

1^{ÈRE} ÉDITION
RALLYE
NATIONAL
DES CORBIÈRES
RDV EN PAGES CENTRALES

URBAN TV & SORTIES

GRATUIT

Magazine TV et Sorties du Narbonnais.



NARBONNE ARENA

NARBONNE - A R E N A . F R

MESSMER
14.04.2023

-M-
20V.04.2023


Narbonne
AU CŒUR DES POSSIBLES


Narbonne Arena


UNE FILIALE
S-PASS TSE



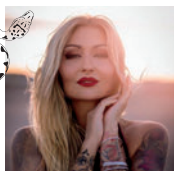
**URBAN
TATTOO**

SALON DU TATOUAGE "NARBONNE TATTOO SHOW"

La ville de Narbonne accueille pour la 5ème fois le Salon du Tatouage. Rendez-vous les 14, 15 et 16 avril 2023 au Parc des Expositions de Narbonne.

CETTE ANNÉE, C'EST SHOW À L'AMÉRICAIN !

Invités : Freaky Hoody (le plus tatoué de France) et Sarah Von Teese (marraine de l'évènement).



AU PROGRAMME

Combats de catch, body painting, maquillage, cheerleaders, car wash, pole dance, show surprise, concert... et bien entendu, des concours tattoo !

Pendant toute la durée de la convention, food trucks et buvette seront à disposition pour vous régaler et vous désaltérer.

HORAIRES

Vendredi: 14h – 21h
Samedi : 10h – 23h
Dimanche : 09h – 19h

TARIFS

Pass demi-journée (Vendredi) : 5€
Pass Journée (samedi ou dimanche) : 10€
Pass Week-end : 18€
Gratuit pour les moins de 15 ans.



POUR + D'INFOS



NARBONNE TATTOO SHOW



14, 15 & 16 AVRIL 2023

Parc des expositions - III100 NARBONNE

CULTURE & LOISIRS



GRATUIT

ANNA NOVIKA SOBIERAJSKI

Exposition "A l'orée de l'espace-temps"

Nos espaces sont nos refuges... Pourtant, parfois, nos abris que nous avons l'impression de si bien connaître, au lieu de nous sécuriser, nous réservent des angoisses descentes vers l'inconnu...

Du 05 avril au 29 mai 2023
Tous les jours de 14h à 18h (sauf le mardi)
Fermé les 1er et 8 mai 2023
Entrée libre et gratuite

📍 Chapelle des Pénitents-Bleus
📞 Renseignements : 04 68 90 30 65

CARNAVAL ANIMAL

Exposition Mise en scène, chorégraphie et interprétation : Dominique Delorme

Un hommage à la nature qui nous transporte au bout du monde, dans un voyage chorégraphique et musical.

Du 14 au 16 avril 2023
Les 14 et 15 avril à 21h
Le 16 avril à 17h

📍 Théâtre de l'Entresort
📞 Réservations : 04 68 75 02 73



LE MARCHÉ DE L'ART

Expositions, ateliers et rencontres

Pour cette première édition, plus de 15 artistes (peintres, dessinateurs, photographes, graveurs, sculpteurs...) seront au rendez-vous !

Le 15 avril 2023
De 9h à 17h
Entrée libre et gratuite

📍 Place du Forum
📞 Renseignements : 06 50 22 01 92
ou autourdelart11@gmail.com

Le Printemps continue... Les cloches vont bientôt partir puis revenir, en laissant tomber sur leur passage, dans les jardins de toutes les familles, les célèbres Œufs multicolores ! Dès lors, la chasse sera ouverte ! Une activité amusante et gourmande qui procure joie et bonheur aux petits comme aux grands !

En parlant d'activité, ce mois d'avril n'est pas en reste ! Entre le vide grenier annuel du Comité d'Animation Voltaire Joffre, la cinquième convention du tatouage, les spectacles divers et variés proposés par l'Arena et le tout premier Rallye National



des corbières... Il y a de quoi vous divertir dans notre si belle et dynamique région !

Comme d'habitude, retrouvez les rubriques sorties (spectacles & ciné, sports, culture & loisirs), recette, horoscope, jeux...

Et vous pouvez toujours **feuilleter le nouveau numéro d'Urban TV & Sorties** sur www.urbantv-narbonne.fr, ou parcourir les programmes TV de vos chaînes préférées en temps réel !

Bonne lecture à toutes et à tous !

ANGEL RAMOS SANCHEZ
Sur base de textes de **Raymond Devos**

Si Devos nous était conté ...

Mise en scène : **Michel Dalamerre**
Dramo : **Tomás Ramos Sanchez**
Production : **DE LA POSTE**

Angel Ramos Sanchez
«Si Devos nous était conté»

Le Théâtre historique et culturel
Théâtre DE LA POSTE en tournée
Vos spectacles en région

Le 21 avril
Espace Dominique Baudis – Narbonne Plage

Spectacle à **20h30**

Réservations et programmation disponibles sur : www.theatredelaposte.fr
Une info , un conseil : **06 47 71 25 66**

TF1 THE VOICE 23.50 The Voice arte	france.2 FLAIR DE FAMILLE 22.50 Quelle époque ! C8	france.3 LE GRAND SHOW DE L'HUMOUR 23.25 Les duos mythiques de la télévision, doc. W9	CANAL+ L'ORIGINE DU MAL 23.05 Le bal de l'enfer, film TMC	france.5 ÉCHAPPEES BELLES Magazine 22.25 Echappées belles, mag. TFX	6 NCIS : HAWAÏ 22.50 NCIS : Hawaï, série M6
arte ÉGYPTÉ Doc. 22.20 Les étonnantes techniques des bâtisseurs... LCP	france.2 LES PÉPITES DE SEBASTIEN 23.00 Les duos impossibles de Ferrari 4	france.3 LA PETITE HISTOIRE DE FRANCE 23.00 La petite histoire de France, série C STAR	france.5 COLUMBO 22.55 90' Enquêtes, mag. LCI	TFX CHRONIQUES CRIMINELLES 22.55 Chroniques criminelles, mag. LCI	6 YOUNG SHELDON 22.35 The Big Bang Theory, série TF1
france.2 UN MONDE EN DOC 22.30 Notre-Dame de Paris, l'épreuve des siècles, doc. C NEWS	france.2 LES CLEFS DE L'ORCHESTRE 22.40 Pastoral For The Planet, spectacle L'ÉQUIPE	france.3 AU CŒUR DU PARANORMAL 22.25 Au cœur du paranormal, doc. 6ter	france.5 LEGO MASTERS 23.05 Lego Masters : Extra Brique RMC	france.5 LE 20H DARIUS ROCHEBIN Magazine 22.00 Le 22h Darius Rochébin, mag. RMC	france.5 JOSÉPHINE, ANGE GARDIEN Série 23.00 Josephine, ange gardien, série TF1
france.2 LE MEILLEUR DE L'INFO L'HEBDO 22.00 Les visiteurs du soir C NEWS	france.2 WORLD CHASE 22.55 MMA : UFC Classiques, sport TFX	france.3 STITCH ! LE FILM 22.15 Lilo et Stitch 2, téléfilm 6ter	france.5 RETOUR À L'INSTINCT PRIMAIRE 23.00 Retour à l'instinct primaire RMC	france.5 100 JOURS AVEC LES GENDARMES DE BRETAGNE Doc. 22.25 100 jours avec... RMC	france.5 LA CUISINIÈRE DE CASTAMAR Série 22.00 La cuisinière de Castamar, série 6ter

