

Narbonne - N°076 - Du 30 septembre au 13 octobre 2023

SPÉCIAL



COUPE DU MONDE  
RUGBY  
FRANCE 2023

# URBAN TV & SORTIES

GRATUIT

Magazine TV et Sorties du Narbonnais.

# NARBONNE ARENA

# Aux Halles de Narbonne on rêve aussi en Bleu!



**OUVERT 365 Jours par an de 7h à 14h**  
[www.narbonne.halles.fr](http://www.narbonne.halles.fr)

 [Instagram les.halles.de.narbonne](https://www.instagram.com/les.halles.de.narbonne)

 [RugbyNarbonne sur facebook](https://www.facebook.com/RugbyNarbonne)

Les Halles De Narbonne





# NARBONNE ARENA

## Billetterie dans les points de vente habituels

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

ET SUR

[narbonne-arena.fr](https://www.narbonne-arena.fr)



- SOPRANO  
29 SEPT. 2023
- VIRSKY  
GRANDIOSE  
5 ET 6 OCT. 2023
- REDOUANE  
BOUGHERABA  
15 OCT. 2023
- MICHAEL  
GREGORIO  
3 NOV. 2023
- CASSE  
NOISETTE  
14 NOV. 2023
- WORLD  
OF QUEEN  
25 NOV. 2023
- LE CIRQUE  
D'UKRAINE  
SUR GLACE  
19 DÉC. 2023
- ÉLODIE  
POUX  
19 JAN. 2024
- MICHEL  
JONASZ  
26 JAN. 2024
- LES CHEVALIERS  
DU FIEL  
28 JAN. 2024
- SO FLOYD  
2 FÉVRIER 2024
- JÉRÉMY  
FERRARI  
10 FÉV. 2024
- SHAKA  
PONK  
16 FÉV. 2024
- PATRICK  
BRUEL  
27 FÉV. 2024
- FLASHDANCE  
7 MARS 2024
- THE RABEATS  
23 MARS 2024
- QUEEN  
EXTRAVAGANZA  
5 AVR. 2024
- FRÉDÉRIC  
FRANCOIS  
14 AVR. 2024
- LE LAC  
DES CYGNES  
16 AVR. 2024
- CALOGERO  
26 AVR. 2024
- ROMÉO ET  
JULIETTE  
25 MAI. 2024
- **NOUVEAU**  
L'HÉRITAGE  
GOLDMAN  
29 SEPT. 2024
- **NOUVEAU**  
MANIA  
THE ABBA TRIBUTE  
4 OCT. 2024
- **NOUVEAU**  
LES COMÉDIES  
MUSICALES  
6 DÉC. 2024



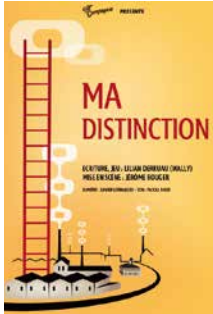
## SPECTACLES & CINÉ

### WALLY

"Ma distinction"

10 octobre 2023 - 20h00

Scène Nationale du Grand Narbonne



Dans « Ma Distinction », Lilian Derruau, dit "Wally", raconte son histoire, celle de quelqu'un qui grandit dans un milieu modeste, à Viviez, cité ouvrière du bassin industriel de Decazeville en Aveyron. "La vieille montagne", l'usine de fabrication de zinc, dans laquelle travaille son père, rythme la vie sociale des familles qui en dépendent.

Dans ce texte, où truculence et autodérision vont de pair, Lilian Derruau ne se contente pas de raconter les souvenirs de cette prime enfance, il raconte aussi cette France ouvrière des années 70, avec ses dominations plus ou moins symboliques.

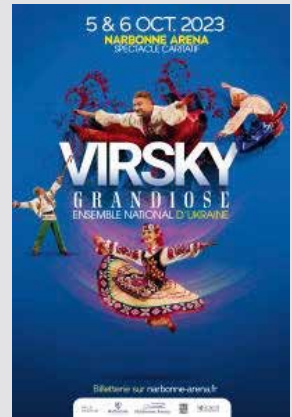
Réservations et programmation disponibles sur :  
[www.theatredelaposte.fr](http://www.theatredelaposte.fr)

## Narbonne Arena

### VIRSKY

Spectacle

5 & 6 octobre 2023 - 20h00



**AVANT-PREMIÈRE**

La Pat' Patrouille :  
La Super Patrouille...

Dimanche 1er octobre 2023  
Séances à 10h30 et 13h30

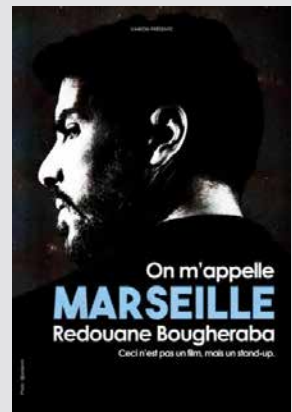


INFORMATIONS ET RÉSERVATIONS  
[cgrcinemas.fr/narbonne](http://cgrcinemas.fr/narbonne)

## REDOUANE BOUGHERABA

Stand-up

15 octobre 2023 - 18h00



[narbonne-arena.fr](http://narbonne-arena.fr)

théâtre  
+ cinéma

Scène  
nationale  
Grand  
Narbonne

Réservations et programmation  
disponibles sur :

[theatrecinema-narbonne.com](http://theatrecinema-narbonne.com)

ENTRE-LÀ  
Abdel Bouzbiba - Cie La Nouba

Musique

07 octobre 2023 - 18h00



L'été laisse doucement place à l'**automne**... Les journées se raccourcissent et se rafraîchissent. Que diriez-vous d'un plateau repas devant vos émissions/films préférés ? Et pour bien les choisir, quoi de mieux que votre **Magazine TV & Sorties préféré** ! Avec ses quatorze jours de programmes, il vous sera facile de sélectionner votre programme favori !

En parlant de programme favori, ne ratez aucun match ! Ce numéro est consacré au sport tant apprécié chez nous... **le rugby** ! Apprenez-en davantage sur **l'histoire du rugby et de sa Coupe du Monde** en pages centrales ! Vous y trouverez également le **calendrier de cette 10<sup>ème</sup> édition** à compléter au fur et à mesure.



Qui dit Octobre, dit aussi « **Octobre rose** ». Le cancer du sein est le cancer le plus fréquent en France. Il représente la première cause de

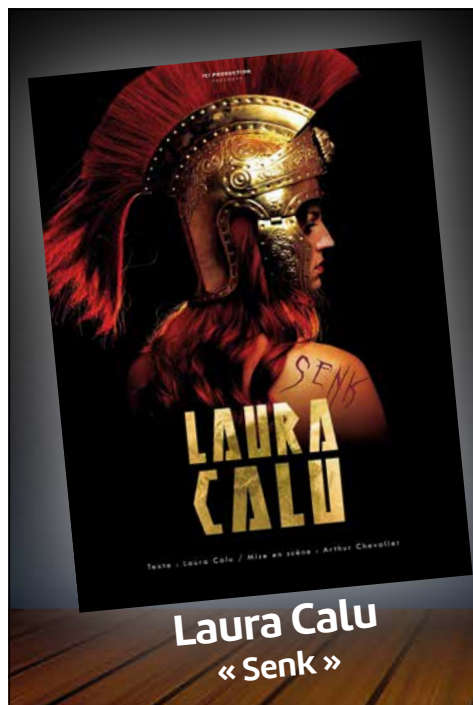
décès par cancer chez la femme. C'est pourquoi il est important de ne pas avoir peur d'en parler et de s'informer. Alors Mesdames, **faites-vous dépister**.

Comme d'habitude, vous pouvez découvrir les **prochaines sorties** spectacles & ciné - culture & loisirs - sport, réaliser et déguster la **recette de saison**, consulter **l'horoscope**, vous divertir avec les **jeux**, lire nos **articles** divers et variés...

Vous pouvez toujours **feuilleter le nouveau numéro d'Urban TV & Sorties** sur [www.urbantv-narbonne.fr](http://www.urbantv-narbonne.fr), ou parcourir les programmes TV de vos chaînes préférées en temps réel ! **Suivez-nous sur les réseaux sociaux pour connaître tous les bons plans et les sorties** du Grand Narbonnais.

Bonne lecture à toutes et tous.

L'équipe Urban TV.



