaire.

UN SYSTÈME DEUX EN UN

L'aérovoltaïque permet de fournir de l'électricité dans la maison, mais aussi de récupérer l'énergie thermique produite par les rayons du soleil pour chauffer l'habitation. Avec cette méthode, les deux faces du panneau solaire sont optimisées pour multiplier ses performances. Elle permet d'augmenter la production d'électricité de 10 % par rapport à un équipement photovoltaïque classique. Elle offre aussi un système de rafraîchissement de l'air l'été, car elle combine les fonctions de chauffage et de climatisation. Enfin, cette technologie permet de ventiler l'habitat et de le purifier, en filtrant l'air extérieur insufflé à l'intérieur du logement.

À QUEL PRIX ?

Si l'aérovoltaïque est un système tout-en-un plutôt intéressant pour réduire sa facture énergétique, c'est toutefois une installation très coûteuse, bien plus d'ailleurs que le photovoltaïque. Le prix correct de cet aménagement oscille entre 15 000 et 18 000 € TTC pour des panneaux offrant 3 kWc (kilowatt-crête, l'unité de mesure de ces kits solaires), environ 24 00 €

pour un 6 kWc et 40 000 € pour un 9 kWc. Évidemment, tout dépend ici du matériel posé, des difficultés liées à l'installation et des entreprises qui sont encore très peu nombreuses à proposer ce type de panneaux solaires, et donc très peu compétitives.

QUELLE RENTABILITÉ ?

La rentabilité de votre équipement aérovoltaïque va d'abord dépendre de votre lieu d'habitation. La production d'énergie sera plus performante si votre maison bénéficie d'un ensoleillement important tout au long de la journée et de l'année. De même, l'isolation de votre habitat va beaucoup jouer : les logements anciens ont davantage tendance à minimiser les effets bénéfiques de ce type d'aménagement, à l'inverse des logements neufs ou rénovés répondant aux normes RT2012.

Il ne faut pas vous attendre à rentabiliser votre investissement avant sept ou huit ans après la pose des panneaux solaires.

UN ÉQUIPEMENT ÉLIGIBLE AU CRÉDIT D'IMPÔT

Depuis 2014, le photovoltaïque ne bénéficie plus du crédit d'impôt pour la transition énergétique (CITE). Ce n'est heureusement pas le cas pour l'aérovoltaïque qui vous permet de déduire de votre impôt sur le revenu une partie des dépenses engagées pour l'installation de cet équipement.



A Saint Marcel centre du village hors lotissement
sur Parcelle clôturée de 460 m²

votre projet personnalisé T4 suite parentale
234 000 € Notaire inclus



NICOLAS POURSIN

06 86 38 59 97

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

SM
DEPUIS 1979
MAISONS
Lionel TARRIUS

Communiquez dans

URBAN TV
& SORTIES

Efficace
Agréable
Proche
Durable

14 jours de programmes TV achetés
=
14 jours de présence publicitaire

Service publicité

06 02 11 26 36



Le média qu'il vous faut...

URBAN TV
& SORTIES



**URBAN
RECUP**



La seconde main en première ligne

Un vent de récupération souffle sur l'univers de la décoration. Par préoccupation environnementale ou par amour des meubles et objets anciens au charme incomparable, vous préférez troquer ou chiner plutôt que d'acheter du neuf ? Bonne nouvelle : la seconde main devient tendance !

Chaque année en France, plus de 1,2 million de tonnes de meubles sont jetées à la décharge, représentant une part importante de déchets qu'il n'est pas toujours aisé de recycler. Féru de décoration, de pièces uniques et de mobilier design, votre passion pour l'aménagement d'intérieur se heurte à vos convictions écologiques ou à votre budget limité ? La solution est pourtant simple : optez pour des objets de seconde main ! Suivez nos conseils pour apprivoiser l'esprit récup sans faire une croix sur la dimension esthétique de votre intérieur.

Chiner, c'est chic

Vous adorez passer vos week-ends à flâner dans les marchés, vide-greniers et brocantes, ces sortes de cavernes d'Ali Baba des temps modernes, pour dénicher à bas prix de véritables pépites déco chargées d'histoire. Toujours tendance cette année, les pièces design des années 50 à 70 se démarquent dans un environnement actuel et insufflent leur charme rétro à nos atmosphères contemporaines. Parmi les meubles les plus désirables, on retrouve ainsi le fauteuil lounge ou le buffet en cannage, mais on succombera également à l'attrait des vieilles céramiques et du mobilier ancien façonné dans des essences nobles comme le chêne ou le noyer.

Le règne du DIY

Si vous êtes habile de vos mains et appréciez les loisirs manuels, la tendance du do-it-yourself va vous combler. Votre nouvel adage : « rien ne se perd, rien ne

se crée, tout se transforme » ! Popularisés grâce aux réseaux sociaux, notamment la plateforme de vidéos Youtube, les tutoriels de décoration ont explosé au cours des dernières années. Accessibles et souvent ludiques, ils permettent de customiser ses pièces de mobilier ou de leur offrir une seconde jeunesse dans la veine de l'upcycling.

Si l'on pense bien sûr à la palette, dont l'extrême versatilité permet de créer une infinité de meubles, de la table basse à la banquette en passant par le cadre de lit, de nombreux autres objets peuvent également être détournés de leur usage original pour donner corps à des créations 100 % personnelles. Caisses de vin, chutes de tissu, tuyaux de plomberie, bocal, machines à coudre anciennes, tonneaux, carrelage ou lames de parquet excédentaires se transforment en objets déco au design unique, mieux adaptés à nos goûts et nos besoins. Une manière créative et futée de lutter contre le gaspillage !

Focus : Un air d'authenticité

L'engouement grandissant pour l'artisanat local signe aussi un désir de retour aux sources. En cette nouvelle année, la sphère déco mise définitivement sur l'authenticité, le fait main, la singularité et les matières naturelles, quitte à ce que nos objets, meubles et accessoires présentent quelques imperfections, en écho au concept japonais du wabi sabi.

Pour s'inscrire dans cet esprit slow life, on privilégie un design éthique et responsable, ancré dans un savoir-faire vernaculaire. Faites le tour des artisans de votre région et favorisez des matériaux et essences locaux, comme le bouleau dans le nord du pays, le sapin dans le centre, l'est et les zones montagneuses, ou encore le chêne et l'olivier sur le pourtour méditerranéen.

HECTAIRE

URBANISME DURABLE

Vous
recherchez
un **terrain**
à bâtir ?



SAINT-NAZAIRE
D'AUDE
LE SOMAIL



**11 Parcelles
viabilisées**
de 320 à 700 m²

Proche du canal du Midi,
quartier calme,
en bordure d'un parc arboré

TRAVAUX TERMINÉS

06 08 22 55 67
04 68 47 67 88

HECTAIRE 2015 - 0 800 00 00 00

NOUS AVONS HÂTE ♥

DE VOUS RETROUVER DANS VOTRE CINÉMA



TF1	france.2	france.3	CANAL+	france.5	6
21.05 THE RESIDENT Question de gravité Série de Jann Turner	21.05 MON FRÈRE BIEN AÏMÉ Téléfilm de Denis Mallevial	21.05 LA CARTE AUX TRÉSORS Du Pays Basque au Béarn	21.00 ESCAPE FROM PRETORIA Film de Francis Annan	20.50 LA GRANDE LIBRAIRIE Présenté par François Busnel	21.05 TOP CHEF Episode 10 Jeu
21.55 The Resident, série 22.50 Chicago Med, série 23.35 Chicago Med, série	22.50 6 à la maison 00.25 Vulnérables, téléfilm 01.55 Affaire conclue, mag.	23.25 Christophe, doc. 00.15 Des racines & des ailes, mag.	22.50 Qu'un sang impur... film 00.35 Hippocrate 2, série	22.20 Consom'ag 22.25 C ce soir, mag. 23.35 C dans l'air, mag.	23.20 Top chef : les grands duels, jeu
arte	G8	W9	TMC	TFX	ngi
20.55 AMANDA ★★ Film de Mikhaël Hers	21.15 HIER, AUJOURD'HUI ET DEMAIN ★★	21.05 ENQUÊTES CRIMINELLES	21.15 LES 20 ANS DE LA TÉLÉ-RÉALITÉ	21.05 MAMAN, J'AI RATÉ L'AVION ! ★	21.05 BLACKLIST Série
22.40 L'humour au temps du corona, doc. 23.35 Ielnia, doc.	23.30 Nous nous sommes tant aimés I, film	23.10 Enquêtes criminelles, mag.	00.30 Télé-réalité : que sont devenues les stars des émissions cultes ?	23.00 Un filic à la maternelle 2 ★, film	22.00 Blacklist, série 22.50 Blacklist, série 23.50 Blacklist, série
LCP <small>ACADÉMIE NATIONALE</small> PUBLICS SÉNAT	france.4	G STAR	Gulli	LCI	TF1 <small>TF1</small>
20.30 DERRIÈRE NOS MASQUES	21.05 LUMNI SCIENCE	21.00 NINJA TURTLES 2 ★	21.05 EN FAMILLE Série	20.00 LE 20H DE LCI Information	21.00 NEW YORK, SECTION CRIMINELLE
22.00 Les questions au Gouvernement, mag. 23.30 Allons plus loin	22.40 Lumni science, doc. 00.45 Lumni science, doc. 01.35 Lumni science, doc.	23.00 Alien : covenant ★, film 01.20 Programmes de nuit	23.40 G ciné 23.45 Zig et Sharko 23.50 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 STORY	RMC <small>RECOUVREZ</small>	Chérie 25
21.00 L'INFO DU VRAI	21.00 LA GRANDE SOIREE	21.05 L'APPRENTI SORCIER ★	21.05 ALIEN THEORY	21.05 RENOVATIONS XXL	21.05 L'ÉTRANGÈRE
22.00 Soir info 00.00 Édition de la nuit	22.55 L'Équipe du Soir, mag. 00.00 L'Équipe du Soir	23.05 Highlander III, film 00.55 Programmes de nuit	21.55 Alien Theory, doc. 22.45 Alien Theory, doc. 23.35 Alien Theory, doc.	21.45 Renovations XXL, doc. 22.25 Renovations XXL, doc. 23.05 Renovations XXL, doc.	22.55 Crimes, mag. 00.35 Programmes de nuit