TF1 JUMANJI - BIENVENUE DANS LA JUNGLE ★ Film 23.20 Esprits criminels arte	france.2 LA FOLIE DES GRANDEURS ★★ 23.00 Beau Geste, mag. C8	france.3 ANNIKA 23.40 Enquêtes à Morecambe, série W9	CANAL+ THOR : LOVE AND THUNDER Film 22.55 Golf : Masters Tournament, sport TMC	france.5 NOS TERRES EN DANGER Doc. 22.45 La petite fille au napalm..., doc. TFX	6 ZONE INTERDITE 23.10 Enquête exclusive, mag. M6
france.2 BEN-HUR ★★ 00.25 La Chana, doc. LCP	france.2 LES 3 MOUSQUETAIRES : LES FERRETS DE LA REINE 23.05 Les 3 mousquetaires 4	france.3 LES 20 CHANSONS DE COMÉDIE MUSICALE 22.55 Les 20 chansons préférées... C STAR	france.5 LE GRAND BÉTISIÈRE 23.00 Le bétisier de l'été 6ter	france.5 CAMPING ET CAMPING-CAR : LES VACANCES EN LIBERTÉ 23.00 Ils ont tout quitté LCI	france.5 QUOTIDIENS HORS DU COMMUN 23.10 Quotidiens hors du commun, doc. TF1
france.2 REMBOB'INA Mag. 23.30 Les grands entretiens de Daphné Roulier C NEWS	france.2 MADemoiselle ELSE Spectacle 22.35 Clara Haskil, prélude et fugue L'ÉQUIPE	france.3 CHICAGO FIRE 22.45 Chicago Fire, série 6ter	france.5 LA GRANDE VIDÉO PARTY 22.30 La grande vidéo party RMC	france.5 LE 20H DARIUS ROCHEBIN Magazine 22.00 Le 22h Darius Rochébin, mag. RMC	france.5 NEW YORK SECTION CRIMINELLE Série 22.40 New York section criminelle, série 6ter
france.2 EN QUÊTE D'ESPRIT Magazine 22.00 Les visiteurs du soir C NEWS	france.2 FLECHETTES : 1^{ER} LEAGUE 2023 22.35 L'Équipe du Soir, mag. L'ÉQUIPE	france.3 ASTÉRIX ET CLEOPÂTRE ★ Film 22.15 Astérix et les Indiens ★, film 6ter	france.5 FAITES ENTRER L'ACCUSÉ Doc. 22.45 Faites entrer l'accusé, doc. RMC	france.5 CHERCHEURS D'OPALE Doc. 22.05 Chercheurs d'opale, doc. RMC	france.5 LES PETITS MEURTRES D'AGATHA CHRISTIE 23.00 Les petits meurtres d'Agatha Christie 6ter

Du 05 au
20 Avril

LA CHASSE AUX BONNES OCCASIONS

Plus de 900 véhicules en stock toutes marques.
Suivez les œufs pour trouver les bons plans

Jouez
et gagnez un
week-end en
Peugeot 408*



* voir conditions en concession



www.maurelauto.fr

PEUGEOT MAUREL AUDOISE

NARBONNE

04 68 42 54 00

Route de Perpignan, Le Peyrou
11 100 Narbonne

CARCASSONNE

04 68 47 70 00

ZA Saint Jean de l'Arnouze
11 880 Carcassonne

TF1 <p>JE TE PROMETS Série 23.20 New York, unité spéciale, série</p>	france.2 <p>MEURTRES AU PARADIS Série 22.10 Meurtres au paradis, série</p>	france.3 <p>LA PROMESSE DE L'AUBE ★ Film 23.20 La ligne bleue, doc.</p>	CANAL+ <p>THE CRASH Série 22.45 The crash, série</p>	france.5 <p>RÈGNE ANIMAL, LES JEUX DE L'AMOUR Doc. 22.45 C ce soir, mag.</p>	6 <p>MARIÉS AU PREMIER REGARD 23.15 Et si on se rencontrait ?</p>
arte <p>VACANCES ROMAINES Film 22.50 Gounod : « Roméo et Juliette »</p>	C8 <p>COMMISSAIRE MAGELLAN Série 23.10 Commissaire Magellan, série</p>	W9 <p>LE FLIC DE BEVERLY HILLS ★ Film 23.05 Deadpool ★, film</p>	TMC <p>VENOM ★ Film 23.30 The Dark Knight Rises ★★, film</p>	TFX <p>APPELS D'URGENCE Mag. 23.15 Appels d'urgence, mag.</p>	M6 <p>CRIMES Documentaire 22.55 Crimes, doc.</p>
LCP <p>DÉBATDOC Documentaire 22.00 Sens Public, mag.</p>	4 <p>CIMAFUNK INVITE FRED WESLEY 22.35 Brooklyn Funk Essentials</p>	CSTAR <p>LES DUOS IMPOSSIBLES DE JEREMY FERRARI 23.05 Soixante, spectacle</p>	Gulli <p>MON ANIMAL FAIT LA LOI 22.30 Mon animal fait la loi</p>	LCI <p>UN ŒIL SUR LE MONDE Magazine 22.00 Brunet, Hammett & Cie, mag.</p>	TF1 <p>LE MEILLEUR DES INCONNUS 22.05 Le meilleur des Inconnus</p>
G NEWS <p>LE MEILLEUR DE L'INFO Magazine 22.00 Soir info</p>	L'ÉQUIPE <p>AUTO : L'ÉQUIPE MOTEUR - TOP GEAR Sport 23.00 L'Équipe du Soir</p>	6ter <p>KAAMELOTT Série 23.00 Kaamelott, série</p>	RMC <p>LOURDES ; L'ÉNIGME DES GUÉRISONS INEXPLIQUÉES Doc. 22.15 Jésus a-t-il...</p>	RMC <p>MEGAFABRIQUES Documentaire 22.05 Megafactories, doc.</p>	6ter <p>SHERLOCK Série 22.55 Sherlock, série</p>

TF1 <p>KOH-LANTA, LE FEU SACRÉ Jeu 23.05 Une famille en or, jeu</p>	france.2 <p>LE BIG SHOW 23.25 Barry Seal : american traffic ★, film</p>	france.3 <p>ALEX HUGO Série 22.40 Alex Hugo, série</p>	CANAL+ <p>LA DÉGUSTATION Film 22.40 Les enfants des autres, film</p>	france.5 <p>PRODUITS MONASTIQUES, À QUEL SAINT SE VOUER ? 22.45 C ce soir, mag.</p>	6 <p>9-1-1 Série 22.50 9-1-1, série</p>
arte <p>ABUS SEXUELS - PÊCHE MORTEL DANS L'ÉGLISE Doc. 22.25 La violence...</p>	C8 <p>LE GENDRE DE MA VIE ★ Film 23.15 Beau-parents ★, film</p>	W9 <p>FOOTBALL : FRANCE / CANADA Sport 23.10 Enquête d'action</p>	TMC <p>LE MASQUE DE L'ARAIGNÉE ★ Film 23.25 Natascha Kampusch, la confession..., doc.</p>	TFX <p>JURASSIC PARK ★ Film 23.25 Chroniques criminelles, mag.</p>	M6 <p>HELLBOY II : LES LÉGIIONS D'OR MAUDITES ★★ Film 23.30 Ennemi d'État ★</p>
LCP <p>DÉBATDOC Documentaire 22.00 Sens Public, mag.</p>	4 <p>JACQUES TATI, TOMBÉ DE LA LUNE 22.10 Le doc stupéfiant, doc.</p>	CSTAR <p>LE MEILLEUR FORGERON ★ Film 22.45 Le meilleur forgeron</p>	Gulli <p>ALVIN ET LES CHIPMUNKS ★ Film 22.40 Un, dos, tres, série</p>	LCI <p>UN ŒIL SUR LE MONDE Magazine 22.00 Brunet, Hammett & Cie, mag.</p>	TF1 <p>CAMPING PARADIS Série 22.55 Camping Paradis, série</p>
G NEWS <p>LE MEILLEUR DE L'INFO Magazine 22.00 Soir info</p>	L'ÉQUIPE <p>HANDBALL : FRANCE / BRÉSIL 22.55 L'Équipe du Soir, mag.</p>	6ter <p>UN JOUR ★ Film 23.10 Les rois de la réno, mag.</p>	RMC <p>ALIEN THEORY Documentaire 23.00 Alien Theory, doc.</p>	RMC <p>L'ÉRUPTION DU SIÈCLE : HORS DE CONTRÔLE Doc. 22.15 Crash de Tenerife</p>	6ter <p>SNAPPED : CRUELLES AMITIÉS 22.05 Snapped : cruelles amitiés, mag.</p>