**Laura Calu**  
« Senk »



**Le 27 octobre 2023**  
Salle La Parenthèse – Servian

Spectacle à  
**20h30**



Programmation et réservation sur : [www.theatredelaposte.fr](http://www.theatredelaposte.fr)  
Une info , un conseil : **06 47 71 25 66**

# « L'ACTU *des people* »

100 % *star-system*



## Timothée Chalamet en couple avec Kylie Jenner

Kylie Jenner et Timothée Chalamet ne se cachent plus ! Quelques jours après avoir été aperçus en train de s'embrasser lors du concert de Beyoncé à Los Angeles, la benjamine du clan Kardashian et l'acteur de *Dune* ont été photographiés ensemble dans les tribunes de l'US Open. Cette fois encore, les tourtereaux ont été vus en train d'échanger des baisers langoureux, officialisant ainsi leur relation amoureuse une bonne fois pour toutes. Les premières rumeurs d'une supposée idylle entre eux avaient commencé en avril dernier, mais leurs fans n'avaient pas voulu y croire tant leur rapprochement paraissait improbable. Aujourd'hui, même s'ils sont bien obligés d'admettre que les deux stars sont bel et bien en couple, de nombreux internautes s'indignent de leur romance, estimant que Kylie Jenner n'est pas digne de Timothée Chalamet. « *Il a baissé dans mon estime* », « *Il me déçoit* », « *Qu'est-ce qu'il nous fait ?* », peut-on lire sur les réseaux sociaux.



**Pamela Anderson**  
**Son maillot en vente**

Avis aux fans de la série *Alerte à Malibu* ! Dans une interview pour *People*, Pamela Anderson a annoncé qu'elle allait se séparer d'une partie de ses vêtements, y compris de son maillot rouge. « *Je n'aime pas le gaspillage. Mieux vaut faire le vide dans mon esprit, dans mon placard. Faire de la place pour cette nouvelle vie* », a expliqué la belle. Les pièces seront mises en vente sur son site web à une date inconnue.



**Joe Jonas**  
**Bientôt le divorce**

Joe Jonas et Sophie Turner, c'est terminé ! Après quatre ans de mariage et deux enfants, le chanteur des Jonas Brothers et l'actrice de *Game of Thrones* ont décidé de divorcer. Selon le site TMZ, ils se seraient séparés à cause de leur mode de vie très différent. « *Elle aime faire la fête, il aime rester à la maison* », a indiqué un proche du couple. Les futurs ex-époux auraient demandé la garde partagée de leurs petites filles.



**Chris Evans**  
**Vive les mariés !**

Chris Evans a épousé Alba Baptista ! Le comédien américain, connu pour avoir incarné Captain America, et l'actrice portugaise, vue dans la série *Warrior Nun*, se sont dit oui lors d'une cérémonie intime qui s'est déroulée à Cape Code, près de Boston. Parmi les invités étaient présents les « Avengers » Robert Downey Jr., Chris Hemsworth, Jeremy Renner ou encore Emily Blunt et son mari John Krasinski.

# 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

Quelle durée souhaitez-vous pour 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](http://www.moncreditenmieux.fr)

TF1	france.2	france.3	CANAL+	france-5	6
21.10 <b>30 ANS D'ÉMISSIONS CULTES</b> 23.30 30 ans d'émissions cultes	21.10 <b>LE CLUB DES INVINCIBLES</b> 23.25 Quelle époque !	21.10 <b>LES MYSTÈRES DE LA MÉRÉE</b> 22.40 Les secrets du paquebot, téléfilm	21.10 <b>DEAD FOR A DOLLAR</b> ★  Film 22.50 Scream VI, film	21.00 <b>ÉCHAPPÉES BELLES</b> Magazine 22.30 Échappées belles, mag.	20.50 <b>RUGBY : ÉCOSSE / ROUMANIE</b> Sport 23.00 NCIS, série
20.50 <b>REINES DE L'ÉGYPTE ANTIQUE</b> 22.35 Reines de l'Égypte antique	21.10 <b>ROLAND MAGDANE LA VIE À DEUX, C'EST MERVEILLEUX</b> 22.55 Roland Magdane	21.05 <b>LA PETITE HISTOIRE DE FRANCE</b> 23.00 La petite histoire de France, série	21.10 <b>COLUMBO</b> Série 23.00 90' Enquêtes, mag.	21.05 <b>CHRONIQUES CRIMINELLES</b> 22.55 Chroniques criminelles, mag.	21.10 <b>THE BIG BANG THEORY</b> Série 22.30 The Big Bang Theory, série
21.00 <b>UN MONDE EN DOC</b> Magazine 22.35 Maastricht 30 ans après, doc.	21.10 <b>FRAGILE</b> Film 22.45 Godard par Godard, doc.	21.10 <b>GHOST HUNTERS</b> Doc. 22.05 Ghost hunters, doc.	21.05 <b>LEGO MASTERS USA : LES ROIS DE LA BRIQUE</b> 22.35 Lego Masters	20.00 <b>LE 20H DARIUS ROCHEBIN</b> Magazine 22.00 Le 22H Darius Rochebin, mag.	21.00 <b>JOSEPHINE, ANGE GARDIEN</b> Série 22.55 Josephine, ange gardien, série
21.00 <b>LE MEILLEUR DE L'INFO L'HEBDO</b> 22.00 Les visiteurs du soir	21.05 <b>AUTO : MONSTER JAM</b> 22.50 MMA : UFC Classiques, sport	21.05 <b>LA VENGEANCE AUX 2 VISAGES</b> 22.50 La vengeance aux 2 visages	21.10 <b>RETOUR À L'INSTINCT PRIMAIRE</b> 22.30 Retour à l'instinct primaire	21.10 <b>100 JOURS AVEC LA POLICE DE LA ROUTE</b> 22.30 MMA : PFL Europe 2023	21.05 <b>TOM JONES</b> Série 22.10 Tom Jones, série

TF1	france.2	france.3	CANAL+	france-5	6
20.50 <b>RUGBY : AFRIQUE DU SUD / TONGA</b> 22.55 Le mag de la Coupe du Monde de Rugby	21.10 <b>LES CHATOUILLES</b> ★★ Film 22.55 Infrarouge, doc.	21.10 <b>BROKENWOOD</b> Série 22.45 Brokenwood, série	21.00 <b>FOOT : PSG / OLYMPIQUE LYONNAIS</b> 23.15 Emily, criminelle malgré elle ★	21.00 <b>LA DROGUE EST DANS LE PRÉ</b> Doc. 22.55 Une histoire d'amour sous l'occupation...	21.10 <b>CAPITAL</b> Magazine 23.15 Enquête exclusive, mag.
21.00 <b>EL PÉRIDO</b> ★ Film 22.50 Lex Barker - De Tarzan au play-boy de westerns, doc.	21.10 <b>LE LABYRINTHE : LE REMÈDE MORTEL</b> ★ Film 23.45 The predator ★	21.05 <b>BRIDGET JONES : L'ÂGE DE RAISON</b> ★ 23.00 Le journal de Bridget Jones ★	21.10 <b>STARS 80</b> ★ Film 23.15 90' Enquêtes, mag.	21.05 <b>MORTAL KOMBAT</b> Film 23.10 Spinning man, film	21.10 <b>MON ONCLE CHARLIE</b> Série 22.35 Mon oncle Charlie, série
21.00 <b>REMBOB'INA</b> Mag. 23.00 Ces idées qui gouvernent le monde, mag.	21.10 <b>JOYEUSES PÂQUES</b> ★ Film 23.15 10 ans après, spectacle	21.10 <b>CHICAGO FIRE</b> Série 21.55 Chicago Fire, série	21.05 <b>E=M6 FAMILY</b> Magazine 22.00 E=m6 family, mag.	20.00 <b>LE 20H DARIUS ROCHEBIN</b> Magazine 22.00 Le 22H Darius Rochebin, mag.	21.00 <b>BABY BOOM</b> Documentaire 22.05 Baby boom, doc.
21.00 <b>EN QUÊTE D'ESPRIT</b> Magazine 22.00 Les visiteurs du soir	21.05 <b>BASKET 3X3 : COUPE DU MONDE U23</b> Sport 22.55 L'Équipe du Soir, mag.	21.05 <b>BEIGNETS DE TOMATES VERTES</b> ★★ 23.20 Ma vie en camping-car, doc.	21.10 <b>FAITES ENTRER L'ACCUSÉ</b> Doc. 22.35 Faites entrer l'accusé, doc.	21.10 <b>AUSTRALIE, LA RUÉE VERS L'OR</b> 22.00 Australie, la ruée vers l'or	21.05 <b>CANDICE RENOIR</b> Série 22.10 Candice Renoir, série



# LES 29 & 30 septembre 2023

# -20%

## de remise immédiate\*

OFFRE NON CUMULABLE AVEC D'AUTRES OFFRES OU COMMANDES EN COURS,  
HORS PROMOTIONS, A PARTIR DE 100€ TTC D'ACHAT.