TF1	france.2	france.3	CANAL+	france.5	6
21.05 LÉO MATTÉI - BRIGADE DES MINEURS Série de Hervé Renoh	21.05 VOUS AVEZ LA PAROLE Magazine	21.05 LA VACHE ★ Film de Mohamed Hamaidi Avec Fatsah Bouyahmed	21.00 VIKINGS Série de Michael Hirst Avec Alexander Ludwig	20.50 SCIENCE GRAND FORMAT Documentaire	21.05 LE CHANT DU LOUP ★ Film de Antonin Baudry
22.05 Léo Mattéi - Brigade des mineurs, série	23.35 :SCAN, doc. 00.45 13 h 15, le dimanche, mag.	22.35 La ligne bleue, doc. 23.35 La ligne bleue Outremer, doc.	21.50 Vikings, série 22.40 Le cercle séries 23.25 Host, téléfilm	22.40 C ce soir, mag. 23.50 C dans l'air, mag. 00.55 C à vous, mag.	23.05 Traque en eaux profondes à bord d'un sous-marin nucléaire français
arte	G8	W9	TMC	TFX	ngi
20.55 BAGHDAD CENTRAL	21.15 JEUDI REPORTAGE	21.05 LES 100 VIDÉOS QUI ONT FAIT RIRE LE MONDE ENTIER	21.15 LES BRONZÉS 3 - AMIS POUR LA VIE ★	21.05 TATTOO COVER : SAUVEURS DE TATOUAGES	21.05 RETROUVAILLES
21.45 Baghdad Central, série 23.20 Les garçons sauvages ★★, film	23.00 Jeudi reportage, mag. 00.40 Programmes de nuit	22.50 Les 100 vidéos qui ont fait rire le monde entier	23.05 90' Enquêtes, mag. 00.20 90' Enquêtes, mag.	22.05 Tattoo Cover : Sauveteurs de tatouages	23.05 Retrouvailles 01.05 Retrouvailles 03.10 Programmes de nuit
LCP <small>ACADÉMIE NATIONALE</small> PUBLICS SÉNAT	france.4	G STAR	Gulli	LCI	TF1 <small>TF1</small>
20.30 DÉBATDOC Watt the fish	21.05 LUMNI NATURE	21.00 LE GRAND BÉTISIER	21.05 LE MEILLEUR PATISSIER	21.00 LE DÉBAT ENTHOVEN-DEVECCHIO Débat	21.00 JUPITER : LE DESTIN DE L'UNIVERS ★
21.30 Débatdoc, doc. 22.00 Hashtag, mag. 23.30 Allons plus loin	21.55 Lumni nature, doc. 22.45 Lumni nature, doc. 23.35 Lumni nature, doc.	22.55 Le zap de pâques 00.30 Programmes de nuit	23.10 Le meilleur pâtissier - À vos fourneaux !	22.00 Le grand soir	23.20 Gravity ★★, film
G NEWS	L'EQUIPE	6ter	RMC STORY	RMC <small>RECOUVREZ</small>	Chérie 25
21.00 L'INFO DU VRAI	21.05 MULTISPORTS : LES JEUX INSOLITES OU 21.05 Futsal	21.05 VOUS AVEZ UN COLIS	20.45 MANCHESTER UNITED FC / GRENADE FC	21.05 TOP GEAR FRANCE	21.05 DOUBLE JEU ★ Film de Bruce Beresford
22.00 Soir info 00.00 Édition de la nuit	22.55 L'Équipe du Soir, mag.	22.00 Vous avez un colis 23.00 Vous avez un colis 00.00 Vous avez un colis	23.05 Coupable ou innocent, doc.	22.15 Top Gear France, doc. 23.45 Top Gear France, doc. 00.35 Programmes de nuit	23.00 Le bonhomme de neige, film 01.10 Programmes de nuit



LEZIGNAN

Villa T4 + GARAGE
sur terrain 400 m²

154 800 €

NARBONNE

Villa T4 + GARAGE
sur terrain 340 m²

194 900 €

SALLELES

Villa T4 + GARAGE
sur terrain 345 m²

171 900 €

FABREZAN

Villa T4 + GARAGE
sur terrain 370 m²

150 000 €

VENTENAC

Villa T4 + GARAGE
sur terrain 541 m²

170 000 €

SALLES D'AUDE

Villa T4 + GARAGE
sur terrain 308 m²

190 000 €

BIZE MINERVOIS

Villa T4 + GARAGE
sur terrain 621 m²

165 000 €

PORT LA NOUVELLE

Villa T4 + GARAGE
sur terrain 300 m²

172 000 €

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

1^{er} 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

TF1	france.2	france.3	CANAL+	france.5	6
21.05 KOH-LANTA Les armes secrètes Jeu 23.40 Vendredi, tout est permis avec Arthur Euro Millions, jeu 01.40	21.05 CAPITAINE MARLEAU Série 22.40 Capitaine Marleau Entre vents et marées, série 00.20	21.05 JEAN FERRAT Documentaire 23.00 La vie secrète des chansons Libre court 00.00	21.00 FOOTBALL : LIGUE 1 UBER EATS 33 ^e journée 22.55 Late Football Club, mag. 23.55 The Way Back, film	20.55 FAUTEIL D'ORCHESTRE Émission 23.10 Parfum de scandale - La crucifixion, doc. C dans l'air, mag. 00.05	21.05 NCIS L'amour du risque Série 21.55 NCIS, série 22.45 NCIS, série 23.30 NCIS : Los Angeles
arte	G8	W9	TMC	TFX	ngj
20.55 LE SOUVENIR DE TOI 22.45 High Energy, doc. 23.40 Tracks, mag.	21.15 M COMME MAISON 23.00 M comme maison, mag. 00.40 Programmes de nuit	21.05 ENQUÊTE D'ACTION 23.00 Enquête d'Action, mag. 00.00 Enquête d'action	21.15 L'ARME FATALE 22.00 L'arme fatale, série 22.55 L'arme fatale, série 23.50 L'arme fatale, série	21.05 FAMILLES NOMBREUSES : LA VIE EN XXL 22.10 Familles nombreuses : la vie en XXL	21.05 PROFILAGE Série 22.15 Profilage, série 23.15 Profilage, série 00.20 Profilage, série
LCP <small>ACADÉMIE NATIONALE</small> PUBLICS SENAT	france.4	G STAR	Gulli	LCI	TF1 <small>TF1</small>
20.30 LA SOCIOLOGUE ET L'OURSIN 22.00 La vengeance de Poutine, doc.	21.05 CROC BLANC ★★ Film de Alexandre Espigares 22.30 Le Petit Spirou ★, film 23.55 Les Enfants de la télé	21.10 STORAGE WARS 22.50 Storage Wars 02.15 Programmes de nuit	21.05 LES REBELLES DE LA FORÊT 2 22.25 Fabuleuses aventures à Oz ★, film	21.00 LE POINT DES IDÉES Présenté par Étienne Gernelle, Sonia Chironi 22.00 LCI vendredi soir	21.00 LES ANGES GARDIENS ★ 23.05 Tatïe Danielle ★, film 01.10 Programmes de nuit
G NEWS	L'EQUIPE	bter	RMC SPORT	RMC <small>DECOUVERTE</small>	Chérie 25
21.00 ÇA SE DISPUTE 22.00 Soir info 00.00 Édition de la nuit	21.05 HANDBALL : NORVEGE / FRANCE 22.55 L'Équipe du Soir, mag. 00.00 L'Équipe du Soir	21.05 GERMINAL ★ Film de Claude Berri 23.55 L'été meurtrier ★★, film 02.20 Programmes de nuit	21.05 ZOOPARC DE BEAUVAIL : AU CŒUR DE LA MACHINE 22.15 Dans les coulisses du salon de l'Agriculture	21.10 39-45 : BATAILLES SOUS LES MERS 23.00 39-45 : Batailles sous les mers, doc.	21.05 ENFIN VEUVE ★ Film de Isabelle Mergault 22.55 In her Shoes ★, film 01.20 Programmes de nuit