NARBONNE ARENA

FAITES LE PLEIN D'ÉMOTIONS

VIRSKY
GRANDIOSE
5 & 6 OCT. 2023

REDOUANE BOUGHERABA
15 OCT. 2023

URBAN ARENA 2023
21 OCT. 2023

MICHAEL GREGORIO
3 NOV. 2023

CASSE-NOISETTE
14 NOV. 2023

GIMS
24 NOV. 2023

WORLD OF QUEEN
25 NOV. 2023

ÉLODIE POUX
19 JAN. 2024

MICHEL JONASZ
26 JAN. 2024

JÉRÉMY FERRARI
10 FÉV. 2024

SO FLOYD
2 FÉV. 2024

SHAKA POK
16 FÉV. 2024

PATRICK BRUEL
27 FÉV. 2024

FLASHDANCE
7 MARS 2024

THE RABEATS
23 MARS 2024

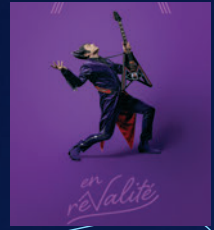
NOUVEAU
FRÉDÉRIC FRANCOIS
14 AVR. 2024

LE LAC DES CYGNES
16 AVR. 2024



MESSMER

14 AVR. 2023



-M-

20 AVR. 2023



LE LAC DES CYGNES

4 MAI 2023



BIGFLO ET OLI

12 MAI 2023



ROMÉO ET JULIETTE

10 JUIN 2023



SOPRANO

29 SEPT. 2023

... et d'autres événements
à venir !






BILLETTERIE
DANS LES POINTS DE VENTE HABITUELS

Carrefour, Cultura, FNAC, Géant Casino,
Auchan, E. Leclerc, etc.

et sur

narbonne-arena.fr

TF1	france.2	france.3	CANAL+	france.5	6
 GREY'S ANATOMY 10 Série 23.35 New York, unité spéciale, série	 L'ÉCOLE DE LA VIE 10 Série 23.00 Infrarouge, doc.	 SECRÈTS D'HISTOIRE Mag. 22.55 Enquêtes de région, mag.	 FOOTBALL : REAL MADRID / CHELSEA 22.55 Débrief Champions League, mag.	 LA GRANDE LIBRAIRIE Magazine 22.30 C ce soir, mag.	 TOP CHEF Jeu 23.20 Top chef : la brigade cachée, jeu
 LES POUPEES RUSSES ★★ Film 23.05 Homeshoppers' Paradise, téléfilm	 MONGEVILLE Série 23.10 Mongeville, série	 LES ROUTES LES PLUS DANGEREUSES DU MONDE 10 Mag. 22.05 Les routes...	 CANAP 79 Magazine 22.55 La folle soirée du Palmashow	 ILS CONSTRUISENT LA MAISON DE LEURS RÊVES... 22.55 Construire sa...	 CAMERON BLACK : L'ILLUSIONNISTE 23.00 Cameron black : l'illusionniste
 DÉBATDOC Documentaire 22.00 Sens Public, mag.	 LOVE FACTORY Spectacle 22.25 Hervé au théâtre Mogador	 BIG GAME ★ 10 Film 22.50 The predator ★, film	 LE GRAND DÉBARRAS, UN TRI À TOUT PRIX 22.30 Le grand débarras, un tri à tout prix	 UN ŒIL SUR LE MONDE Magazine 22.00 Brunet, Hammett & Cie, mag.	 NEW YORK SECTION CRIMINELLE Série 23.35 Les experts : Manhattan, série
 LE MEILLEUR DE L'INFO Magazine 22.00 Soir info	 GIANTS LIVE ET WORLD'S STRONGEST MAN 2022 22.55 L'Équipe du Soir	 BELLE ET SÉBASTIEN ★ Film 23.00 Kaamelott, série	 100 JOURS AVEC LES GENDARMES DES ALPES 10 Doc. 22.35 100 jours avec...	 VOITURE À VENDRE Doc. 23.45 Titans Mecanic : engins XXL...	 LE PRIX DE LA LOYAUTÉ Téléfilm 22.55 Crimes, mag.

TF1	france.2	france.3	CANAL+	france.5	6
 LEO MATTEI - BRIGADE DES MINEURS 10 Série 23.00 Léo Mattéi...	 ENVOYÉ SPECIAL Magazine 23.00 Complément d'enquête, mag.	 LE PONT DU DIABLE Téléfilm 22.45 La France en vrai, doc.	 THE ENGLISH 10 Série 23.10 Audrey est revenue, série	 PAVLOPETRI, LES SECRÈTS D'UNE CITÉ ENGLOUTIE 22.45 C ce soir, mag.	 PÉKIN EXPRESS : LE CHOIX SECRET 23.20 Pékin Express : itinéraire bis
 DÉS GENS BIEN Série 22.35 Des gens bien, série	 LA FUREUR DE VAINCRE 10 Film 23.15 Lukas ★, film	 FOOTBALL : FC BÂLE / OGC NICE 23.00 Kaamelott, série	 THE AMAZING SPIDER-MAN ★ Film 23.55 90' Enquêtes, mag.	 TATTOO COVER : SAUVEURS DE TATOUAGES 23.10 Tattoo Cover...	 SUPER BÉTISIER LE SUPER BÉTISIER 22.40 Thomas VDB - Bon chienchien
 DÉBATDOC Documentaire 22.00 Sens Public, mag.	 CHANNEL TRES Spectacle 22.00 Luidji, spectacle	 AU CŒUR DE L'ENQUÊTE Mag. 22.55 Au cœur de l'enquête, mag.	 TOP DOG - QUEL CHIEN SERA LE PLUS AGILE ? 22.45 Beethoven 3 ★	 UN ŒIL SUR LE MONDE Magazine 22.00 Brunet, Hammett & Cie, mag.	 LES TROIS MOUSQUETAIRES ★ Film 23.00 D'Artagnan et les 3 mousquetaires
 LE MEILLEUR DE L'INFO Magazine 22.00 Soir info	 BASKET-BALL : BERLIN / ASVEL 22.55 L'Équipe du Soir, mag.	 VIVE LE CAMPING Magazine 23.20 Vive le Camping, mag.	 FAMILLES D'AGRICULTEURS Doc. 22.35 Familles d'agriculteurs, doc.	 VINTAGE MECANIC Documentaire 22.35 Vintage Mecanic, doc.	 MISS DETECTIVE ★ Film 23.15 Les pleins pouvoirs ★★, film



OLONZAC

Villa t4 sur terrain 283 m²

180 200 €*

FITOU

Villa t4 sur terrain 305 m²

213 200 €*

MARCORIGNAN

Villa t4 sur terrain 330 m²

244 300 €*

GINESTAS

Villa t4 sur terrain 408 m²

218 000 €*

FERRALS DES C.

Villa t4 sur terrain 366 m²

188 500 €*

SALLELES D'AUDE

Villa t4 sur terrain 415 m²

231 000 €*

PORT-LA-NOUVELLE

Villa t4 sur terrain 325 m²

247 400 €*

ORNAISONS

Villa t4 sur terrain 533 m²

248 500 €*

NARBONNE

Villa t4 sur terrain 354 m²

243 900 €*

Prix calculés avec la nouvelle norme ro2020 qui permet de réduire les consommation d'énergies.

LES MAISONS COULEURS DU SUD

constructeur depuis 1919



90% DE
RECOMMANDATIONS



100 ANS
AU SERVICE
DE NOS CLIENTS



23 AGENCES
COMMERCIALES



+ DE 500
MAISONS PAR AN



ENTREPRISE
FAMILIALE DEPUIS
5 GÉNÉRATIONS

Une marque du groupe
hexaôm



maisons-de-manon.fr

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

100% pratique

...toutes les réponses à vos questions



« Pouvoir d'achat : quel est l'impact du lieu de vie ? »

France Stratégie, l'institut d'analyses rattaché au Premier ministre, a récemment publié deux études chiffrant les disparités de pouvoir d'achat en fonction de la localisation.