\* VOIR CONDITIONS EN MAGASIN

#### Bricolage

■ Tél: 04.68.90.36.50  
■ OUVERT DU LUNDI AU SAMEDI DE 8H00 À 19H30  
SANS INTERRUPTION

#### Cour des matériaux

■ OUVERT DU LUNDI AU SAMEDI  
DE 7H00 À 19H00 SANS INTERRUPTION.

#### Jardinerie

■ Tél: 04.68.90.16.00  
■ OUVERT DU LUNDI AU SAMEDI DE 9H00 À 19H30  
ET LE DIMANCHE DE 10H00 À 18H00



Tridôme Narbonne



[www.tridome.fr](http://www.tridome.fr)



TF1	france.2	france.3	CANAL+	france-5	6
21.10  <b>LES YEUX GRANDS FERMÉS</b> Série 23.05 Leur combat contre l'inceste	21.10  <b>INFILTRÉ(E)</b> 10D Série Unité 42, série 22.50	21.10  <b>IMPITOYABLE</b> ★★ 10D Film 23.25 La ligne bleue, doc.	21.10  <b>66-5</b> 10D Série 22.55 Narvalo, série	21.05  <b>VERT DE RAGE</b> Documentaire 22.50 C ce soir, mag.	21.10  <b>L'AMOUR EST DANS LE PRÉ</b> 23.15 L'amour vu du pré
20.55  <b>LA REINE MARGOT</b> ★ Film 23.25 Patrice Chéreau, doc.	21.20  <b>COMMISSAIRE MAGELLAN</b> Série 23.15 Commissaire Magellan, série	21.05  <b>RED</b> ★ Film 23.05 Jack Reacher ★, film	21.25  <b>MEN IN BLACK</b> ★★ Film 23.20 Zack Snyder's Justice League	21.05  <b>APPELS D'URGENCE</b> Mag. 22.00 Appels d'urgence, mag.	21.10  <b>CRIMES</b> 10D Documentaire 22.50 Crimes, doc.
20.30  <b>DÉBATDOC</b> Documentaire 22.00 Sens Public, mag.	21.10  <b>ROYAL REPUBLIC</b> Spectacle 22.10 Liminales, spectacle	21.10  <b>OLIVIER DE BENOIST - 0/40 ANS</b> 23.15 Cartman - One, série	21.05  <b>LES NOUVELLES MAISONS PRÉFÉRÉES DES FRANÇAIS</b> 22.50 Les nouvelles...	20.00  <b>UN ŒIL SUR LE MONDE</b> Magazine 22.00 Brunet, Brous-souloux et cie	21.00  <b>SULLY</b> ★★ Film 22.50 Les évadés ★, film
21.00  <b>LE MEILLEUR DE L'INFO</b> Magazine 22.00 Soir info	21.05  <b>L'ÉQUIPE EXPLORE : SPÉCIALE RUGBY</b> Doc. 22.55 L'Équipe du Soir	21.05  <b>KAAMELOTT</b> Série 22.40 Kaamelott, série	21.10  <b>MENNONITES : ENQUÊTE SUR LA COMMUNAUTÉ...</b> 22.15 La face cachée...	21.10  <b>VINTAGE MECANIC</b> Documentaire 22.30 Vintage Mecanic, doc.	21.05  <b>THE CLOSER : L.A. ENQUÊTES PRIORITAIRES</b> 22.05 The closer...

TF1	france.2	france.3	CANAL+	france-5	6
21.10  <b>S.W.A.T.</b> 10D Série 22.00 S.W.A.T., série	21.10  <b>ON EST FAIT POUR S'ENTENDRE</b> ★ Film 22.45 Promising young woman ★, film	21.10  <b>ALEXANDRA EHLE</b> Série 22.35 Alexandra Ehle, série	21.10  <b>LES BANSHEES D'INISHERIN</b> ★★ 23.00 Amsterdam ★, film	21.05  <b>LA BICYCLETTE FAIT SA VALORUTION</b> Doc. 22.50 C ce soir, mag.	21.10  <b>MAISON A VENDRE</b> Magazine 23.10 Maison à vendre, mag.
20.55  <b>B COMME BERLIN - UNE CAPITALE SE RÉUNIT</b> Doc. 22.40 B comme Berlin	21.20  <b>LES FIGURES DE L'OMBRE</b> ★ Film 23.35 Mission Impossible - Rogue Nation ★, film	21.05  <b>LES 100 VIDÉOS QUI ONT FAIT RIRE LE MONDE ENTIER</b> 22.50 Les 100 vidéos	21.25  <b>LES REPORTAGES DE MARTIN WEILL</b> 23.00 90' Enquêtes, mag.	21.05  <b>DETOX TA MAISON, 7 JOURS POUR TOUT RANGER</b> Mag. 22.40 Détox ta maison	21.10  <b>INSIDE MAN : MOST WANTED</b> 10D Téléfilm 23.20 47 Ronin ★, film
20.30  <b>DÉBATDOC</b> Documentaire 22.00 Sens Public, mag.	21.10  <b>HAMMER</b> Spectacle 22.35 Le lac des cygnes, spectacle	21.10  <b>LE MEILLEUR FORGERON</b> 10D 22.45 Le meilleur forgeron	21.05  <b>MADAGASCAR 3</b> ★ Film 22.45 Animaux VIP : une hôte de réno	20.00  <b>UN ŒIL SUR LE MONDE</b> Magazine 22.00 Brunet, Brous-souloux et cie	21.00  <b>CAMPING PARADIS</b> Série 22.40 Camping Paradis, série
21.00  <b>LE MEILLEUR DE L'INFO</b> Magazine 22.00 Soir info	20.55  <b>BASKET : SAINT-QUENTIN / ASVEL</b> 22.55 L'Équipe du Soir, mag.	21.05  <b>AFTER - CHAPITRE 1</b> ★ Film 23.00 Tu veux ou tu veux pas ★, film	21.10  <b>INSIDE MCDO</b> Documentaire 22.50 Les secrets de MC Donald, doc.	21.10  <b>WHEELER DEALERS FRANCE</b> Documentaire 22.20 Wheeler Dealers France, doc.	21.05  <b>SNAPPED : LES COUPLES TUEURS</b> 22.05 Snapped : les couples tueurs

## SPORT

### RUGBY

Samedi 07 oct.

19H00



VS



ALBI

NARBONNE

Samedi 14 oct.

15H00



VS



PÉRIGUEUX

NARBONNE

Dimanche 08 oct.

15H15



VS



GRUISSAN

BERRE-L'ÉTANG

Dimanche 15 oct.

18H45



VS



PIERRELATTE

GRUISSAN

### HANDBALL

Samedi 07 oct.

19H00



NARBONNE

CLUB GAN

Samedi 23 sept.

19H00



BORDES SPORT

NARBONNE

### VOLLEY

Samedi 21 oct.

19H30



NARBONNE

PARIS

Mardi 24 oct.