TF1	france.2	france.3	CANAL+	france.5	6
21.05 THE VOICE La plus belle voix Présenté par Nikos Aliagas 23.40 The Voice, la suite, div. présenté par Nikos Aliagas	21.05 LES COMIQUES PRÉFÉRÉS DES FRANÇAIS 23.30 On est en direct 01.35 Météo 01.40 Taratata 100 % Live	21.05 MONGEVILLE La ferme de Louise Série 22.35 Mongeville, série 00.20 Les 60 ans du One Man Show, doc.	21.00 RUGBY : RACING 92 / STADE FRANÇAIS 22.55 Canal rugby club, le debrief, mag. 23.15 Sport Reporter, mag.	20.50 ÉCHAPPÉES BELLES Escalade à Madère 22.20 Échappées belles 01.35 Le trésor du Rhône, doc.	21.05 HAWAII 5-0 Série Avec Alex O'Loughlin 21.55 Hawaii 5-0, série 22.45 Hawaii 5-0, série 23.35 Hawaii 5-0, série
arte	G8	W9	TMC	TFX	ngj
20.50 LES MÉTAMORPHOSES DU CONTINENT BLANC 22.20 Pouvons-nous refroidir la planète ?, doc.	21.05 SAMEDI SEBASTIEN 23.00 Sébastien à la télé, c'est fou !, doc. 00.40 Programmes de nuit	21.05 LA PETITE HISTOIRE DE FRANCE 23.00 La petite histoire de France, série	21.05 COLUMBO Série avec Peter Falk 22.30 90' Enquêtes, mag. 00.05 Programmes de nuit	21.05 CHRONIQUES CRIMINELLES 22.55 Chroniques criminelles, mag.	21.05 YOUNG SHELDON 21.30 Young Sheldon, série 22.00 Young Sheldon, série 23.30 Young Sheldon, série
LCP <small>ACADÉMIE NATIONALE</small> PUBLICS SENAT	france.4	G STAR	Gulli	LCI	TF1 <small>TF1</small>
21.00 UN MONDE EN DOCS 22.00 Le débat 22.30 Girl culture, doc.	21.05 LES AS DE LA JUNGLE : OPERATION BANQUISE 22.00 Les as de la jungle à la rescousse	21.00 GHOST ADVENTURES 22.30 Ghost adventures : rencontres paranormales, doc.	21.05 LES CROODS : ORIGINES 22.05 Les Croods : origines 22.45 Les Croods : origines 23.10 Zig et Sharko	20.00 ON NE S'EST PAS TOUT DIT Information présentée par Christophe Moutin 22.00 LCI samedi soir	21.00 JOSÉPHINE, ANGE GARDIEN 22.50 Joséphine, ange gardien, série 00.40 Programmes de nuit
G NEWS	L'EQUIPE	bter	RMC SPORT	RMC <small>DECOUVERTE</small>	Chérie 25
21.00 LA BELLE HISTOIRE DE FRANCE 22.00 Soir info week-end 00.00 Édition de la nuit	21.00 MOTO : 24 HEURES MOTOS 21.30 Football : FC Barcelone / Athletic Bilbao, sport	21.05 RÉNOVATION IMPOSSIBLE 22.35 Rénovation impossible 23.25 Rénovation impossible 00.15 Rénovation impossible	21.05 MON PERMIS DE CONDUIRE À TOUT PRIX 22.35 Bricolage, réparations, travaux : quand ma maison devient un cauchemar	21.05 ICE VIKINGS : PÊCHEURS DU GRAND NORD 23.00 Seuls face à l'Alaska, doc.	21.05 BELGRAVIA Série 22.00 Belgravia, série 23.05 The Closer : L.A. enquêtes prioritaires

Utile Narbonne

Commerçants autrement

Primevères

2 fois + de plaisir...

pour un large choix de produits locaux

1 Le Magasin



2 Achats en ligne

Choisissez la
LIVRAISON à DOMICILE⁽¹⁾
ou le
RETRAIT en MAGASIN



www.achatsutile.fr

(1) livraison gratuite dès 60 € d'achats sur Narbonne et communes limitrophes.

Une équipe à votre service

Dimanche 18 avril

Lundi 19 avril

L'OFFRE INCOMPARABLE

1 € OFFERT

EN BON Utile
par tranches de 15€
d'achat*

Utile Narbonne
Commerçants autrement Primevères

**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

*Bon d'achat valable dans le magasin émetteur jusqu'au 21/04/2021 inclus, hors presse, livres, carburants et gaz.



Bien plus que des fleurs.

Mango Kush



THC <0,2%

Culture sous serre
Relaxant

Arômes fruités aux notes de **mangue acidulée** et de **banane verte** se terminent en **savoir de pin**. Qualité organoleptique puissante et singulière.

Super lemon Haze



THC <0,2%

Culture intérieure,
stimulant

Profil aromatique tirant vers le **citron**, avec des **nuances de poivre noir** tenaces légèrement sucrés.

Huile green diamond



0% THC

Haute qualité 10% et 15%. Elles contiennent du CBD, mais aussi du CBG, CBN, CBC, des vitamines (A, C, D et E), ainsi que des oméga 3 et 6.

Hawaiian Skunk



THC <0,2%

Culture sous serre,
relaxant / joyeux

Arômes mixés entre deux variétés : **fruités et tropicaux** et une odeur très forte aux notes **florales et épicées** de Skunk.

Amnesia



THC <0,2%

Culture intérieure,
relaxant

Odeur subtile entre un mélange de **terre et de fruits mûrs** légèrement sucrée et rappelle les variété Haze avec des notes de **citron et d'épices**.

Bonbons



0% THC

Bonbons au CBD green diamond, appréciez sans culpabiliser des avantages de nos **délicieuses douceurs naturelles**.

Strawberry Diesel



THC <0,2%

Culture intérieure,
anti-stress, relaxant

De dominance Sativa, son profil aromatique rappelle la **fraise crémeuse**, avec de subtiles notes d'**agrumes et de fruits des bois**.

Watermelon cookies



THC <0,2%

Culture intérieure,
relaxant

Intense bouquet aux parfums remarquablement sucrés. Des notes de **pastèque** accompagne des saveurs gourmandes de **biscuit**.

Crumble



THC <0.2%

Puissant et pur à 95%. Sa saveur est douce et nous rappelle le **gout du miel**.

Pineapple express



THC <0,2%

Culture intérieure,
energisant

Energisante, ses effluves rappellent la **pomme fraîche** et la **mangue** avec des arômes d'**ananas, de pin et de cèdre**.

Orange Bud CBG



THC <0,2%

Culture intérieure,
anti douleur, antistress

Apaisante sur les douleurs du corps humain, elle offre une odeur agréable d'**agrumes** puis libère en bouche les arômes d'une **orange pressée et de nectarines**.

Evielab



Alternative de consommation du CBD, avec une **utilisation pratique**, une **action rapide et un produit hygiénique**. Vertus spécifiques.

Hash pollen



THC <0,2%

Effet détente

Effluves aux propriétés **calmantes et analgésiques**. Un pollen de **haute qualité** ; pressé à froid, riche en CBD dont les odeurs s'apprécient tout au long de la journée.



un large choix de produits !

Gélules



0% THC

Capsule d'huile CBD, dépourvu de THC. Contient 25mg d'extrait issus de graines de chanvre. Pratique pour doser précisément votre consommations.

Baume cosmétique



0% THC

Efficace contre les piqûres de moustiques, les irritations et les brûlures. Il soulage des courbatures, crampes et des articulations douloureuses.