L'institution s'est notamment basée sur l'indicateur de reste à dépenser, autrement dit sur la somme qu'il reste à un foyer après avoir pourvu aux dépenses d'alimentation, de logement et de transport. Et en l'occurrence, c'est en région parisienne que cet indice est le plus élevé avec un reste à dépenser moyen de

1 165 €, contre 870 € dans l'Ouest et 830 € dans le pourtour méditerranéen. Selon ces travaux, ces disparités s'expliquent par des revenus supérieurs mais aussi par des sacrifices plus importants en termes de logement (petites surfaces) en Île-de-France.

Cela dit, dès lors qu'on compare le pouvoir d'achat des ménages à revenus médians, on s'aperçoit que ce reste à dépenser est plus faible en région parisienne (537 € par mois pour un homme seul et locataire), tandis que l'Ouest affiche le meilleur niveau de

vie (651 € par mois pour le même profil). Les différences sont en revanche moins marquées entre les autres régions. Les charges financières des Français varient en outre selon qu'ils résident dans des grandes villes ou non. Globalement, le logement et les transports absorbent en effet 37 % du revenu disponible des ménages. Mais cette dépense cumulée est 15 % plus élevée en périphérie des grandes zones urbaines, par rapport à celles de taille moyenne.

• Retrouvez l'intégralité des études sur : Strategie.gouv.fr

STÉPHANE BRACONNIER

UN MONDE SANS DROIT ?

Que serait un monde sans droit ?

Si la matière juridique a tôt fait de rebuter elle est pourtant à la base de notre société. Stéphane Braconnier, président de l'université Paris Panthéon d'Assas, démocratise le sujet dans son nouveau livre *Un monde sans droit*, publié aux éditions de L'Aube (16 €). Des Gilets jaunes à #MeToo, l'auteur propose son double regard de juriste et de citoyen pour nous questionner sur le caractère essentiel de la législation.



Épargne : les Français prêts à des sacrifices

L'augmentation des prix de toutes parts ne semble pas empêcher les Français de vouloir mettre de l'argent de côté. C'est ce qu'il ressort d'un récent sondage réalisé par Yomoni.fr. Ainsi, 62 % des participants se disent prêts à faire des sacrifices pour épargner. Si la génération Z préfère rogner sur son budget alimentation pour réaliser des économies (62 %), le reste de la population entend réduire en priorité les dépenses dédiées aux vacances.



Le logement individuel neuf au plus mal

L'habitat individuel neuf est particulièrement à la peine. Sur l'année 2022, les ventes ont accusé une chute violente de 31,3 % dans l'individuel diffus (comprenez hors lotissement), d'après le récent bilan tiré par le pôle Habitat de la Fédération française du bâtiment (FFB). Et le marché du logement individuel groupé a subi une baisse de 22,2 % en 2022. Quant au marché collectif neuf, il affiche une chute des ventes de près de 15 %.

Nous négocions plus...

Bien plus qu'un simple taux !

Nos experts en Occitanie
vous accompagnent et vous conseillent



moncréditenmieux

Courtier en financement sur mesure

- Crédits immobiliers
- Investissements locatifs
- Rachat de prêt
- Financements patrimoniaux
- Regroupement de crédits
- Prêt professionnel

En 2023, moncréditenmieux vous OFFRE
votre bilan fiscal et patrimonial !

Prenez rendez-vous dès maintenant !

Simulez
votre projet
en ligne !

Ceci n'est pas un simple
Calculateur de Crédit.

Des véritables Experts, de vrais Conseils
pour votre projet

Combien souhaitez-vous emprunter ?

10000

Durée souhaitée de votre prêt

2

Vous empruntez...

Seul A deux

ETAPE SUIVANTE

Contactez Sylvain Maillard pour votre étude personnalisée au 06 25 17 44 70

www.moncreditenmieux.fr

SPORT

RUGBY

Nationale

Samedi 15 avril **18H30**



VS



NARBONNE

RCHCC

Fédérale 1 Poule 2

Dimanche 16 avril **15H00**



VS



GRUISSAN

MEYZIEU

Dimanche 30 avril **15H00**



VS



NARBONNE

US DAX

URBAN TV & SORTIES

Magazine TV et Sorties du Narbonnais.

HANDBALL

Nationale 2 Féminine

Samedi 29 avril **19H00**



NARBONNE TOURNEFEUILLE

VOLLEY

Ligue A Masculine

Samedi 08 avril **20H00**



TOURCOING NARBONNE

FOOTBALL

Régional 1 Seniors

Samedi 15 avril **18H00**



SAAFC NARBONNE

Nationale 2 Féminine

Samedi 20 mai **20H30**



BORDES NARBONNE

Ligue A Masculine

Lundi 10 avril **20H00**



TOURCOING NARBONNE

Régional 1 Seniors

Samedi 22 avril **18H30**



NARBONNE CANET R. FC2



**URBAN
RACING**



SOIRÉE RENAISSANCE D'UNE LÉGENDE

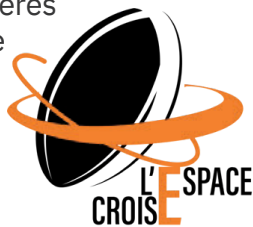
**Une soirée de Gala
"hors du commun"**

MERCREDI 05 AVRIL 2023

L' Espace Croisé vous propose le **05 avril 2023 à 19h30 à l'ARENA de Narbonne**, de se retrouver autour d'un **dîner de Gala** de prestige, animé par l'humoriste et imitateur **Didier Gustin**.

Le programme est **copieux**:

- Apéritif d'Accueil
- Diner de Gala
- Introduction - Didier Gustin
- Intervention du Président du Club Xavier Marco.
- Un nouvel élan pour le Club, un enjeu territorial : témoignages
 - Pierre Lavigne
 - Philippe Marco
 - Gérard Bertrand.
- Intervention de Bertrand Malquier (Mairie de Narbonne).
- Vente aux enchères
- Soirée musicale



**IL RESTE ENCORE
QUELQUES PLACES !**

Grâce à l'**Espace Croisé**, accédez à une **1/2 table** ou une **place individuelle** : composez votre table entre amis, et **réservez directement sur le site !**

Places limitées : dépêchez-vous !



Réservations en ligne obligatoires **sur www.lespacecroise.com**

Place individuelle : 240,00 € TTC

1/2 Table : 950,00 € TTC

(pour 4 personnes)