19H30



NARBONNE

NANTES



Coupe du monde  
RUGBY  
FRANCE 2023

### PROCHAINS RENDEZ-VOUS

VENDREDI, 6 OCTOBRE 2023

FRANCE - ITALY

OL Stadium, Lyon

21H00

SAMEDI, 14 OCTOBRE 2023

QUART DE FINALE 1

Stade de Marseille, Marseille

17H00

QUART DE FINALE 2

Stade de France, Saint-Denis

21H00

DIMANCHE, 15 OCTOBRE 2023

QUART DE FINALE 3

Stade de Marseille, Marseille

17H00

QUART DE FINALE 4

Stade de France, Saint-Denis

21H00

<b>TF1</b> 21.10 <b>GOOD DOCTOR</b> Série 22.05 Good Doctor, série <b>arte</b>	<b>france.2</b> 21.10 <b>PETIT ANGE</b> Téléfilm 22.50 Infrarouge, doc. <b>C8</b>	<b>france.3</b> 21.10 <b>DES RACINES &amp; DES AILES</b> Magazine 23.10 Des racines & des ailes, mag. <b>W9</b>	<b>CANAL+</b> 21.00 <b>FOOTBALL : NEWCASTLE / PSG</b> 22.35 Canal champions club le débrief <b>TMC</b>	<b>france.5</b> 21.05 <b>LA GRANDE LIBRAIRIE</b> Magazine 22.35 C ce soir, mag. <b>TFX</b>	<b>6</b> 21.10 <b>LE MEILLEUR PÂTISSIER</b> Jeu 23.10 Le meilleur pâtissier... <b>nt1</b>
20.55 <b>TROMPERIE</b> Film 22.35 B comme Berlin - Une capitale se réunit, doc. <b>LCP</b>	21.20 <b>MONGEVILLE</b> Série 23.10 Mongeville, série <b>.4</b>	21.05 <b>ENQUÊTES CRIMINELLES</b> 10 23.20 Enquêtes criminelles, mag. <b>C STAR</b>	21.25 <b>CÈ SOIR C'EST PALMASHOW</b> 22.20 Ce soir c'est Palmashow <b>Gulli</b>	21.05 <b>CLEANERS</b> LES EXPERTS DU MENAGE 22.55 Cleaners <b>LCI</b>	21.10 <b>KILLING HASSELHOFF</b> 10 Téléfilm 22.45 Jusqu'ici tout va bien ★, film <b>TF1</b>
20.35 <b>DÉBATDOC</b> Documentaire 22.00 Sens Public, mag. <b>C NEWS</b>	21.10 <b>BENJAMIN BIOLY SYMPHONIQUE</b> 22.45 Benjamin Bioly à l'origine, doc. <b>L'ÉQUIPE</b>	21.10 <b>HAPPINESS THERAPY</b> ★ Film 23.05 Red Sparrow ★, film <b>6ter</b>	21.05 <b>LA PREMIÈRE ÉTOILE</b> ★ Film 22.55 Les beaux gosses ★★, film <b>RMC</b>	20.00 <b>UN ŒIL SUR LE MONDE</b> Magazine 22.00 Brunet, Brous-souloux et cie <b>RMC</b>	21.00 <b>NEW YORK SECTION CRIMINELLE</b> Série 22.45 New York section criminelle, série <b>TF1</b>
21.00 <b>LE MEILLEUR DE L'INFO</b> Magazine 22.00 Soir info <b>C NEWS</b>	21.05 <b>TOKAREV</b> ★ 10 Film 22.55 L'Équipe du Soir, mag. <b>L'ÉQUIPE</b>	21.05 <b>VERTICAL LIMIT</b> ★ 23.20 Super danger : quand les éléments se déchènent, doc. <b>6ter</b>	21.10 <b>100 JOURS AVEC LES SECOURS</b> 10 23.00 100 jours avec les secours, doc. <b>RMC</b>	21.10 <b>TRAVAUX XXL : PISCINES ET LAGONS</b> Doc. 22.20 Travaux XXL <b>RMC</b>	21.05 <b>LES PETITS MEURTRES D'AGATHA CHRISTIE</b> 10 Série 23.05 Crimes, mag. <b>TF1</b>

<b>TF1</b> 20.50 <b>RUGBY : NOUVELLE-ZÉLANDE / URUGUAY</b> 22.55 Le mag de la Coupe <b>arte</b>	<b>france.2</b> 21.10 <b>ENVOYÉ SPECIAL</b> Magazine 23.00 Complément d'enquête, mag. <b>C8</b>	<b>france.3</b> 21.10 <b>SOPHIE CROSS</b> 10 Série 22.50 La France en vrai, doc. <b>W9</b>	<b>CANAL+</b> 21.10 <b>TÉHÉRAN</b> 10 Série 22.40 Culture & street, doc. <b>TMC</b>	<b>france.5</b> 21.05 <b>SPLÉNDEURS DE LA CIVILISATION SUMÉRIENNE</b> Doc. 22.35 C ce soir, mag. <b>TFX</b>	<b>6</b> 21.10 <b>LA BELLE ÉTINCELLE</b> Série 22.55 Salariés hors normes..., doc. <b>nt1</b>
20.55 <b>SOUS CONTRÔLE</b> Série 22.25 Sous contrôle, série <b>LCP</b>	21.20 <b>LAURA LAUNE : LE DIABLE EST UNE GENTILLE PETITE FILLE</b> 10 23.00 Laura Laune <b>.4</b>	21.05 <b>LES 20 CHANSONS DE CÉLINE DION...</b> 22.50 Les 20 chansons préférées... <b>C STAR</b>	21.25 <b>COUP DE FOUORE À NOTTING HILL</b> ★ Film 23.45 Belle fille ★, film <b>Gulli</b>	21.05 <b>HUNGER GAMES</b> ★ Film 23.35 Chroniques criminelles, mag. <b>LCI</b>	21.10 <b>LES SECRETS DU PARANORMAL</b> 10 22.50 R.I.P. recherches investigation... <b>TF1</b>
20.35 <b>DÉBATDOC</b> Documentaire 22.00 Sens Public, mag. <b>C NEWS</b>	21.10 <b>LORENZO</b> Spectacle 22.05 Bâtiment B <b>L'ÉQUIPE</b>	21.10 <b>AU CŒUR DE L'ENQUÊTE</b> Mag. 22.55 Au cœur de l'enquête, mag. <b>6ter</b>	21.05 <b>PEKIN EXPRESS</b> 23.15 Pékin express - itinéraire bis <b>RMC</b>	20.00 <b>UN ŒIL SUR LE MONDE</b> Magazine 22.00 Brunet, Brous-souloux et cie <b>RMC</b>	21.00 <b>BALTHAZAR</b> 10 Série 22.05 Balthazar, série <b>TF1</b>
21.00 <b>LE MEILLEUR DE L'INFO</b> Magazine 22.00 Soir info <b>C NEWS</b>	21.00 <b>FUTSAL : FRANCE / CROATIE</b> Sport 22.55 L'Équipe du Soir, mag. <b>L'ÉQUIPE</b>	21.05 <b>ÇA RESTE ENTRE NOUS</b> ★ Film 22.50 Kamelott, série <b>6ter</b>	21.10 <b>FRENCH RIVIERA : VILLAS DE RÊVE</b> 22.35 French Riviera : villas de rêve <b>RMC</b>	21.10 <b>VOLCANS : MENACES SUR LA FRANCE</b> Doc. 22.15 Les volcans... <b>RMC</b>	21.05 <b>ET AU MILIEU COULE UNE RIVIÈRE</b> ★★ 23.30 Au nom de ma fille ★, film <b>TF1</b>

**NOUVEL AVANTAGE**

**Votre entrée** *offerte*

**au musée Narbo Via,  
L'Horreum  
ou Amphoralis\***

NARBO —  
— VIA























\*pour 2 entrées achetées au sein du même établissement

**Venez chercher votre carte gratuite**  
dans nos Offices de Tourisme et sur  
**[carteambassadeur.com](http://carteambassadeur.com)**



**Côte du Midi**  
OFFICE DE TOURISME

<b>TF1</b> 20.50  <b>RUGBY : ITALIE</b> 22.35 Le mag de la Coupe du Monde	<b>france.2</b> 21.10  <b>LES PETITS MEURTRES D'AGATHA CHRISTIE</b> 22.45 Carte blanche à Cut Killer	<b>france.3</b> 21.10  <b>EMBARQUEMENT IMMÉDIAT</b> Doc. 23.10 Salvatore Adamo - Ma vie, la vraie...	<b>CANAL+</b> 21.10  <b>LE CHAT POTTÉ 2 : LA DERNIÈRE QUÊTE</b> Film 22.50 Alibi.com 2 ★	<b>france-5</b> 21.05  <b>LA FRANCE AUX FOURNEAUX</b> Doc. 22.35 Rosa Bonheur, dame nature, doc.	<b>6</b> 21.10  <b>CAUCHEMAR EN CUISINE</b> Magazine 22.35 Cauchemar En Cuisine, mag.
<b>arte</b> 20.55  <b>MEURTRES A SANDHAMN - ENQUÊTE 19</b> Série 22.25 Meurtres à...	<b>C8</b> 21.20  <b>LE SANG DE LA VIGNE</b> Série 23.10 Le sang de la vigne, série	<b>W9</b> 21.05  <b>ENQUÊTE D'ACTION</b> Magazine 23.10 Enquête d'action, mag.	<b>TMC</b> 21.25  <b>90' ENQUÊTES</b> Magazine 22.45 90' Enquêtes, mag.	<b>TFX</b> 21.05  <b>MIRACLES DE LA CHIRURGIE</b> Mag. 22.35 De 15 à 17 ans : le défi des mamans	<b>nt1</b> 21.10  <b>SAM</b> 10 Série 22.10 Sam, série
<b>LCP</b> 20.35  <b>ZED - ZONE D'ÉDUCATION DOCUMENTAIRE</b> 22.00 La guillotine...	<b>4</b> 21.10  <b>GÉNÉRATION PANAME</b> 22.15 Génération Paname	<b>C STAR</b> 21.25  <b>LE MEILLEUR FORGERON</b> 22.15 Le meilleur forgeron	<b>8</b> 21.05  <b>LA GRANDE VIDÉO PARTY</b> 22.35 La grande vidéo party	<b>LCI</b> 20.00  <b>LE 20H DARIUS ROCHEBIN</b> Magazine 22.00 Le 22h Darius Rochebin, mag.	<b>TF1</b> 21.00  <b>TANGUY</b> ★★ Film 23.05 Les experts : Miami, série
<b>C NEWS</b> 21.00  <b>ÇA SE DISPUTE</b> 22.00 Soir info week-end	<b>L'EQUIPE</b> 21.05  <b>AUTO : COURSES DE CAISSES À SAVON</b> 22.55 L'Equipe du Soir	<b>6ter</b> 21.05  <b>HAWAII 5-0</b> 10 Série 22.50 Hawaii 5-0, série	<b>RMC</b> 21.10  <b>ALIEN THEORY</b> 10 Documentaire 23.00 Alien Theory, doc.	<b>RMC</b> 21.10  <b>SAQQARAH : LES SECRETS DE LA PYRAMIDE ENFOUÏE</b> 22.20 Le tombeau...	<b>6ter</b> 21.05  <b>LE MEILLEUR À VENIR</b> Téléfilm 23.20 La femme au tableau ★, film