E-liquid OG kush



0% THC

Différents profils aromatiques (lemon, OGK, strawberry, amnésia).

Sel de bain



0% THC

Sels de bain conçus pour détendre les muscles. Ils sont parfaits pour apaiser le corps et soulager les tensions accumulées dans la journée.

Isolat



0% THC

Isolat pur à 99,8% est disponible dénuée de phytonutriments, de produits chimiques et d'additifs.

Baume à lèvres



0% THC

Lutte contre les lèvres sèches, gercées ou abimées. Il est utilisable sur les parties du corps pour agir contre une piqûre d'insecte ou une morsure d'araignée.

Thé calm and relax



0% THC

Ajoutez un peu de CBD dans votre tasse de thé et profitez d'un rituel relaxant qui combat le stress.

Thé sleep and dream



0% THC

Thé 100% bio Suisse qui aspirent à trouver un sommeil plus serein.

Café



0% THC

Corps voluptueux et intense en bouche, le café green diamond bio du Mexique est riche en CBD. Il vous procurera un moment de détente.



Green Diamond

Le meilleur du CBD



Green diamond est une boutique de CBD 100% légale à Narbonne qui vous offre un large choix de produits de grande qualité : Fleurs, Résines, E-Liquides, Huiles, Thés, Infusions, Cafés, Crumble, Isolat, Cosmétiques.

La boutique Green Diamond vous emmènera dans une ambiance conviviale pour mieux vivre au quotidien !



38 Boulevard
Général de Gaulle
11100 Narbonne



06 23 18 67 99



infos@greendiamondcbd.fr

www.greendiamondcbd.fr





**URBAN
MAISON**

UN PANEL D'AIDES POUR ADAPTER LE LOGEMENT À VOTRE ÂGE

Avec l'allongement de la durée de vie, les seniors repoussent au maximum l'entrée en maison de retraite. Sauf que pour rester le plus longtemps possible chez soi, il faut parfois effectuer de lourds travaux. Des aides publiques peuvent heureusement alléger la facture.

Un tiers des plus de 65 ans et la moitié des plus de 85 ans sont victimes d'au moins une chute chaque année, dont deux sur trois à domicile, d'après Santé publique France. Pourtant, un meilleur agencement des espaces, le choix de revêtements de sol adaptés et surtout l'installation d'équipements de sécurité permettent d'éviter ces drames. Bonne nouvelle : différents dispositifs peuvent vous aider à les financer !

L'APA, une aide pour tous

Dès 60 ans, les personnes ayant un certain degré de dépendance (évaluation sur la grille Aggir) peuvent prétendre à l'allocation personnalisée d'autonomie, plus connue comme l'APA, afin de prendre en charge une partie du coût d'une maison de retraite ou des dépenses nécessaires pour rester vivre à leur domicile. Dans ce dernier cas, l'enveloppe englobe alors les services à la personne mais aussi l'acquisition de matériel (téléassistance, barres d'appui, etc.) ou encore des travaux d'aménagement du logement. S'il n'y a pas de condition de revenus à respecter pour y être éligible, le montant alloué dépendra en revanche de vos ressources.

Renseignez-vous auprès du conseil départemental ou d'un centre local d'information et de coordination gérontologique (CLIC).

L'Anah, la référence absolue

Le programme « Habiter facile » de l'Agence nationale de l'habitat (Anah) permet de financer une partie du coût des travaux d'adaptation, comme l'installation d'une douche ou d'un monte-escalier électrique.

Pour en bénéficier, il faut être propriétaire d'un logement construit, en principe, il y a plus de quinze ans, justifier d'un handicap ou d'une perte d'autonomie et respecter un niveau de revenus. L'enveloppe atteint alors 50 % du montant du chantier hors taxes, dans la limite de 10 000 €, pour un ménage aux ressources très modestes (moins de 21 760 € de revenu fiscal de référence pour un couple en région en 2020), contre une prise en charge de 35 % et 7 000 € en cas de ressources modestes (soit 27 896 € dans notre exemple).

Faites votre demande en ligne sur Monprojet.anah.gouv.fr ou contactez l'Anah au 0820 15 15 15 (0,05 €/min).

Nouveauté : votre salle de bains ciblée

Un nouveau dispositif de soutien a été mis en place en septembre 2019 : l'aide à l'adaptation du logement au vieillissement. Cette subvention, gérée par Action Logement, est réservée aux plus de 70 ans retraités du secteur privé ou agricole et aux salariés en perte d'autonomie qui rentrent dans la catégorie des ressources modestes de l'Anah.

Côté travaux, c'est ici votre salle de bains et vos sanitaires qui sont ciblés. Il s'agit plus précisément de faire réaliser au moins l'une des trois opérations suivantes : la pose d'une douche, celle d'un lavabo adapté à une personne à mobilité réduite ou celle d'une cuvette de w.c. rehaussée. En complément, vous pouvez aussi élargir la porte de vos toilettes, changer le revêtement du sol et des murs de ces pièces, refaire l'électricité, installer un éclairage de sécurité ou encore poser des barres d'appui. Au total, l'enveloppe peut atteindre jusqu'à 5 000 €.

Renseignez-vous auprès d'Action Logement au 0 970 830 831 ou faites une simulation en ligne sur Actionlogement.fr.

Concours Photo Pro & Amateur

OBJECTIF Halles

Jusqu'au 15 avril 2021



Concours Photo Pro & Amateur

OBJECTIF Halles

L'Association des Artisans et Commerçants des Halles de Narbonne organise un grand concours photo ouvert à tous jusqu'au 15 avril 2021.

Les lauréats recevront un prix en bons d'achat et une exposition photo sera organisée dans les Halles au printemps 2021.

COMMENT ÇA MARCHE ?

- 1 - Connectez vous sur la page internet dédiée au concours sur www.narbonne.halles.fr.
- 2 - Créez votre profil.
- 3 - Chargez vos clichés. (format numérique)

Maximum 3 clichés par photographe dans chacune des 3 catégories.
Clichés Verticaux ou Horizontaux.
4000 pixel minimum sur la longueur.