PROGRAMME DU RALLYE

VENDREDI 7 AVRIL

16h00-19h30 Vérifications techniques

SAMEDI 8 AVRIL 2023

07h15-08h30 Vérifications techniques

10h00 Départ du rallye

ES1 Tournissan-Talairan 4,10 km

ES2 Jonquières - Pilote - Montplaisir 14,40 km

Assistance

ES3 Tournissan-Talairan 4,10 km

ES4 Jonquières - Pilote - Montplaisir 14,40 km

DIMANCHE 9 AVRIL 2023

ES5 Albas - Palairac 18 km

ES6 Vignevieille-Saint Pierre des Champs 12 km

Assistance

ES7 Albas - Palairac 18 km

ES8 Vignevieille-Saint Pierre des Champ 12 km

7,8 & 9
AVRIL
2023

1ERE EDITION
RALLYE
NATIONAL
DES CORBIERES



Pour en savoir +



TF1	france-2	france-3	CANAL+	france-5	6
21.10 MASK SINGER 23.50 The Mask Singer, doc.	21.10 N'OUBLIEZ PAS LES PAROLES 23.23 Basique le concert, spectacle	21.10 CASSANDRE Série 22.40 Cassandre, série	21.00 JUMEAUX MAIS PAS TROP Film 22.45 Fanny Ruwet - Bon anniversaire Jean	21.00 NOTRE DAME ★ Film 22.30 Jean-Michel Basquiat, artiste absolu, doc.	21.10 LES DENTS, PIPI ET AU LIT ★ Film 23.05 Maison à vendre, mag.
20.55 MAÎTRE CONTI Téléfilm 22.30 A-ha - The Movie, doc.	21.20 DISNEYLAND PARIS : DANS LES COULISSES 23.00 Bon anniversaire Disneyland !	21.05 ENQUÊTE D'ACTION 10 Mag. 23.00 Enquête d'action, mag.	21.25 90' ENQUÊTES Magazine 22.45 90' Enquêtes, mag.	21.05 SUPER NANNY Magazine 22.50 Super Nanny, mag.	21.10 UN GARS, UNE FILLE Série 23.05 Alexandra Lamy, chouchou des...
21.00 MAMAN, J'AI ARRÊTÉ L'AVION ! 22.00 Le temps des ouvriers, doc.	21.10 GENERATION PANAME 22.20 La relève du rire à Lyon	21.10 STORAGE WARS 22.50 Storage Wars : enchères surprise	21.05 LE COUP DU PARAPLUIE ★ Film 22.50 Brice de Nice ★, film	20.00 LE 20H DARIUS ROCHEBIN Magazine 22.00 Le 22h Darius Rochebin, mag.	21.00 DIDIER ★ Film 23.00 Les experts : Manhattan, série
21.00 LE MEILLEUR DE L'INFO Magazine 22.00 Soir info	20.55 BASKET-BALL : EFES ISTANBUL / MONACO 22.55 L'Équipe du Soir	21.05 HAWAII 5-0 Série 22.50 Hawaii 5-0, série	21.10 MH370 : L'IMPOSSIBLE DISPARITION 23.20 Hors de contrôle, doc.	21.10 J'IRAI DORMIR CHEZ VOUS Doc. 23.20 J'irai dormir chez vous, doc.	21.05 SOUS LES JUPONS DE L'HISTOIRE 22.10 Sous les jupons de l'Histoire, mag.

TF1	france-2	france-3	CANAL+	france-5	6
21.10 THE VOICE 23.50 The Voice	21.10 LE GOÛT DU CRIME Téléfilm 22.45 Quelle époque !	21.10 DISCO, LA RÉVOLUTION FRANÇAISE 23.00 Mike Brant, l'étoile filante	21.00 RUGBY : LA ROCHELLE / BAYONNE 23.20 Air cocaïne, doc.	21.00 ÉCHAPPÉES BELLES Magazine 22.30 Échappées belles, mag.	21.10 NCIS 10 Série 22.50 NCIS : Hawaiï, série
20.50 LES MYSTÈRES D'UN PAPYRUS ÉGYPTIEN 22.25 À la recherche de planète 9, doc.	21.15 LES PÉPITES DE SEBASTIEN 23.00 Les pépites de Sébastien	21.05 LA PETITE HISTOIRE DE FRANCE 23.00 La petite histoire de France, série	21.10 COLUMBO Série 22.55 90' Enquêtes, mag.	21.05 CHRONIQUES CRIMINELLES 10 22.55 Chroniques criminelles, mag.	21.10 YOUNG SHELDON Série 22.30 Young Sheldon, série
21.00 RÉFORME DES RETRAITES : LA BATAILLE 22.40 La dure vie des surdoués, doc.	21.10 MYTHOLOGIES Spectacle 22.45 Polina, danser sa vie, film	21.10 AU CŒUR DU PARANORMAL 10 22.50 État paranormal, doc.	21.05 ZOMBILLENIUM ★ Film 22.35 Monsters Academy, téléfilm	20.00 LE 20H DARIUS ROCHEBIN Magazine 22.00 Le 22h Darius Rochebin, mag.	21.00 JOSÉPHINE, ANGE GARDIEN Série 22.50 Joséphine, ange gardien, série
21.00 LE MEILLEUR DE L'INFO L'HEBDO 22.00 Les visiteurs du soir	21.05 WORLD CHASE TAG : LE MONDIAL DE COURSE-POURSUITE 23.00 MMA : UFC Classics	21.05 LES ROIS DU RANGEMENT Doc. 22.50 Les rois du rangement, doc.	21.10 RETOUR À L'INSTINCT PRIMAIRE 23.00 Retour à l'instinct primaire	21.10 EUROPAPARK : COULISSES D'UN INCROYABLE SUCCÈS 22.25 Méga loisirs...	21.05 MARIE-THÉRÈSE D'AUTRICHE Série 23.05 Héritages, mag.

LES CUISINES DE Margaret

NOUVELLE COLLECTION

ARREX
LE CUCINE



UNIQUEMENT SUR RDV
06 13 27 24 70

TF1 21.10 IRON MAN 2 ★ Film 23.30 Esprits criminels, série	france.2 21.10 #JESUISLA ★ Film 22.50 Beau Geste, mag.	france.3 21.10 ANNIKA 10 Série 22.45 Annika, série	CANAL+ 21.00 RUGBY : TOULOUSE / LYON 23.20 Poker face, film	france.5 20.55 RUSSIE : UN PEUPLE QUI MARCHÉ AU PAS 22.50 Grotte d'Ouvéa, le prix du sang, doc.	6 21.10 CAPITAL Magazine 23.15 Enquête exclusive, mag.
arte 20.50 EN PLEINE TEMPÊTE ★ Film 23.00 Keanu Reeves, doc.	C8 21.10 DIALOGUE AVEC MON JARDINIER ★ 23.10 L'essentiel chez Labro, mag.	W9 21.05 LOVE ADDICT ★ Film 22.25 Tamara ★, film	TMC 21.10 MUNCH 10 Série 23.05 Munch, série	TFX 21.05 BIENVENUE À MARLY-GOMONT ★ Film 22.55 Tais-toi ! ★, film	M6 21.10 QUOTIDIENS HORS DU COMMUN QUOTIDIENS HORS DU COMMUN Doc. 23.00 Quotidiens hors du commun, doc.
LCP 21.00 REMBOB'INA Mag. 23.00 Les grands entretiens de Daphné Roulier	4 21.10 LE FIRMAMENT Spectacle 23.50 Iphigénie, spectacle	CSTAR 21.10 CHICAGO FIRE 10 Série 22.40 Chicago Fire, série	6 21.05 E=mc² FAMILY Magazine 22.00 E=mc² family, mag.	LCI 20.00 LE 20H DARIUS ROCHEBIN Magazine 22.00 Le 22H Darius Rochébin, mag.	TF1 21.00 NEW YORK SECTION CRIMINELLE Série 22.45 New York section criminelle, série
C NEWS 21.00 EN QUÊTE D'ESPRIT Magazine 22.00 Les visiteurs du soir	L'ÉQUIPE 19.30 FLECHETTES : 1ER LEAGUE 2023 Sport 22.35 L'Équipe du Soir, mag.	6ter 21.05 NANNY MCPHEE ★ Film 22.50 On a échangé nos maisons, doc.	RMC 21.10 FAITES ENTRER L'ACCUSÉ 10 Doc. 23.00 Faites entrer l'accusé, doc.	RMC 21.10 CHERCHEURS D'OPALE Doc. 22.05 Chercheurs d'opale, doc.	6ter 21.05 LES PETITS MEURTRES D'AGATHA CHRISTIE 23.00 Les petits meurtres d'Agatha Christie

TF1 21.10 JE TE PROMETS Série 23.15 New York, unité spéciale, série	france.2 21.10 MEURTRES AU PARADIS Série 22.10 Meurtres au paradis, série	france.3 21.10 PIECE MONTEE ★ Film 22.45 La ligne bleue, doc.	CANAL+ 21.10 THE CRASH Série 22.45 Blacklight, film	france.5 21.00 UNE VIE DE RENARDE Doc. 22.30 C ce soir, mag.	6 21.10 MARIÉS AU PREMIER REGARD 23.15 Et si on se recontraît ?
arte 20.50 INSPECTEUR LAVARDIN ★ Film 22.30 Quand la panthère rose s'emmêle ★	C8 21.20 COMMISSAIRE MAGELLAN Série 23.15 Commissaire Magellan, série	W9 21.05 LE FLIC DE BEVERLY HILLS 2 23.00 Le flic de Beverly Hills ★	TMC 21.25 IRON MAN 3 ★ Film 23.55 90' enquêtes, mag.	TFX 21.05 APPELS D'URGENCE Mag. 23.10 Appels d'urgence, mag.	M6 21.10 CRIMES Documentaire 23.00 Crimes, doc.
LCP 20.35 DÉBATDOC Documentaire 22.00 Sens Public, mag.	4 21.10 COLINE RIO A L'HYPER WEEK-END FESTIVAL 21.50 Cats on Trees	CSTAR 21.10 LES DUOS IMPOSSIBLES DE JEREMY FERRARI 23.15 Les duos impossibles...	6 21.05 TINY HOUSE NATION Doc. 22.00 Tiny House Nation, doc.	LCI 20.00 UN ŒIL SUR LE MONDE Magazine 22.00 Brunet, Hammett & Cie, mag.	TF1 21.00 LA FOLLE SOIRÉE DU PALMASHOW 22.40 Palmashow Vidéo
C NEWS 21.00 LE MEILLEUR DE L'INFO Magazine 22.00 Soir info	L'ÉQUIPE 21.05 Top Gear AUTO : L'ÉQUIPE MOTEUR - TOP GEAR 23.15 L'Équipe du Soir, mag.	6ter 21.05 KAAMELOTT Série 22.40 Kaamelott, série	RMC 21.10 LES PLUS GRANDS MYSTÈRES DE L'HISTOIRE Doc. 22.15 Nostradamus...	RMC 21.10 LES SECRETS DE FORT BOYARD Doc. 22.15 Les forteresses maritimes, doc.	6ter 21.05 SHERLOCK 10 Série 22.55 Sherlock, série

SPECTACLES & CINÉ

KALKA - MAERTE

De Gaulle est de retour !