<b>TF1</b> 20.50  <b>RUGBY : IRLANDE / ÉCOSSE</b> 23.25 30 ans d'émissions cultes	<b>france.2</b> 21.10  <b>N'OUBLIEZ PAS LES PAROLES</b> 23.25 Quelle époque !	<b>france.3</b> 21.10  <b>LES MYSTÈRES DE LA DUCHESSE</b> Téléfilm 22.45 Les mystères des majorettes, téléfilm	<b>CANAL+</b> 21.10  <b>UN HOMME HEUREUX</b> ★ Film 22.35 Le torrent ★, film	<b>france-5</b> 21.00  <b>ÉCHAPPEES BELLES</b> Magazine 22.30 Échappées belles, mag.	<b>6</b> 21.10  <b>9-1-1 : LONE STAR</b> 10 Série 22.50 9-1-1 : Lone Star, série
<b>arte</b> 20.50  <b>AU CŒUR DES ATOLLS DE L'OcéAN INDIEN</b> 22.20 Les aventuriers	<b>C8</b> 21.10  <b>ROLAND MAGDANE - MA FEMME ET MOI</b> 23.10 Roland Magdane	<b>W9</b> 21.05  <b>LA PETITE HISTOIRE DE FRANCE</b> Série 23.00 La petite histoire de France, série	<b>TMC</b> 21.10  <b>COLUMBO</b> 23.00 90' Enquêtes, mag.	<b>TFX</b> 21.05  <b>CHRONIQUES CRIMINELLES</b> 10 23.25 Chroniques criminelles, mag.	<b>nt1</b> 21.10  <b>THE BIG BANG THEORY</b> 10 Série 22.30 The Big Bang Theory, série
<b>LCP</b> 21.00  <b>PRÉSIDENT : LE PRIX À PAYER - FACE À LA SOCIÉTÉ</b> 22.30 Président...	<b>4</b> 21.10  <b>PARIS, TEXAS</b> ★★ 23.30 Correspondances : Jean Cocteau - Pablo Picasso, doc.	<b>C STAR</b> 21.10  <b>GHOST HUNTERS</b> 10 Doc. 23.00 Enquêtes paranormales, doc.	<b>8</b> 21.05  <b>LEGO MASTERS USA : LES ROIS DE LA BRIQUE</b> 22.35 Lego Masters	<b>LCI</b> 20.00  <b>LE 20H DARIUS ROCHEBIN</b> Magazine 22.00 Le 22h Darius Rochebin, mag.	<b>TF1</b> 21.00  <b>JOSÉPHINE, ANGE GARDIEN</b> Série 22.50 Joséphine, ange gardien, série
<b>C NEWS</b> 21.00  <b>LE MEILLEUR DE L'INFO L'HEBDO</b> 22.00 Les visiteurs du soir	<b>L'EQUIPE</b> 21.05  <b>AUTO : MONSTER JAM 2022</b> Sport 23.20 MMA : UFC Classiques, sport	<b>6ter</b> 21.05  <b>TROP JEUNE POUR ELLE</b> ! Téléfilm 22.50 Tous les chemins mènent à Rome	<b>RMC</b> 21.10  <b>RETOUR A L'INSTINCT PRIMAIRE</b> 22.05 Retour à l'instinct primaire	<b>RMC</b> 21.10  <b>100 JOURS AVEC LA POLICE DES ARDENNES</b> 10 Doc. 22.30 100 jours avec...	<b>6ter</b> 21.05  <b>DOWNTON ABBEY</b> 22.25 Downton Abbey, série



## LE RUGBY : ORIGINE & HISTOIRE

### LES ORIGINES DU RUGBY

Le rugby à XV est la variante la plus pratiquée d'une famille de sports d'équipes mettant aux prises deux équipes qui se disputent un ballon ovale, joué à la main ou au pied.

Même si les origines de ce sport seraient beaucoup plus anciennes, l'histoire du rugby commence par une anecdote survenue en 1823. Selon la légende, au cours d'une partie de football (soccer), William Webb Ellis, élève du collège de la ville de Rugby en Angleterre, se serait saisi du ballon à pleines mains pour le porter derrière la ligne de but adverse, au mépris des règles du football.

Le directeur du collège de Rugby, Thomas Arnold, aurait ensuite favorisé la pratique de ce football dans son école. Cette forme de jeu et les règles conçues à Rugby se répandirent bientôt dans d'autres écoles et dans les premiers clubs créés en dehors des milieux scolaires.

### L'HISTOIRE DU RUGBY EN FRANCE

En France, le premier club de rugby à XV est créé au Havre en 1872. 1883 voit la création du Stade Français par les élèves du lycée Buffon. L'Union des Sociétés Françaises des Sports Athlétiques (USFSA), créée en 1889, admet le nouveau jeu en son sein dès 1890.

C'est en 1906 qu'a lieu le premier match international d'une équipe de France.

En 1910, lors du premier tournoi des Cinq nations, la France rencontre le pays de Galles au stade gallois de Swansea et perd 49 à 14. Elle s'incline également face aux trois autres participants du tournoi : l'Ecosse 27 à 0, l'Irlande 11 à 3 et l'Angleterre 8 à 3.

Amateur de rugby, le baron Pierre de Coubertin l'inscrit au programme des Jeux Olympiques, mais l'IRB se retire après les Jeux de 1924.

La Fédération française de rugby (FFR) est créée en 1920 et se sépare de l'USFSA.

En 1934, la France, exclue du Tournoi depuis 1931, se rapproche de l'Allemagne, de l'Italie et de la Roumanie pour fonder la FIRA, Association européenne de rugby.

Dernière évolution en date de l'histoire du rugby, au début de l'année 2000, le tournoi des Cinq nations est devenu le tournoi des "Six nations", avec l'entrée en compétition de l'Italie.

### DATES CLÉS DE LA 10ÈME ÉDITION

Les matchs de la phase de poules se déroulent jusqu'au 8 octobre. Les quarts de finale auront lieu les 14 et 15 octobre. Les demi-finales se tiendront les 20 et 21 octobre. Le match pour la 3e place aura lieu le 27 octobre et la finale, le 28 octobre.