INFOS & REGLEMENT SUR
www.narbonne.halles.fr



**+ de 1000€
A GAGNER***

Catégorie 1 : ARCHITECTURE

LA ROBE

1^{er} prix : 200€
2^{ème} prix : 100€
3^{ème} prix : 50€

Catégorie 2 : AMBIANCE

LES GUEULES

1^{er} prix : 200€
2^{ème} prix : 100€
3^{ème} prix : 50€

Catégorie 3 : PRODUITS

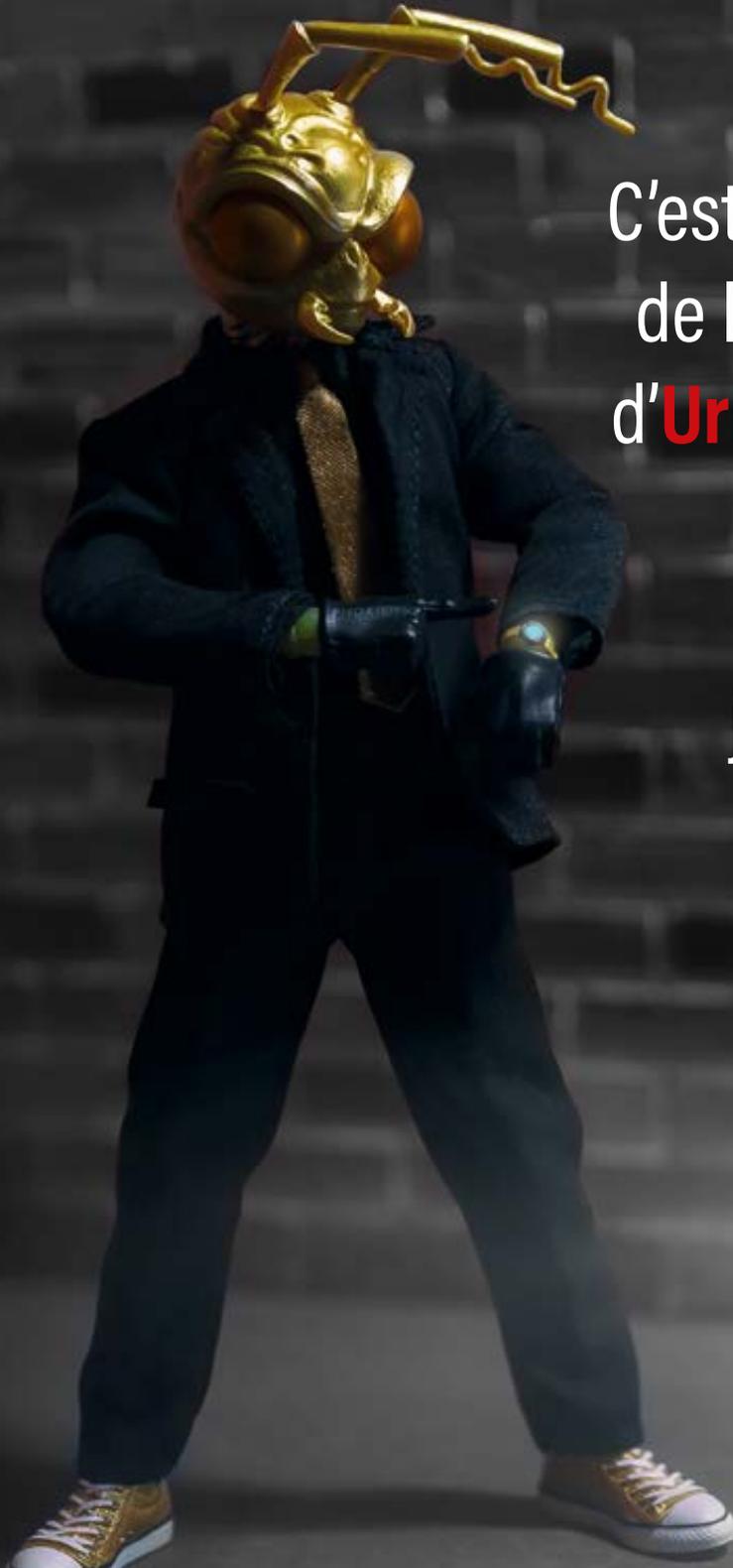
LE PLAISIR

1^{er} prix : 200€
2^{ème} prix : 100€
3^{ème} prix : 50€

* en bons d'achat utilisables chez les adhérents de l'ACA des Halles de Narbonne.

TFI	france.2	france.3	CANAL+	france.5	6
21.05 ANT-MAN ET LA GUÊPE ★ Film de Peyton Reed 23.20 Ant-Man ★, film 01.30 Programmes de nuit	21.05 FIRST MAN - LE PREMIER HOMME SUR LA LUNE ★★ 23.25 16 levers de soleil, doc. 01.25 Histoires courtes	21.05 MEURTRES EN EAUX TROUBLES Série 22.35 Meurtres en eaux troubles, série 00.05 Météo	21.00 FOOTBALL : NANTES / LYON Ligue 1 Uber Eats 22.55 Canal football club le débrief, mag. 23.35 Clique X	20.50 ÉLISABETH II, LES DERNIERS COMBATS D'UNE REINE 22.20 Élisabeth II, la révolution d'une reine, doc.	21.05 CAPITAL Magazine présenté par Julien Courbet 23.10 Enquête exclusive, mag. 00.25 Enquête exclusive
arte	G8	W9	TMC	TFX	ngi
20.55 BONNIE & CLYDE 22.45 Warren Beatty, doc. 23.40 Edda Moser, doc. 00.35 La flûte enchantée	21.05 LA VACHE ET LE PRISONNIER ★ 23.20 Touchez pas au griski ★, film 01.00 Programmes de nuit	21.05 ESPRITS CRIMINELS : UNITÉ SANS FRONTIÈRES 22.30 Esprits criminels : Unité sans frontières	21.05 COLD CASE : AFFAIRES CLASSÉES 22.45 Cold Case : Affaires classées, série	21.05 UN BONHEUR N'ARRIVE JAMAIS SEUL ★ 23.10 Les nouvelles aventures de Cendrillon ★	21.05 URGENCES Magazine 22.50 Urgences, mag. 00.25 Urgences, mag. 02.05 Programmes de nuit
LCP	france.4	G STAR	Gulli	LCI	TF1
21.00 REMBOB'INA Magazine 23.00 Ces idées qui gouvernent le monde, mag.	21.05 LUMNI HISTOIRE 21.55 Lumni Histoire 22.50 Lumni Histoire 23.40 Lumni Histoire	21.00 CHICAGO FIRE 21.50 Chicago fire, série 22.35 Chicago Fire, série 23.20 Chicago Fire, série	21.05 E=M6 FAMILY Magazine 22.00 E=M6 Family, mag. 22.55 E=M6 Family, mag. 23.45 Zig et Sharko	20.00 ON NE S'EST PAS TOUT DIT Information présentée par Christophe Moulin 22.00 LCI dimanche soir	21.00 CHAOS ★ Film de Tony Giglio 23.00 L'arme fatale ★★, film 01.05 Programmes de nuit
G NEWS	L'EQUIPE	6ter	RMC STORY	RMC DÉCOUVREZ	Chérie 25
21.00 EN QUÊTE D'ESPRIT 22.00 Soir info week-end 00.00 Édition de la nuit	21.05 KARATÉ KID ★ Film de John G Avildsen 23.25 L'Équipe du Soir, mag. 00.00 L'Équipe du Soir	21.05 TWILIGHT CHAPITRE 2 : TENTATION ★ 23.25 Twilight chapitre 1 : Fascination ★, film	21.05 FAITES ENTRER L'ACCUSÉ 22.50 Faites entrer l'accusé, doc. 00.30 Programmes de nuit	21.05 CHANTIER XXI : MEGA PORTE-CONTENEURS FRANÇAIS 22.15 Charles de Gaulle : le grand check-up	21.05 UNE FEMME D'HONNEUR 22.50 Une femme d'honneur, série 00.35 Programmes de nuit

TFI	france.2	france.3	CANAL+	france.5	6
21.05 CLEM Le château de cartes Série 22.05 Clem, série 23.15 New York Unité Spéciale, série	21.05 MEURTRES AU PARADIS Série 22.05 Meurtres au paradis 23.05 Meurtres au paradis 00.05 Basique, le concert	21.05 SECRETS D'HISTOIRE Napoléon, l'exilé de Sainte-Hélène 23.10 La France en vrai, doc. 00.05 La France en vrai	21.00 HIPPOCRATE 2 Épisode 5 Série avec Louise Bourgoin 21.55 Hippocrate 2, série 22.50 Profession ..., série	20.50 ROUGE BAISER ★ Film de Véra Belmont Avec Charlotte Valandrey 22.45 C ce soir, mag. 23.55 C dans l'air, mag. 01.00 C à vous, mag.	21.05 MARIÉS AU PREMIER REGARD Épisode 7 23.05 Et si on se rencontrait ? série
arte	G8	W9	TMC	TFX	ngi
20.55 POULET AU VINAIGRE ★ 22.40 Ça s'est passé en plein jour ★★, film	21.15 POLICE ACADEMY 2 : AU BOULOT ! ★ 23.00 Police Academy ★, film	21.05 TRANSFORMERS : THE LAST KNIGHT ★ 23.40 Le monde de Narnia 2 : le prince Caspian ★, film	21.15 JURASSIC PARK ★ 23.30 Ocean's 13 ★, film 01.50 Programmes de nuit	21.05 APPELS D'URGENCE 22.00 Appels d'urgence, mag. 23.20 Appels d'urgence	21.05 CRIMES Magazine 22.50 Crimes, mag. 00.35 Crimes et faits divers : le prime, mag.
LCP	france.4	G STAR	Gulli	LCI	TF1
20.30 DÉBATDOC Documentaire 21.30 Débatdoc, doc. 22.00 Allons plus loin, mag.	21.05 PARLEZ-MOI D'AMOUR AVEC HUMOUR 22.55 Lumni science, doc. 00.25 Vrai ou fake	21.00 AU CŒUR DE L'ENQUÊTE 22.30 Au cœur de l'enquête, mag.	21.05 SUPER HERO FAMILY 21.55 Super hero family 22.45 Super hero family 23.35 Super hero family	20.00 LE 20H DE LCI Information 21.15 Le grand soir 22.00 Le grand soir	21.00 LES EXPERTS : MANHATTAN 22.35 Les experts : Manhattan, série
G NEWS	L'EQUIPE	6ter	RMC STORY	RMC DÉCOUVREZ	Chérie 25
21.00 L'INFO DU VRAI 22.00 Soir info 00.00 Édition de la nuit	21.05 FOOTBALL : FRANCE / URUGUAY 23.10 L'Équipe du Soir, mag. 00.00 L'Équipe du Soir	21.05 KAAMELOTT Série 22.40 Kaamelott, série 03.30 Programmes de nuit	21.05 NOTRE PLANÈTE : EST-IL DÉJÀ TROP TARD ? 22.10 Au cœur des catastrophes naturelles	21.05 LE PANTHEON DE ROMÉ : MEGASTRUCTURE ANTIQUE 22.15 Les derniers trésors de Rome, doc.	21.05 THE BRIDGE Série 22.15 The bridge, série 23.25 The Closer : L.A. enquêtes prioritaires



C'est l'heure
de la sortie
d'**Urban TV**,
je ne
la rate
jamais !