05 mai 2023 - 20h30

Espace Dominique Baudis - Narbonne-plage



RICHARD GOTAINER

"Ramène sa Phrase"

12 et 13 mai 2023 - 20h30

Espace Dominique Baudis - Narbonne-plage



-M- EN RÉVALITÉ

Concert

20 avril 2023 - 20h00



Réservations et programmation disponibles sur :
www.theatredelaposte.fr



POUR L'HONNEUR

Réalisé par Philippe Guillard

AVANT-PREMIÈRE

16 avril 2023 - 18h00

EN PRÉSENCE DE

PHILIPPE GUILLARD
&
OLIVIER MARCHAL



INFORMATIONS ET RÉSERVATIONS
cgrcinemas.fr/narbonne

théâtre
+ cinéma

Scène nationale
Grand Narbonne

ARTHUR H

Musique

21 avril 2023 - 20h00



Réservations et programmation disponibles sur :

theatrecinema-narbonne.com

LES HAUTS PLATEAUX

Cirque - Jeune public

10 mai 2023 - 20h00



LE LAC DES CYGNES











Spectacle de danse
04 mai 2023 - 20h00



INFORMATIONS ET RÉSERVATIONS
narbonne-arena.fr

Narbonne Arena

<p>TF1</p> <p>21.10</p>  <p>KOH-LANTA, LE FEU SACRÉ Jeu</p> <p>23.05 Une famille en or, jeu</p> <p>arte</p>	<p>france.2</p> <p>21.10</p>  <p>FALLAIT PAS LE DIRE Spectacle</p> <p>22.40 Le canard à l'orange</p> <p>C8</p>	<p>france.3</p> <p>21.10</p>  <p>LA DOC ET LE VÉTO Série</p> <p>22.40 La doc et le véto, série</p> <p>W9</p>	<p>CANAL+</p> <p>21.10</p>  <p>LA OÙ CHANTENT LES ÉCREVISSES</p> <p>23.10 La dégustation, film</p> <p>TMC</p>	<p>france.5</p> <p>21.00</p>  <p>LA VIANDE VÉGÉTALE DEFEND SON BIFTECK Doc.</p> <p>22.45 C ce soir, mag.</p> <p>TFX</p>	<p>6</p> <p>21.10</p>  <p>9-1-1 Série</p> <p>22.45 9-1-1, série</p> <p>neji</p>
<p>20.55</p>  <p>PLANÈTE FINANCE Documentaire</p> <p>22.40 Planète finance, doc.</p> <p>LCP</p>	<p>21.20</p>  <p>MON BEBÉ ★★ Film</p> <p>23.05 Le gendre de ma vie ★, film</p> <p>4</p>	<p>21.05</p>  <p>PREMIER DE LA CLASSE Film</p> <p>22.40 Les 20 chansons de comédie...</p> <p>CSTAR</p>	<p>21.25</p>  <p>90' ENQUÊTES Magazine</p> <p>22.45 90' Enquêtes, mag.</p> <p>Gulli</p>	<p>21.05</p>  <p>LE MONDE PERDU : JURASSIC PARK ★</p> <p>23.25 Jurassic Park ★, film</p> <p>LCI</p>	<p>21.10</p>  <p>REAL STEEL ★ Film</p> <p>23.30 Hellboy II : les légions d'or maudites ★★, film</p> <p>TF1</p>
<p>20.30</p>  <p>DEBATDOC Documentaire</p> <p>22.00 Sens Public, mag.</p> <p>C NEWS</p>	<p>21.10</p>  <p>J.-M. BASQUIAT, ARTISTE ABSOLU</p> <p>22.05 Le siècle de Sabine Weiss, doc.</p> <p>L'EQUIPE</p>	<p>21.10</p>  <p>LE MEILLEUR FORGERON 10</p> <p>22.45 Le meilleur forgeron</p> <p>6ter</p>	<p>21.05</p>  <p>ALVIN ET LES CHIPMUNKS 2 ★</p> <p>22.35 Le club des aventuriers</p> <p>RMC STORY</p>	<p>20.00</p>  <p>UN ŒIL SUR LE MONDE Magazine</p> <p>22.00 Brunet, Hammett & Cie, mag.</p> <p>RMC</p>	<p>21.00</p>  <p>CAMPING PARADIS Série</p> <p>22.50 Camping Paradis, série</p> <p>TF1</p>
<p>21.00</p>  <p>LE MEILLEUR DE L'INFO Magazine</p> <p>22.00 Soir info</p>	<p>21.05</p>  <p>MULTISPORTS : LE GRAND BÉTISIER DU SPORT</p> <p>22.55 L'Équipe du Soir</p>	<p>21.05</p>  <p>CRAZY, STUPID, LOVE ★ Film</p> <p>23.10 Un Jour ★, film</p>	<p>21.10</p>  <p>ALIEN THEORY 10</p> <p>Documentaire</p> <p>23.00 Alien Theory, doc.</p>	<p>21.10</p>  <p>SAN ANDREAS : L'APOCALYPSE EN CALIFORNIE Doc.</p> <p>22.20 L'éruption du siècle</p>	<p>21.05</p>  <p>SNAPPED : CRUELLES AMITIÉS</p> <p>22.05 Snapped : cruelles amitiés</p>