# COUPE DU MONDE

## Poule A



Nouvelle-Zélande



France



Italie



Uruguay



Namibie

## Poule B



Afrique du Sud



Irlande



Écosse



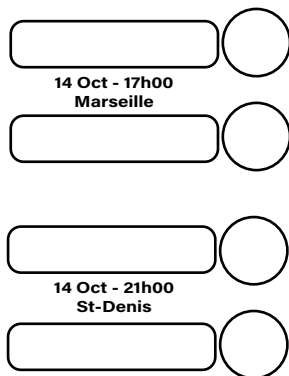
Tonga



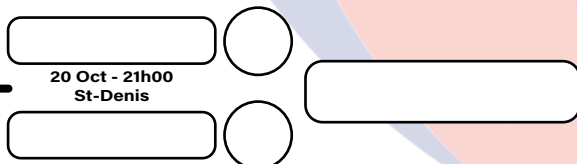
Roumanie

	Ven 08/09	Sam 09/09	Dim 10/09	Je u 14/09	Ven 15/09	Sam 16/09	Dim 17/09	Mer 20/09	Je u 21/09	Ven 22/09
Bordeau		Irl Rou 15h30	Pdg Fij 21h00			Sam Chi 15h00	Ads Rou 15h00			
Lille				Fra Uru 21h00						
Lyon										
Marseille		Ang Arg 21h00	Ads Éco 17h45						Fra Nam 21h00	
Nantes						Irl Tga 21h00				
Nice						Pdg Por 17h45	Ang Jap 21h00	Ita Uru 17h45		
St-Denis	Fra Nzl 21h00	Aus Géo 18h00								
St-Étienne		Ita Nam 13h00					Aus Fij 17h45			Arg Sam 17h45
Toulouse			Jap Chi 13h00		Nzl Nam 21h00					

## QUARTS DE FINALE



## DEMI-FINALE



# FINALE

28 Oct  
St-Denis





# DE RUGBY 2023

## Poule C

	Pays de Galles
	Australie
	Fidji
	Géorgie
	Portugal

## Poule D

	Angleterre
	Japon
	Argentine
	Samoa
	Chili

	Sam 23/09	Dim 24/09	Mer 27/09	Jeu 28/09	Ven 29/09	Sam 30/09	Dim 01/10	Jeu 05/10	Ven 06/10	Sam 07/10	Dim 08/10
						<b>Fij</b> Géo 17h45					
	<b>Ang</b> Chi 17h45					<b>Éco</b> Rou 21h00				<b>Ang</b> Sam 17h45	<b>TGA</b> Rou 17h45
		<b>Pdg</b> Aus 21h00	<b>Uru</b> Nam 17h45		<b>Nzl</b> Ita 21h00			<b>Nzl</b> Uru 21h00	<b>Fra</b> Ita 21h00		
							<b>Ads</b> Tga 21h00				
						<b>Arg</b> Chi 15h00				<b>Pdg</b> Géo 15h00	<b>Jap</b> Arg 13h00
		<b>Éco</b> Tga 17h45									
	<b>Ads</b> Irl 21h00									<b>Irl</b> Éco 21h00	
							<b>Aus</b> Por 17h45				
	<b>Géo</b> Por 14h00			<b>Jap</b> Sam 21h00							<b>Fij</b> Por 21h00

## FINALE

21h00  
St-Denis

LE MONDE  
DU RUGBY  
2023

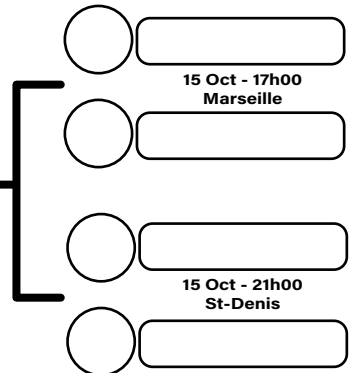
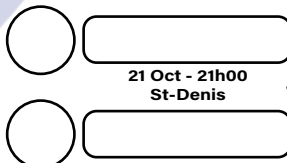
## QUARTS DE FINALE

### DEMI-FINALE

21 Oct - 21h00  
St-Denis

15 Oct - 17h00  
Marseille

15 Oct - 21h00  
St-Denis





## LES CHIFFRES CLÉS DE LA COUPE DU MONDE DE RUGBY

Il s'agit cette année de la 10<sup>ème</sup> édition de la Coupe du Monde du Rugby. La France accueille cet heureux événement pour la seconde fois. La première était en 2007. Année où l'Afrique du Sud s'est imposé contre l'Angleterre (15-6)

Tout a débuté en 1987, en Australie et en Nouvelle-Zélande, avec l'invitation de 16 équipes nationales pour la première édition. Le tout premier trophée a été remporté par les All Blacks. Cette édition de la Coupe du monde de rugby est la dixième de l'histoire. L'aventure a en effet commencé en 1987, en Australie et en Nouvelle-Zélande. Une première édition du Mondial à laquelle participaient 16 équipes nationales, sur invitation. Ce sont les All Blacks qui ont remporté le premier trophée de l'histoire 29 à 9 contre la France !

### LES ÉQUIPES

Depuis 1999, ce sont désormais 20 équipes nationales qui se disputent la Coupe, contre 16 lors des 3 premières éditions. Ce nombre justifie la particularité de la phase de poules : les nations sont réparties en quatre groupes de cinq. Les deux premières de chaque poule disputent ensuite une phase à élimination directe traditionnelle qui débute par les quarts de finale.

### LES COUPES DU MONDE

La Nouvelle-Zélande et l'Afrique du Sud font parties des équipes les plus scrutées. Et pour cause : elles comptent chacune 3 Coupes du Monde dans leur palmarès. Ce qui reste à ce jour, le record de la compétition.

Les All Blacks l'ont emporté à domicile en 1987 et en 2011, et en 2015 en Angleterre.

Les Springboks se sont eux imposés chez eux en 1995, en 2007 en France et lors de la dernière édition au Japon, en 2019.

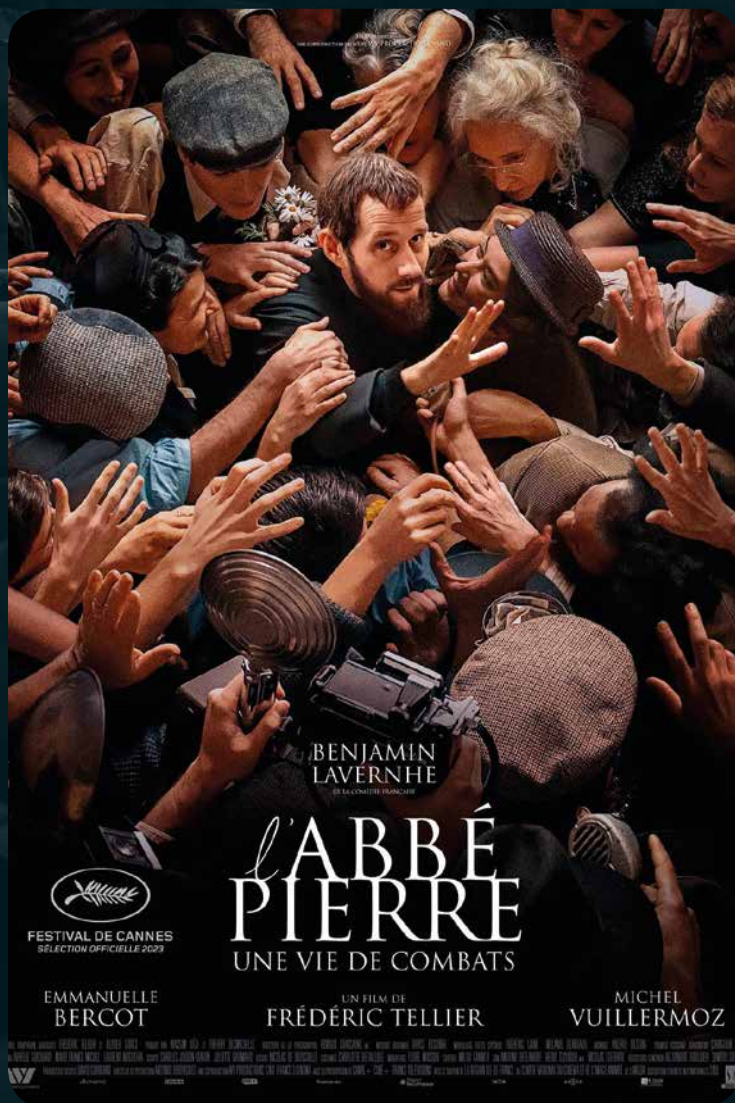
La France elle, compte trois finales. Elles ont toutes été perdues face à la Nouvelle-Zélande (1987 et 2011) et l'Australie en 1999.

### LES JOUEURS

Les sélectionneurs ont la possibilité de proposer des listes allant jusqu'à 33 joueurs. Effectuée par Fabien Galthié et son staff, celle des bleus a été dévoilée le 21 août dernier. Pour chaque match, il y a donc 15 rugbymen sur le terrain et 18 sur le banc de touche, en tant que remplaçants. Les tacticiens ont l'opportunité de remplacer le nombre de joueurs qu'ils souhaitent au cours d'une partie.