URBAN TV
& SORTIES

**URBAN TV & SORTIES,
LE MAG QU'IL VOUS FAUT !**

**Service publicité
06 02 11 26 36**

TFI	france.2	france.3	CANAL+	france.5	6
 21.05 LE LABYRINTHE : LA TERRE BRÛLÉE ★ Film de Wes Ball 23.30 Le labyrinthe ★, film 01.40 Euro Millions, jeu	 21.05 LE 5^e ÉLÉMENT ★ OU Football Coupe de France 23.15 Terminator 2 : le jugement dernier ★★, film	 21.05 TANDEM <i>Leau qui dort</i> Série 21.55 Tandem, série 22.45 Tandem, série 23.35 Tandem, série	 21.00 LA GRANDE TRAVERSEE Film de Steven Soderbergh 22.55 Covidworld, le jour où..., doc. 23.50 Voir le jour, film	 20.50 LE MONDE EN FACE OU Femmes : les oubliées de la santé 22.00 Le débat C ce soir, mag. 23.50 C dans l'air, mag.	 21.05 PÉKIN EXPRESS : LA ROUTE DES 3 CONTINENTS 23.15 Pékin Express : itinéraire bis, jeu
arte	G8	W9	TMC	TFX	ngi
20.50 CORÉE, UNE GUERRE SANS FIN 22.25 Où sont les milliardes de Kathafi ?, doc.	21.15 GRANDS BÉTISIERS TV 2020 23.00 Le grand bétisier, div. 00.40 Programmes de nuit	21.05 BELLE ET SEBASTIEN ★ 23.00 La vérité si je mens ! ★, film	21.15 MARTIN WEILL - LES ANIMAUX ET NOUS : L'AMOUR VACHE 23.00 Martin Weill - Tous complottistes ?, mag.	21.05 L'ÉLÈVE DUCOBU ★ 22.55 Hibernatus ★, film 00.35 Programmes de nuit	21.05 HITCH, EXPERT EN SEDUCTION ★ 23.15 Mariée avant le printemps, téléfilm
LCP <small>ACCÈS NUMÉRIQUE</small> PUBLIC SENAT	france.4	G STAR	Gulli	LCI	TF1 <small>ACCÈS NUMÉRIQUE</small>
20.30 DÉBATDOC Documentaire 21.30 Débatdoc, doc. 22.00 Pourvu que ça dure, mag.	21.05 FORT BOYARD 23.20 Fort Boyard Basique, les sessions 01.20	21.05 DOUANES SOUS HAUTE SURVEILLANCE 22.25 Douanes sous haute surveillance, doc.	21.05 LES PINGUINS DE MADAGASCAR ★ 22.15 Tintin et l'affaire Tournesol, téléfilm	20.00 LE 20H DE LCI Information 21.15 Le grand soir 22.00 Le grand soir	21.00 MUNCH Série avec Isabelle Nanty 21.55 Munch, série 22.55 Munch, série 00.00 Munch, série
G NEWS	L'EQUIPE	6ter	RMC <small>SPORT</small>	RMC <small>DECOUVERTE</small>	Chérie 25
21.00 L'INFO DU VRAI 22.00 Soir info 00.00 Édition de la nuit	21.05 FOOTBALL OU 21.05 Sports de force 22.55 L'Équipe du Soir, mag. 00.00 L'Équipe du Soir	21.05 MACGYVER Série avec Lucas Till 21.50 MacGyver, série 22.40 MacGyver, série 23.30 MacGyver, série	21.05 LA FACE CACHÉE DE 22.15 Les sociétés secrètes 23.15 Les sociétés secrètes, doc.	21.05 ENCHÈRES MÉCANIQUES 22.25 Enchères mécaniques 23.45 Enchères mécaniques, doc.	21.05 SNAPPED : LES FEMMES TUEUSES 22.00 Snapped : les femmes tueuses

TFI	france.2	france.3	CANAL+	france.5	6
 21.05 THE RESIDENT <i>Balle de match</i> Série avec Matt Czuchy 21.55 The Resident, série 22.50 Chicago Med, série 23.35 Chicago Med, série	 21.05 L'ÉCOLE DE LA VIE Lucas Série 22.00 L'école de la vie, série 22.55 Infrarouge, doc.	 21.05 LA CARTE AUX TRESORS OU Football Coupe de France 23.25 Réseau d'enquêtes, mag. 00.15 La carte aux trésors	 21.00 PLAY Film de Anthony Marciano Avec Max Boublil, Alice Isaaz 22.50 Replay 00.10 Hippocrate 2, série 01.00 Hippocrate 2, série	 20.50 LA GRANDE LIBRAIRIE Magazine 22.20 Consomag 22.25 C ce soir, mag. 23.35 C dans l'air, mag.	 21.05 TOP CHEF Jeu présenté par Stéphane Rotenberg 23.20 Top chef : les grands duels, jeu
arte	G8	W9	TMC	TFX	ngi
20.55 TRAFFIC ★ Film de Steven Soderbergh 23.20 An Zéro, doc. 00.55 Le dossier «Docteur Jivago», doc.	21.15 TOUT MAIS PAS ÇA ! 23.00 Hier, aujourd'hui et demain ★★, film	21.05 ENQUÊTES CRIMINELLES 23.10 Enquêtes criminelles, mag.	21.15 DEMAIN Documentaire 23.30 Home, doc.	21.05 MAMAN, J'AI ENCORE RATÉ L'AVION ★ 23.20 Maman, j'ai raté l'avion ! ★, film	21.05 BLACKLIST Série 22.00 Blacklist, série 22.55 Blacklist, série 23.50 Blacklist, série
LCP <small>ACCÈS NUMÉRIQUE</small> PUBLIC SENAT	france.4	G STAR	Gulli	LCI	TF1 <small>ACCÈS NUMÉRIQUE</small>
20.30 SUGAR MAN Documentaire 21.45 Sénat en action, mag. 22.30 Allons plus loin, mag. 23.30 Débatdoc, doc.	21.05 LUMNI SCIENCE 23.10 16 levers de soleil, doc. 01.00 Lumni science, doc.	21.00 GAZON MAUDIT ★ 23.00 Billy Elliot ★★, film 01.00 Programmes de nuit	21.10 EN FAMILLE Série 21.30 En famille, série 22.00 En famille, série 22.30 En famille, série	20.00 LE 20H DE LCI Information 21.15 Le grand soir 22.00 Le grand soir	21.00 NEW YORK, SECTION CRIMINELLE 22.40 New York, section criminelle, série
G NEWS	L'EQUIPE	6ter	RMC <small>SPORT</small>	RMC <small>DECOUVERTE</small>	Chérie 25
21.00 L'INFO DU VRAI 22.00 Soir info 00.00 Édition de la nuit	21.05 DANS LA LIGNE DE MIRE ★ 23.20 L'Équipe du Soir, mag. 00.00 L'Équipe du Soir	21.05 L'ÂGE DE GLACE ★★ 22.40 L'apprenti sorcier ★, film 00.30 Vous avez un colis	21.05 ALIEN THEORY 22.50 Dead Files : enquêtes paranormales, doc.	21.05 RENOVATIONS XXL 21.45 Renovations XXL, doc. 22.25 Renovations XXL, doc. 23.05 Renovations XXL, doc.	21.05 L'ANESTHÉSIE - LES ENFANTS DE LA DERNIÈRE PLUIE 23.05 Crimes, mag. 00.50 Programmes de nuit



LEZIGNAN C.

Villa T4 sur terrain 315 m²

151 000 €*

MOUSSAN

Villa T4 sur terrain 370 m²

192 900 €*

ORNAISONS

Villa T4 sur terrain 286 m²

162 000 €*

OLONZAC

Villa T4 sur terrain 250 m²

144 700 €*

BIZES-MINERVOIS

Villa T4 sur terrain 340 m²

151 800 €*

BOUTENAC

Villa T4 sur terrain 400 m²

152 400 €*

NARBONNE

Villa T4 sur terrain 290 m²

196 000 €*

SALLELES D'AUDE

Villa T4 sur terrain 345 m²

169 900 €*

ARGENS M.