<p>TF1</p> <p>21.10</p>  <p>GREY'S ANATOMY 10 Série</p> <p>22.50 Grey's Anatomy : Station 19, série</p> <p>arte</p>	<p>france.2</p> <p>21.10</p>  <p>L'ÉCOLE DE LA VIE Série</p> <p>23.00 Infrarouge, doc.</p> <p>C8</p>	<p>france.3</p> <p>21.10</p>  <p>FAUT PAS RÉVER Magazine</p> <p>23.05 Justice en France, doc.</p> <p>W9</p>	<p>CANAL+</p> <p>21.00</p>  <p>BAYERN MUNICH / MANCHESTER CITY</p> <p>22.55 Débrief..., mag.</p> <p>TMC</p>	<p>france.5</p> <p>21.00</p>  <p>LA GRANDE LIBRAIRIE Magazine</p> <p>22.30 C ce soir, mag.</p> <p>TFX</p>	<p>6</p> <p>21.10</p>  <p>TOP CHEF Jeu</p> <p>23.20 Top chef : la brigade cachée, jeu</p> <p>neji</p>
<p>20.55</p>  <p>CASSE-TÊTE CHINOIS ★ Film</p> <p>22.50 Le maire, Mussolini et...</p> <p>LCP</p>	<p>21.20</p>  <p>MONGEVILLE Série</p> <p>23.10 Mongeville, série</p> <p>4</p>	<p>21.05</p>  <p>LES ROUTES LES PLUS DANGEREUSES DU MONDE 10 Mag.</p> <p>22.05 Les routes...</p> <p>CSTAR</p>	<p>21.25</p>  <p>ARNAUD DUCRET : THAT'S LIVE</p> <p>23.10 Arnaud Ducret dans tous ses états</p> <p>Gulli</p>	<p>21.05</p>  <p>MANGA, COSPLAY, KAWAII : DANS LES COULISSES...</p> <p>22.55 Tattoo Cover...</p> <p>LCI</p>	<p>21.10</p>  <p>CAMERON BLACK : L'ILLUSIONNISTE</p> <p>22.05 Cameron Black : l'illusionniste</p> <p>TF1</p>
<p>20.30</p>  <p>DÉBATDOC Documentaire</p> <p>22.00 Sens Public, mag.</p> <p>C NEWS</p>	<p>21.10</p>  <p>BÉRNARD LAVILLIERS Série</p> <p>23.45 Gauvain Sers : la voix des oubliés</p> <p>L'EQUIPE</p>	<p>21.10</p>  <p>THE CIRCLE ★ Film</p> <p>23.10 Alien : Covenant ★, film</p> <p>6ter</p>	<p>21.05</p>  <p>LE GRAND DÉBARRAS, UN TRI À TOUT PRIX</p> <p>22.30 Le grand débarras</p> <p>RMC</p>	<p>20.00</p>  <p>UN ŒIL SUR LE MONDE Magazine</p> <p>22.00 Brunet, Hammett & Cie, mag.</p> <p>RMC</p>	<p>21.00</p>  <p>NEW YORK SECTION CRIMINELLE Série</p> <p>22.40 New York section criminelle, série</p> <p>TF1</p>
<p>21.00</p>  <p>LE MEILLEUR DE L'INFO Magazine</p> <p>22.00 Soir info</p>	<p>21.05</p>  <p>SPORTS DE FORCE : WORLD'S STRONGEST MAN</p> <p>22.55 L'Équipe du Soir</p>	<p>21.05</p>  <p>BELLE ET SÉBASTIEN 2 ★ Film</p> <p>23.00 Kaamelott, série</p>	<p>21.10</p>  <p>100 JOURS AVEC LES GENDARMES DES ALPES 10 Doc.</p> <p>22.35 100 jours avec...</p>	<p>21.10</p>  <p>VOITURE À VENDRE Doc.</p> <p>22.25 Voiture à vendre, doc.</p>	<p>21.05</p>  <p>LA MORT DANS L'ÂME 10 Téléfilm</p> <p>23.05 Crimes, mag.</p>

VOTRE
SALLE
DE CINÉMA

LOUEZ
VOTRE
SALLE
DE **CINÉMA**

RENSEIGNEMENTS
& DEVIS GRATUITS

cgr.narbonne@cgrcinemas.fr

BÉNÉFICIEZ D'UNE ORGANISATION SUR MESURE

RÉUNIONS, SÉMINAIRES, CONFÉRENCES, PROJECTION PRIVÉE D'UN FILM

PROFITEZ DE SOLUTIONS TECHNIQUES ADAPTÉES

SOLUTIONS AUDIOVISUELLES SUR MESURE, VISIOCONFÉRENCES

DONNEZ VIE À VOS ÉVÈNEMENTS

SOIRÉES D'ENTREPRISE, GOÛTER OU COCKTAIL AVANT OU APRÈS LE FILM,
ANIMATIONS POSSIBLES EN SALLE

CGR

CINEMAS

NARBONNE

TF1  LÉO MATTEI - BRIGADE DES MINEURS Série 23.00 Léo Mattei... arte	france.2  ENVOYÉ SPECIAL Magazine 23.00 Complément d'enquête, mag. C8	france.3  PEUR SUR LA BASE Téléfilm 22.45 La France en vrai, doc. W9	CANAL+  BANDIT Téléfilm 23.10 Jérôme, les yeux dans le bleu, doc. TMC	france.5  KROMDRAAI, À LA DÉCOUVERTE DU PREMIER HUMAIN 22.35 C ce soir, mag. TFX	6  PÉKIN EXPRESS : LE CHOIX SECRET 23.25 Pékin Express : itinéraire bis neji
20.55  DES GENS BIEN Série 22.40 Des gens bien, série LCP	21.20  LA FUREUR DU DRAGON Film 23.15 La fureur de vaincre, film 4	20.50  FOOTBALL : OGC NICE / FC BALE 23.00 Kaamelott, série C STAR	21.25  THE AMAZING SPIDER-MAN 2 ★ 00.00 The Amazing Spider-Man ★ 9	21.05  TATTOO COVER : SAUVEURS DE TATOUAGES 23.10 Tattoo Cover... LCI	21.10  SUPER BÉTISIER 22.40 Le super bétisier TF1
20.35  DÉBATDOC Documentaire 22.00 Sens Public, mag. C NEWS	21.10  LA GRANDE SOIRÉE DU FESTIVAL URBX 22.45 Les nocturnes de l'urbain, spectacle L'ÉQUIPE	21.10  AU CŒUR DE L'ENQUÊTE Mag. 22.55 Au cœur de l'enquête, mag. 6ter	21.05  TOP DOG - QUEL CHIEN SERA LE PLUS AGILE ? 22.45 Top Dog RMC	20.00  UN ŒIL SUR LE MONDE Magazine 22.00 Brunet, Hammett & Cie, mag. RMC	21.00  ROBIN DES BOIS ★ Film 23.25 Les trois mousquetaires ★, film TF1
21.00  LE MEILLEUR DE L'INFO Magazine 22.00 Soir info C NEWS	21.05  FLECHETTES : 1^{ER} LEAGUE 2023 Sport 22.55 L'Équipe du Soir, mag. L'ÉQUIPE	21.05  VIVE LE CAMPING Magazine 23.20 Vive le camping, mag. 6ter	21.10  PAUL EL KHARRAT, LES VICTOIRES D'UN AUTISTE ASPERGER 22.35 La face cachée... RMC	21.10  VINTAGE MECANIC Documentaire 22.30 Vintage Mecanic, doc. RMC	21.05  MISS FBI : DIVINEMENT ARMÉE ★ 23.20 Miss Détective ★, film TF1

TF1  MASK SINGER 23.50 Mask Singer arte	france.2  N'OUBLIEZ PAS LES PAROLES 23.25 Soaking au Zénith, spectacle C8	france.3  CASSANDRE Série 22.45 Cassandre, série W9	CANAL+  GRAND CORPS MALADE « EN CONCERT » 22.50 Jumeaux mais pas trop, film TMC	france.5  LE PETIT COIFFEUR Spectacle 22.20 Pierre Dac, le parti d'en rire TFX	6  TANGUY, LE RETOUR ★ Film 22.55 Recherche appartement... neji
20.55  SAGES-FEMMES Téléfilm 22.35 Amanda Lear, doc. LCP	21.20  CHARLES III : LES SECRETS INAVOUABLES... 22.50 Elisabeth II, doc. 4	21.05  ENQUÊTE D'ACTION Mag. 23.00 Enquête d'action, mag. C STAR	21.25  90' ENQUÊTES Magazine 22.45 90' Enquêtes, mag. 9	21.05  SUPER NANNY Magazine 22.50 Super Nanny, mag. LCI	21.10  UN GARS, UNE FILLE Série 23.05 Mathieu Madenian - Un spectacle familial TF1
20.35  ZONE D'ÉDUCATION DOCUMENTAIRE 22.00 Le temps des ouvriers, doc. C NEWS	21.10  LA NUIT DU RAMADAN 22.40 Souad Massi carte blanche L'ÉQUIPE	21.10  STORAGE WARS 22.50 Storage Wars : enchères surprises 6ter	21.05  LA FLÛTE À SIX SCHTROUMPFS 22.25 Le coup du parapluie ★, film RMC	20.00  LE 20H DARIUS ROCHEBIN Magazine 22.00 Le 22H Darius Rochebin, mag. RMC	21.00  LE REMPLAÇANT 22.55 Le plus beau métier du monde ★, film TF1
21.00  LE MEILLEUR DE L'INFO Magazine 22.00 Soir info C NEWS	21.05  AUTO : L'ÉQUIPE MOTEUR Sport 22.55 L'Équipe du Soir, mag. L'ÉQUIPE	21.05  HAWAII 5-0 Série 22.00 Hawaïi 5-0, série 6ter	21.10  AÉROPORTS LES PLUS DANGEREUX 22.45 MH370 : l'impossible disparition RMC	21.10  J'IRAI DORMIR CHEZ VOUS Doc. 23.00 J'irai dormir chez vous, doc. RMC	21.05  SOUS LES JUPONS DE L'HISTOIRE Mag. 22.10 Sous les jupons de l'Histoire, mag. TF1

LE PSYCHO TEST

100 % vous



Quel type de mémoire avez-vous ?