# AVANT – PREMIÈRE















## SAMEDI 7 OCTOBRE 20h30



**En présence du réalisateur  
Frédéric Tellier**

**CGR**  
**CINEMAS**  
**NARBONNE**

TF1	france.2	france.3	CANAL+	france-5	6
21.10  <b>HITMAN &amp; BODYGUARD 2</b> Film 23.10 L'arme fatale ★★, film	21.10  <b>VENISE N'EST PAS EN ITALIE</b> ★ Film 22.45 Beau Geste, mag.	21.10  <b>BROKENWOOD</b> Série 22.40 Brokenwood, série	21.10  <b>VICTOR WEMBANYAMA, UNIQUE</b> 22.55 Émission unique, mag.	21.05  <b>LA REVANCHE DE BERNADETTE DE</b> 22.35 François Mitterrand & Anne Pinget...	20.50  <b>RUGBY : FIDJI / PORTUGAL</b> Sport 23.00 Enquête exclusive, mag.
21.00  <b>BLADE RUNNER</b> ★★ Film 22.55 « Blade Runner »..., doc.	21.10  <b>LES AVENTURES DE SPIRO ET FANTASIO</b> ★ Film 22.50 Jeudi reportage	21.05  <b>L'ARNACŒUR</b> ★ Film 22.40 Le défilé : Walk Your Worth	21.10  <b>STARS 80, LA SUITE</b> ★ Film 23.15 Stars 80 ★, film	21.05  <b>CAMPING ET CAMPING-CAR...</b> 23.00 Camping et camping-car...	21.10  <b>MON ONCLE CHARLIE</b> Série 22.35 Mon oncle Charlie, série
21.00  <b>REMBOB'INA</b> Mag. 23.00 Les grands entretiens d'Yves Thérard...	21.10  <b>COMME IL VOUS PLAIRA</b> Spectacle 23.10 Le doc stupéfiant, doc.	21.10  <b>CHICAGO FIRE</b> Série 22.40 Chicago Fire, série	21.05  <b>E=M6 FAMILY</b> Magazine 22.00 E=m6 family, mag.	20.00  <b>LE 20H DARIUS ROCHEBIN</b> Magazine 22.00 Le 22h Darius Rochebin, mag.	21.00  <b>BABY BOOM</b> Documentaire 22.10 Baby boom, doc.
21.00  <b>EN QUÊTE D'ESPRIT</b> Magazine 22.00 Les visiteurs du soir	21.05  <b>FLECHETTES : COUPE DU MONDE 2023</b> Sport 22.40 L'Equipe du Soir	21.05  <b>ULTIME DECISION</b> Film 23.30 Storage Wars : enchères surprises	21.10  <b>FAITES ENTRER L'ACCUSÉ</b> Doc. 22.35 Faites entrer l'accusé, doc.	21.10  <b>AUSTRALIE, LA RUÉE VERS L'OR</b> 22.00 Australie, la ruée vers l'or	21.05  <b>CANDICE RENOIR</b> Série 22.10 Candice Renoir, série

TF1	france.2	france.3	CANAL+	france-5	6
21.10  <b>CANNES POLICE CRIMINELLE</b> Film 22.10 Cannes Police Criminelle	21.10  <b>INFILTRÉ(E)</b> Série 22.55 Unité 42, série	21.10  <b>LES FRÈRES SISTERS</b> ★★ Film 23.15 La ligne bleue, doc.	21.10  <b>66-5</b> Série 22.50 Narvalo, série	21.05  <b>UNE PLANÈTE PARFAITE</b> Doc. 22.35 C ce soir, mag.	21.10  <b>L'AMOUR EST DANS LE PRÉ</b> 23.10 L'amour vu du pré
20.50  <b>OPÉRATION DRAGON</b> ★★ Film 22.25 « Be Water », doc.	21.20  <b>COMMISSAIRE MAGELLAN</b> Série 23.15 Commissaire Magellan, série	21.05  <b>RED 2</b> ★ Film 23.10 Red ★, film	21.25  <b>MEN IN BLACK 2</b> ★ Film 23.10 Men in Black ★★, film	21.05  <b>APPELS D'URGENCE</b> Mag. 23.10 Appels d'urgence, mag.	21.10  <b>CRIMES</b> Documentaire 22.35 Crimes, doc.
20.35  <b>DÉBATDOC</b> Documentaire 22.00 Sens Public, mag.	21.10  <b>FESTIVAL «SŒURS JUMELLES, JOYEUSEMENT FÉMINISTE»</b> 22.35 Marie Oppert	21.10  <b>LES DUOS IMPOSSIBLES DE JEREMY FERRARI</b> 23.45 Olivier de Benoist	21.05  <b>LES NOUVELLES MAISONS PRÉFÉRÉES DES FRANÇAIS</b> 22.50 Les nouvelles...	20.00  <b>UN ŒIL SUR LE MONDE</b> Magazine 22.00 Brunet, Brous-souloux et cie	21.00  <b>ALERTE !</b> ★ Film 23.15 Asteroid impact, téléfilm
21.00  <b>LE MEILLEUR DE L'INFO</b> Magazine 22.00 Soir info	21.05  <b>L'ÉQUIPE ENQUÊTE</b> Documentaire 22.55 L'Equipe du Soir, mag.	21.05  <b>KAAMELOTT</b> Série 22.40 Kaamelott, série	21.10  <b>CLEOPÂTRE : L'HISTOIRE VRAIE</b> 22.15 Les grandes énigmes de l'Histoire, doc.	21.10  <b>GUEDELON : COMMENT CONSTRUIRE UN CHÂTEAU FORT</b> 22.15 La grande histoire	21.05  <b>THE CLOSER : L.A. ENQUÊTES PRIORITAIRES</b> Série 22.05 The closer

# LE PSYCHO TEST

100 % vous



**Prenez-vous suffisamment soin de votre santé ?**

## Résultats



### **Vous avez une majorité de A :**

#### **Votre santé est au centre de votre vie**

Prendre soin de votre santé, c'est très important pour vous... Au point que cela soit devenu une véritable obsession ! Que ce soit au quotidien ou en vacances, vous ne faites jamais d'écart, vous ne vous autorisez jamais à faire une pause. Pourtant, cela pourrait être bénéfique pour votre moral. Ce n'est pas parce que vous lâchez prise une fois de temps en temps que vous allez gâcher tous vos efforts.

### **Vous avez une majorité de B :**

#### **Votre santé est importante pour vous**

Vous faites attention à votre santé dans la mesure du possible. Vous savez que vous n'êtes pas parfait(e), mais cela vous convient. Vous aimez profiter de la vie et pensez que faire quelques petits excès de temps en temps, ce n'est pas bien grave tant que cela vous rend heureux/se et que vous compensez le reste de la semaine.

### **Vous avez une majorité de C :**

#### **Vous ne prenez pas du tout soin de votre santé**

Votre santé, ce n'est pas du tout votre priorité. Manger sain, faire du sport, dormir suffisamment... Vous voyez cela comme de la privation. Vous préférez vivre à 100 % que de vous restreindre, quitte à en payer le prix fort à l'avenir. Mais si vous souhaitez éviter d'en arriver là, il faut apprendre à prendre soin de vous !

*La santé, c'est le plus important ! Mais ce n'est pas forcément évident d'en prendre soin. Et vous ? Écoutez-vous suffisamment votre corps ? Pour le savoir, faites notre test.*

### **1/ Vous consultez votre médecin...**

- A. Tous les mois
- B. Dès que vous êtes malades
- C. Une fois par an, et encore

### **2/ Et votre dentiste ?**

- A. Tous les six mois, pour faire un détartrage
- B. Dès qu'une dent vous fait mal
- C. Votre dernière visite remonte à deux ans...

### **3/ Avant de prendre un médicament, vous...**

- A. Demandez l'avis de votre pharmacien
- B. Lisez attentivement la notice
- C. Ne faites rien de particulier

### **4/ À quelle fréquence faites-vous du sport ?**

- A. Tous les jours
- B. Deux à trois fois par semaine
- C. Du quoi ?