Villa T4 sur terrain 442 m²

139 500 €*

*prix notaire et branchement inclus - photo non contractuelle

LES MAISONS COULEURS DU SUD



100% DE
RECOMBINAISON



100% DE
SERVICE
À NOS CLIENTS



33 AGENCES
COMMERCIALES



40 ANS
D'EXPERIENCE
PAR AN



EXPERIENCE
FAMILIALE DEPUIS
3 GÉNÉRATIONS

Une marque du groupe

hexaôm



maisons-de-manon.fr

constructeur depuis 1919

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



**URBAN
AUTO**

JOUEZ LA TRANSPARENCE

En partageant l'historique du véhicule

Propriétaire 

Rassurez vos acheteurs potentiels avec le rapport
et obtenez votre certificat de non gage.

Acquéreur 

Achetez en confiance :
demandez le rapport au vendeur.

Vendez votre voiture en toute transparence

Lorsqu'on achète une voiture d'occasion, on n'est jamais à l'abri d'une mauvaise surprise. Le portail officiel Histovec permet alors de limiter les risques en consultant l'historique du véhicule. Ce rapport s'est d'ailleurs récemment enrichi.

Quelque 5,6 millions de voitures d'occasion ont changé de propriétaires en 2020. De nombreux automobilistes sont en effet tentés par le marché de la seconde main qui permet d'acheter une auto à moindre coût. Ce type de transaction implique toutefois de mener une enquête approfondie, au risque de découvrir trop tard que le rutilant bolide qu'on nous avait tant vanté est en réalité un vieux tacot bourré de problèmes.

Générez un historique officiel

Afin de faciliter la démarche des particuliers, le ministère de l'Intérieur a lancé le site Histovec. interieur.gouv.fr début 2019. L'objectif : fiabiliser la transaction en permettant au vendeur de partager l'historique officiel de son véhicule avec l'acheteur potentiel.

Côté propriétaire, il suffit de s'inscrire en ligne gratuitement et de remplir le formulaire

permettant d'identifier l'auto pour obtenir un rapport contenant toutes les informations connues par les autorités, telles que la date de mise en circulation, les caractéristiques techniques, les éventuels titulaires successifs de la carte grise et autres sinistres ayant fait l'objet d'une expertise d'assurance. Depuis janvier 2021, le document s'est d'ailleurs encore enrichi en intégrant également les données issues des contrôles techniques.

Une fois le rapport généré, le propriétaire du véhicule n'a plus qu'à transmettre le lien confidentiel à l'acheteur. De cette façon il peut valoriser son offre en fournissant des données officielles et rassurer l'acquéreur qui pourra ainsi faire un choix en toute connaissance de cause.

Bon à savoir : le certificat de situation administrative détaillée, ou certificat de non-gage, qui doit obligatoirement être remis à l'acheteur, est lui aussi téléchargeable sur Histovec.

Enfin, vous pouvez faire appel à un professionnel qui vous apportera toutes les garanties, et gèrera aussi l'interface avec l'acheteur, en lui apportant également toutes Garanties !

LRN automobile

ACHAT-VENTE / DÉPÔT-VENTE / RECHERCHES PERSONNALISÉES

Choisissez votre future voiture !



Mitsubishi ASX 4WD Instyle débrayable 2WD (2015)
41.000 km - Noire
Diesel - 150 cv



41.990€



Range Rover Evoque cabriolet (2018)
19.500 km - Blanche
TD4 SE DYNAMIC BVA - 150 cv

9.490€



Volkswagen POLO (2015)
113.000 km
Diesel - 75 ch

GARANTIE 3 MOIS EXTENSIBLE JUSQU'À 36 MOIS

Voir conditions en concession

43 Avenue du Champ de Mars - Z.I. Plaisance - 11100 NARBONNE

06 03 42 95 20

TFI	france.2	france.3	CANAL+	france.5	6
 LÉO MATTÉI - BRIGADE DES MINEURS Série 22.05 Léo Mattéi - Brigade des mineurs, série	 ENVOYÉ SPÉCIAL Magazine présenté par Élise Lucet 23.00 Complément d'enquête, mag. 00.10 Nous les européens	 UN VILLAGE PRESQUE PARFAIT ★ Film de Stéphane Meunier 22.40 La ligne bleue, doc. 23.35 La ligne bleue Outremer, doc.	 A TEACHER Épisode 1 Série 21.00 A teacher, série 22.00 A teacher, série 22.20 This way up, série	 SCIENCE GRAND FORMAT Documentaire 20.50 C ce soir, mag. 23.35 C dans l'air, mag. 00.40 C à vous, mag.	 SHOW ME YOUR VOICE Présenté par Issa Dombia 21.05 Le Marrakech du rire 2019, spectacle 01.45 Météo
arte	G8	W9	TMC	TFX	ngi
20.55 SALAMANDRE Série 21.45 Salamandre, série 22.30 Salamandre, série 23.20 Salamandre, série	21.15 JEUDI REPORTAGE 23.00 Jeudi reportage, mag. 00.40 Programmes de nuit	21.05 ESPRITS CRIMINELS : UNITÉ SANS FRONTIÈRES 22.30 Esprits criminels : Unité sans frontières	21.15 BLACK PANTHER ★ 23.40 Solo : a Star Wars Story ★, film 02.10 Programmes de nuit	21.05 TATTOO COVER : SAUVEURS DE TATOUAGES 22.05 Tattoo Cover : Sauveurs de tatouages	21.05 HÉRITAGES Magazine 22.55 Héritages, mag. 00.10 Héritages, mag. 01.55 Programmes de nuit

LCP ACQUIES NATIONAUX 20.30 DÉBATDOC Documentaire 21.30 Débatdoc, doc. 22.00 Dialogue citoyen 23.30 Débatdoc, doc.	france.4	G STAR	Gulli	LCI	TFI
21.00 L'INFO DU VRAI Soir info 00.00 Édition de la nuit	21.05 LUMNI NATURE 21.55 Lumni nature, doc. 22.50 Lumni nature, doc. 23.40 Lumni nature, doc.	21.00 LE GRAND BÉTISIER 22.40 Le grand bêtisier 00.30 Programmes de nuit	21.05 LE MEILLEUR PÂTISSIER 23.10 Le meilleur pâtissier - À vos fourneaux	21.00 LE DÉBAT ENTHOVEN-DEVECCHIO Débat 22.00 Le grand soir	21.00 BAD MOMS 2 ★ Film de Scott Moore, Jon Lucas 23.00 10 rendez-vous pour séduire, téléfilm 00.50 Programmes de nuit
G NEWS	L'EQUIPE	6ter	RMC SPORT	RMC DÉCOUVERTE	Elles
21.05 MULTISPORTS : LES JEUX INSOLITES 22.55 L'Équipe du Soir, mag. 00.00 L'Équipe du Soir	21.05 BLEU SAPHIR ★★ 23.15 Rouge Rubis ★★, film 01.30 Programmes de nuit	21.05 NON ÉLUCIDÉ L'affaire Céline Giboire 22.50 Non élucidé - l'enquête continue, doc. 23.40 Top Gear France	21.05 TOP GEAR FRANCE 22.25 Top Gear France, doc. 23.40 Top Gear France	21.05 KIDNAP ★ Film de Luis Prieto 22.50 Double jeu ★, film 00.45 Programmes de nuit	

TFI	france.2	france.3	CANAL+	france.5	6
 KOH-LANTA Les armes secrètes Jeu 23.30 Vendredi, tout est permis avec Arthur 01.30 Euro Millions, jeu	 CAPITAINE MARLEAU Série 22.45 Capitaine Marleau 00.20 Entre vents et marées, série	 LA GÉNÉRATION SALUT LES COPAINS 23.00 La vie secrète des chansons 00.00 Libre court	 ONCE UPON A TIME IN HOLLYWOOD ★★ Film de Quentin Tarantino 23.40 Le cas Richard Jewell ★★, film 01.50 Qu'un sang impur...	 LE DOC STUPEFIANT Napoléon l'influenceur 22.25 La dynastie Mozorov ou l'art à la folie, doc.	 NCIS La tête du serpent Série 21.55 NCIS, série 22.45 NCIS, série 23.30 NCIS : Los Angeles
arte	G8	W9	TMC	TFX	ngi
20.55 TOUTE LA VERITE 22.30 The Kinks, trouble-fêtes du rock anglais, doc.	21.15 M COMME MAISON 23.00 M comme maison 00.40 Programmes de nuit	21.05 ENQUÊTE D'ACTION 23.00 Enquête d'action, mag. 00.00 Enquête d'action	21.15 L'ARME FATALE 22.00 L'arme fatale, série 22.55 L'arme fatale, série 23.50 L'arme fatale, série	21.05 FAMILLES NOMBREUSES : LA VIE EN XXL 22.10 Familles nombreuses : la vie en XXL	21.05 PROFILAGE Série 22.10 Profilage, série 23.10 Profilage, série 00.15 Profilage, série