Résultats



Vous avez une majorité de A :

Vous avez une mémoire auditive

Vous retenir plus facilement les choses dites oralement et vous êtes capable de vous souvenir de la voix de n'importe qui, même de votre premier amour. Le bruit a tendance à vous stimuler et ne vous dérange pas outre mesure. Vous pouvez totalement travailler entouré(e) de musique, par exemple. Pour apprendre un texte, n'hésitez pas à le relire plusieurs fois à voix haute ou à l'analyser avec quelqu'un.

Vous avez une majorité de B :

Vous avez une mémoire visuelle

Vous avez tendance à vous souvenir de ce que vous voyez. Pour assimiler une information, vous avez besoin de vous la représenter. N'hésitez pas à dessiner des schémas ou des graphiques pour vous aider. À l'école, vous étiez de ceux qui avaient toujours besoin d'un brouillon. Vous étiez également du genre à faire des fiches très aérées, avec un code couleur précis. Organisé(e), vous avez le sens du détail.

Vous avez une majorité de C :

Vous avez une mémoire kinesthésique

Sensible aux émotions, vous vous fiez la plupart du temps à votre intuition. Vous associez les informations que vous recevez à des situations et aimez les explications basées sur l'expérience. Pour retenir quelque chose, bougez, mimez ou touchez des objets. Pour que vous obteniez des bons résultats, vous avez également besoin de vous sentir soutenu(e).

Vous souvenez-vous plus facilement de ce que vous avez vu, entendu ou ressenti ? Faites le test et découvrez vite si vous avez plutôt une mémoire auditive, visuelle ou kinesthésique.

1/ Vous rencontrez une personne pour la première fois.

Que retenez-vous d'elle ?

- A. Ce qu'elle a dit
- B. Ce qu'elle portait
- C. Ce qu'elle vous a inspiré comme émotion

2/ À l'école, comment faisiez-vous pour apprendre vos cours ?

- A. Vous écoutiez attentivement le professeur
- B. Vous faisiez des dessins et des schémas
- C. Vous essayiez de trouver des moyens mnémotechniques basés sur vos propres expériences

3/ Pour travailler, vous avez besoin d'être dans un espace...

- A. Où vous pouvez réciter à voix haute
- B. Où il n'y a pas de bruits
- C. Où vous vous sentez à l'aise

4/ Lorsque vous pensez à votre ancienne salle de classe, qu'est-ce qui vous vient à l'esprit en premier ?

- A. Le brouhaha de la classe
- B. La couleur des murs
- C. La dureté de votre chaise

5/ Pensez à une pomme. Comment vous l'imaginez-vous ?

- A. Croquante
- B. Brillante
- C. Délicieuse

6/ Pour vous rappeler de l'orthographe d'un mot, vous...

- A. L'épelez
- B. Le visualisez
- C. L'écrivez

7/ Vous préférez les explications...

- A. Orales
- B. Schématisées
- C. Ponctuées d'anecdotes

8/ Lorsque vous pensez à la mer, qu'est-ce qui vous vient en tête ?

- A. Le bruit des vagues
- B. Le bleu des vagues
- C. La fraîcheur de l'eau sur votre corps

9/ Dans un bar, à quoi êtes-vous le plus sensible ?

- A. Au fond musical
- B. À la carte
- C. À la gentillesse des serveurs

10/ Pour savoir où vous vous êtes garé...

- A. Vous refaites le chemin à voix haute
- B. Vous prenez en photo le chemin de l'allée
- C. Vous repérez les environs





VAP'ART
Vape & CBD Shop

VOTRE VAPE & CBD SHOP

OUVERT DU LUNDI AU SAMEDI
10H - 19H
NON-STOP



04 68 70 91 05

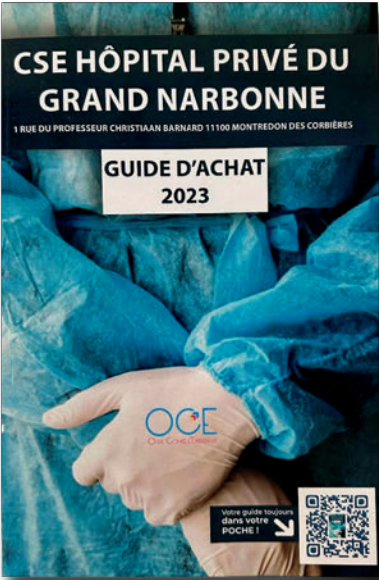


**10 Bd Docteur Lacroix
11100 Narbonne**



PARTENAIRE OFFICIEL DU CSE DE L'HÔPITAL PRIVÉ DU GRAND NARBONNE

ELSAN
HÔPITAL PRIVÉ DU
GRAND NARBONNE

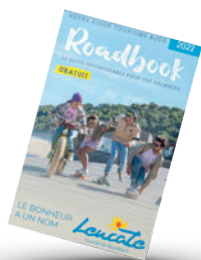


Ils nous font confiance pour
les sevrages tabagique
et cannabique...

Pourquoi pas vous ?



L'ENCRE QUI DEPLOIE VOS AILES



L'encre des découvertes



L'encre des bonnes affaires



L'encre des idées de sorties

À 20 min de Narbonne

VOTRE VILLA
à partir de **173 000 € TTC**
tous frais compris*



*Terrain vu pour vous et transaction en direct avec notre partenaire vendeur sous réserve de disponibilité. Frais de notaire et de terrain inclus.

INTÉRESSÉ ? CONTACTEZ NICOLAS POURSIN AU
04 68 65 03 55 ou **06 86 38 59 97**

www.sm-maisons.com

NARBONNE

Pâques aux Halles

SAMEDI 8 ET DIMANCHE 9 AVRIL 2023

Omelettes Géantes

Offertes en dégustation aux clients.



DIMANCHE 9 AVRIL

Ambiance Cotton Club

avec le groupe White Beans Jazz Quartet.



INFOS & DETAILS SUR :
www.narbonne.halles.fr

URBAN TV

AVEC LE SOUTIEN DE



DIMANCHE 16 AVRIL 2023

À NARBONNE



Le Comité d'Animation Voltaire Joffre et ses commerçants
vous invitent à leur traditionnel...

VIDE GRENIER

PLACE VOLTAIRE - BOULEVARD JOFFRE
PARKING COEUR DE VILLE - RUE PARERIE
DE 08H00 À 19H00 NON-STOP
VENEZ CHINER EN NOMBRE !!



RENSEIGNEMENTS : 06 65 27 07 30 - voltaire-joffre.com - contact@voltaire-joffre.com



BATI DRIVE !

TRIDOME

BRICO - MAISON - JARDIN



DEVIS GRATUIT*

Venez avec vos plans et vos métrés, nous réalisons votre devis gratuitement : matériaux de construction, peintures, aménagement de la maison, arrosage intégré, étude en 3D de votre cuisine...

* Voir conditions à l'accueil

LIVRAISON À DOMICILE OU SUR CHANTIER*

Pour les transports de produits lourds ou volumineux, nous pouvons vous livrer avec une camionnette ou un camion grue, même le samedi !

* Voir tarifs affichés en magasin.

CLICK & COLLECT

Commandez sur notre site internet www.tridome.fr

Tridôme s'engage à vous préparer votre commande bricolage et/ou jardinerie afin qu'elle soit disponible sous 2h en magasin.

REMBOURSEMENT DE LA DIFFÉRENCE*

Dans les 15 jours suivant votre achat, et sur une distance de 30 km, nous vous remboursons la différence sur présentation du ticket de caisse si vous trouvez moins cher ailleurs.

* Voir conditions à l'accueil



Parpaing, ciment, mortier, plaque de plâtre ...

Plus de 2 000 références disponibles pour tous vos chantiers.



OUVERT DU LUNDI AU SAMEDI DE 7H À 19H
SANS INTERRUPTION - C.C. Bonne Source NARBONNE