LCP ACQUIES NATIONAUX 20.30 DÉBATDOC Documentaire 21.30 Débatdoc, doc. 22.00 Les derniers jours de l'URSS, doc.	france.4	G STAR	Gulli	LCI	TFI
21.00 ÇA SE DISPUTE Soir info 00.00 Édition de la nuit	21.05 TERRA WILLY - PLANÈTE INCONNUE 22.35 Les Super-Juniors : ils s'engagent pour la planète, mag.	21.10 STORAGE WARS 22.50 Storage Wars 02.15 Programmes de nuit	21.05 LES REBELLES DE LA FORÊT 3 22.25 Les rebelles de la forêt 2, téléfilm	21.00 LE POINT DES IDÉES Présenté par Étienne Gernelle, Sonia Chironi 22.00 LCI vendredi soir	21.00 DISCO ★ Film de Fabien Onteniente 22.55 Cloclo : 40 ans après, ultimes révélations, doc.
G NEWS	L'EQUIPE	6ter	RMC SPORT	RMC DÉCOUVERTE	Elles
21.05 BASKET-BALL : STRASBOURG / MONACO 22.50 L'Équipe du Soir, mag.	21.05 INDOCHINE ★ Film de Régis Wargnier 23.55 Germinal ★, film 02.45 Programmes de nuit	21.05 L'ÉROPORT D'ORLY : AU CŒUR DE LA MACHINE 22.20 Mega Hubs, doc.	21.15 HARTHEIM : LE CHÂTEAU DE L'HORREUR NAZIE 22.20 Ravensbrück, le camp oublié, doc.	21.05 THE OTHER MAN ★ 22.45 Jeux de pouvoir ★, film 01.05 Programmes de nuit	

À VENDRE À COURSAN



Maison T5 de 80 m²

Réf. 574555



Jolie **maison de village rénovée** située à proximité des commerces. Elle est dotée de **4 chambres**, d'une **cave** en sous sol de 30 m², d'une **terrasse** sous toiture avoisinant les 39 m². Elle a un beau potentiel de par son volume, vous pourrez ainsi concevoir différents espaces pour créer votre cocon.

Je vous convie à prendre votre agenda, mon stylo à la main, j'attends de noter le rendez-vous.

Vous seriez disponible quand ? Je suis là pour vous accompagner dans votre projet d'achat.

DPE vierge

PRIX : 97 000€*

RECHERCHE ACTIVE SUR

secteur de **Coursan, Vinassan, Armissan, Salles d'Aude, Fleury d'Aude, Moussan, Cuxac, Nevian, Narbonne...**

RECHERCHE UNE MAISON DE VILLAGE À VENDRE

deux possibilités

➔ Soit coup de cœur 2 chambres avec un extérieur même petit

➔ Soit une maison à rénover

Vous êtes vendeur ?

Contactez moi au 06 88 91 84 20

ou par mail sophie.combe@safti.fr

**Vous souhaitez VENDRE, ACHETER ou ESTIMER GRATUITEMENT
votre bien avec votre conseillère indépendante ?**

www.safti.fr



Contactez votre Conseillère :

Sophie COMBE-SEGUIER

06 88 91 84 20

sophie.combe@safti.fr



Floisez et découvrez
mon site.

LES JEUX

...à vos stylos!



MOT MYSTÈRE

Rayez dans la grille les mots de la liste pour découvrir le MOT MYSTÈRE dont voici la définition :

DANS LA BOUE (9 lettres)

S	P	O	N	S	O	R	O	R	A	T	E	M	S
M	O	U	S	S	E	R	D	E	C	R	U	E	E
M	E	N	I	C	E	D	E	M	U	F	N	E	I
T	N	O	I	T	C	U	D	O	R	P	E	R	T
R	N	P	N	B	E	R	T	A	N	A	R	E	R
A	A	A	B	E	A	U	P	R	E	O	R	H	O
C	G	E	N	Z	A	E	T	I	S	I	E	P	M
A	R	L	E	E	H	P	M	Y	N	N	U	S	B
S	E	L	P	E	T	L	R	F	D	N	R	O	E
C	G	A	E	U	U	U	I	R	O	E	E	T	R
A	A	M	I	Q	E	M	E	B	U	E	L	A	E
D	T	I	R	S	E	E	E	I	B	S	I	R	G
E	E	R	E	G	A	T	A	F	L	U	S	T	E
L	I	P	P	U	E	S	U	B	E	R	H	S	M

AGRÉGAT	INNÉES	PRIMAL
AUTOUR	LIEUTENANT	RANATRE
BEAUPRÉ	LIPPUES	REBUSE
CASCADE	MÉDECINE	RELISH
DÉCRUE	MÉGÈRE	REPRODUCTION
DOUBLE	MOUSSE	SORORAT
ENFUMÉ	NYMPHE	SPONSOR
ÉPEIRE	ORTIES	SQUEEZE
ERREUR	PAËLLA	STRATOSPHERE
ÉTISIE	PARFUM	SULFATAGE
GANTER	PESEUR	TRACAS
INFIME	PLUMET	TROMBE

SOLUTIONS

UNIVERSAL JEUX 04 91 27 01 16

MOT MYSTÈRE : EMBOURBÉE

est un classeur ou dossier contenant une liasse de papiers. Ce mot s'utilise surtout en Belgique mais s'emploie aussi en France dans le domaine des arts et surtout en Belgique mais

1. Réponse A : Une farde

QUIZ

1	0	0	1	0	1	0	1
0	1	1	0	1	1	0	0
1	1	1	0	1	0	1	1
1	0	1	1	1	0	1	0
0	1	0	1	0	1	0	1
1	1	0	1	1	0	0	1
0	1	0	0	0	1	1	0
0	1	0	1	1	0	1	0

1	0	0	1	0	1	0	1
0	1	1	0	1	1	0	1
1	0	1	0	0	1	1	0
0	1	0	1	0	0	1	1
1	1	0	0	1	1	0	0
0	0	1	0	1	1	0	1
1	0	1	1	0	0	1	0
0	1	0	1	1	1	0	0

BINARY

► QUIZ

1 – Qu'est-ce qu'une farde ?

- A. Un classeur
- B. Une maquilleuse
- C. Un baluchon
- D. Aucune de ces trois propositions

► BINARY FACILE

0			1	1			0
0					1		
		1	1				0
0		1			0		
			0				0
	1	1		0			
					1		
1	0		0			0	

0			1				
	1			0			1
					1		1
1			0				
		0			1		
		0	1				0
0			1		1	1	
1	0				0		

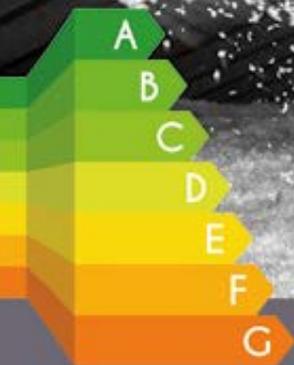
Remplissez les grilles avec des 0 et des 1. On ne peut trouver plus de deux 0 ou 1 à la suite. Sur chaque ligne et chaque colonne il y a le même nombre de 0 et de 1. 2 lignes ou 2 colonnes ne peuvent être identiques.

teknikal^{JK}

Isolation



**PROPRIÉTAIRE OU LOCATAIRE
ISOLEZ VOTRE MAISON
POUR 1 EURO
SANS CONDITIONS DE REVENUS**



AGENCE DE NARBONNE



Tél. 04 68 44 31 16

www.teknikal-isolation.fr



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

AVANT



PENDANT



APRÈS



Construction Languedocienne
vous accompagne dans l'ensemble
de vos aménagements

Construction Languedocienne

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

ZI la Bouriette - Bd Denis Papin - 11000 CARCASSONNE

06 32 89 35 93 - constlang@orange.fr

16 Bd Maréchal Joffre - 11100 NARBONNE

06 66 79 50 80 - constructionnb@orange.fr

www.constructionlanguedocienne.com

29.990€



Bmw cabriolet serie 225d (2018)
72.000 km - Blanche
Diesel - 224 cv

7.990€



Audi A3 sportback (2008)
145.000 km - Noire
Diesel 105cv

13.990€



Opel GT cabriolet (2008)
125.000 km - Noire
Essence - 264 cv

12.990€



Mini Cooper PACEMAN (2014)
89.000 km - Noire
Diesel SD 143 cv

9.990€



FORD Cmax (2013)
127.000 km - Noir
2l tdc1 115 cv

ICI

Votre voiture à vendre...

06 03 42 95 20

GARANTIE 3 MOIS EXTENSIBLE JUSQU'À 36 MOIS

Voir conditions en concession

43 Avenue du Champ de Mars - Z.I. Plaisance - 11100 NARBONNE

06 03 42 95 20