### **5/ Vous dormez...**

- A. Plus de 9 heures par nuit
- B. Environ 8 heures par nuit
- C. Moins de 7 heures par nuit

### **6/ Lorsque vous vous exposez au soleil, mettez-vous de la crème solaire ?**

- A. Oui, de l'indice 50 et vous en remettez bien toutes les deux heures
- B. Oui, mais vous avez tendance à oublier d'en remettre
- C. Non pas du tout. Vous avez peur de ne pas bronzer si vous en mettez

### **7/ Est-ce que vous fumez ?**

- A. Non, vous n'avez jamais touché à une cigarette de votre vie
- B. Vous venez d'arrêter
- C. Oui, beaucoup

### **8/ L'alcool...**

- A. Vous n'en buvez jamais
- B. Vous en buvez en soirée ou au restaurant avec des amis, mais guère plus
- C. Vous en buvez tous les jours

### **9/ Achetez-vous des produits bio ?**

- A. Oui, c'est même une obligation pour vous
- B. Cela vous arrive de temps en temps, notamment pour les fruits et les légumes
- C. Non, jamais

### **10/ Vous mangez de la viande rouge...**

- A. Jamais
- B. Occasionnellement
- C. Très souvent



<b>TF1</b> 21.10 <b>S.W.A.T. 10</b> Série 22.00 S.W.A.T., série	<b>france.2</b> 21.10 <b>NOUS LES OUVRIERS</b> Doc. 22.50 Infrarouge, doc.	<b>france.3</b> 21.10 <b>ALEXANDRA EHLE</b> Série 22.40 Alexandra Ehle, série	<b>CANAL+</b> 21.10 <b>THE FABELMANS</b> Film 23.35 Non crime ★★, film	<b>france.5</b> 21.05 <b>ENQUÊTE DE SANTÉ</b> Documentaire 22.45 C ce soir, mag.	<b>6</b> 21.10 <b>RECHERCHE APPARTEMENT OU MAISON</b> Magazine 22.25 Stéphane Plaza
<b>arte</b> 20.55 <b>PARIS SPORTIFS, LES BOOKMAKERS RAFLENT LA MISE</b> 22.20 Le retour de...	<b>C8</b> 21.20 <b>THE SINGING CLUB</b> ★ Film 23.20 Les figures de l'ombre ★, film	<b>W9</b> 21.05 <b>LES 100 VIDEOS QUI ONT FAIT RIRE LE MONDE ENTIER</b> 22.50 Les 100 vidéos...	<b>TMC</b> 21.25 <b>90' ENQUÊTES</b> Magazine 22.45 90' Enquêtes, mag.	<b>TFX</b> 21.05 <b>JOSEPHINE</b> ★ Film 22.50 De 15 à 17 ans : le défi des mams ados, mag.	<b>M6</b> 21.10 <b>TERMINATOR RE-NAISSANCE</b> ★ Film 23.30 Inside Man : most wanted, téléfilm
<b>LCP</b> 20.35 <b>DEBATDOC</b> Documentaire 22.00 Sens Public, mag.	<b>4</b> 21.10 <b>LES CLEFS DE L'ORCHESTRE DE J.-F. ZYSEL</b> Spectacle 22.45 Orchestre...	<b>GSTAR</b> 21.10 <b>LE MEILLEUR FORGERON</b> 10 22.45 Le meilleur forgeron	<b>5</b> 21.05 <b>LA PAT' PATROUILLE LE FILM</b> Film 22.45 Animaux VIP : une bête de réno	<b>LCI</b> 20.00 <b>UN ŒIL SUR LE MONDE</b> Magazine 22.00 Brunet, Brous-souloux et cie	<b>TF1</b> 21.00 <b>CAMPING PARADIS</b> Série 22.50 Camping Paradis, série
<b>C NEWS</b> 21.00 <b>LE MEILLEUR DE L'INFO</b> Magazine 22.00 Soir info	<b>L'EQUIPE</b> 21.05 <b>FUTSAL : CROATIE / FRANCE</b> 22.55 L'Equipe du Soir, mag.	<b>6ter</b> 21.05 <b>LES DENTS, PIP ET AU LIT</b> ★ Film 23.00 After - Chapitre 1 ★, film	<b>RMC</b> 21.10 <b>CHIRURGIE ESTHÉTIQUE...Doc.</b> 22.35 Guerre des voisins	<b>RMC</b> 21.10 <b>WHEELER DEALERS FRANCE</b> Doc. 22.20 Wheeler Dealers France, doc.	<b>6ter</b> 21.05 <b>SNAPPED : CAUCHEMARS AU REVEIL</b> 10 Mag. 22.05 Snapped

<b>TF1</b> 21.10 <b>GOOD DOCTOR</b> 10 Série 22.05 Good Doctor, série	<b>france.2</b> 21.10 <b>LE PROCHAIN VOYAGE</b> Téléfilm 22.40 Soirée continue : choisir sa mort...	<b>france.3</b> 21.10 <b>FAUT PAS RÊVER</b> 23.20 Pélagos, voyage au large de la méditerranée, doc.	<b>CANAL+</b> 21.10 <b>GOLDA</b> ★ 10 Film 22.50 Les pires ★, film	<b>france.5</b> 21.05 <b>LA GRANDE LIBRAIRIE</b> Magazine 22.35 C ce soir, mag.	<b>6</b> 21.10 <b>LE MEILLEUR PÂTISSIER</b> Jeu 23.15 Le meilleur pâtissier
<b>arte</b> 20.55 <b>UN AMOUR IM-POSSIBLE</b> ★★ Film 23.10 Italo Calvino, doc.	<b>C8</b> 21.20 <b>MONGEVILLE</b> Série 23.10 Mongeville, série	<b>W9</b> 21.05 <b>ENQUÊTES CRIMINELLES</b> 10 23.10 Enquêtes criminelles, mag.	<b>TMC</b> 21.25 <b>21H MÉDIAS : XAVIER DUPONT DE LIGNONNES...</b> Doc. 23.05 90' Enquêtes, mag.	<b>TFX</b> 21.05 <b>CLEANERS LES EXPERTS DU MÉNAGE</b> 22.55 Cleaners les experts du ménage	<b>M6</b> 21.10 <b>BRAVEN</b> ★ Film 23.05 Acts of violence, téléfilm
<b>LCP</b> 20.35 <b>DEBATDOC</b> Documentaire 22.00 Sens Public, mag.	<b>4</b> 21.10 <b>DAVID GUETTA AU MAINSQUARE FESTIVAL</b> Spectacle 22.40 Michaël Canitrot	<b>GSTAR</b> 21.10 <b>NINJA TURTLES 2</b> ★ Film 23.05 Vol 93 ★★, film	<b>5</b> 21.05 <b>ALLÔ MAMAN, ICI BÉBÉ</b> ★ Film 22.45 La première étoile ★, film	<b>LCI</b> 20.00 <b>UN ŒIL SUR LE MONDE</b> Magazine 22.00 Brunet, Brous-souloux et cie	<b>TF1</b> 21.00 <b>NEW YORK SECTION CRIMINELLE</b> Série 21.55 New York section criminelle, série
<b>C NEWS</b> 21.00 <b>LE MEILLEUR DE L'INFO</b> Magazine 22.00 Soir info	<b>L'EQUIPE</b> 21.00 <b>HANDBALL : FRANCE / ITALIE</b> 22.50 L'Equipe du Soir, mag.	<b>6ter</b> 21.05 <b>DE L'AUTRE CÔTE DU PÉRIPH</b> ★ Film 22.50 Kaamelott, série	<b>RMC</b> 21.10 <b>100 JOURS AVEC LES SECOURS</b> Doc. 23.10 100 jours avec les secours, doc.	<b>RMC</b> 21.10 <b>TRAVAUX XXL : PISCINES ET LAGONS</b> Doc. 22.20 Travaux XXL	<b>6ter</b> 21.05 <b>LES PETITS MEURTRES D'AGATHA CHRISTIE</b> 10 Série 23.05 Crime, mag.

# MAISONS DE Manon

GRUPE Hexaôm



## FLEURY D'AUDE

Villa T4 sur terrain 360m<sup>2</sup>

**241 900 €\***

## CANET D'AUDE

Villa T4 sur terrain 385m<sup>2</sup>

**228 900 €\***

## NARBONNE

Villa T4 sur terrain 270m<sup>2</sup>

**242 000 €\***

## SALLES-D'AUDE

Villa T4 sur terrain 540m<sup>2</sup>

**253 400 €\***

## SALLELES-D'AUDE

Villa T4 sur terrain 530m<sup>2</sup>

**227 000 €\***

## GINESTAS

Villa T4 sur terrain 385m<sup>2</sup>

**217 000 €\***

## ROQUEFORT-DES-CORBIERES

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

**232 000 €\***

## FERRALS-DES-CORBIERES

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

**191 000 €\***

## LA PALME

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

**257 000 €\***

## MARCORIGNAN

Villa T4 sur terrain 274m<sup>2</sup>

**232 400 €\***

Prix calculés avec la nouvelle norme **re2020** qui permet de réduire les consommations d'énergie.

LES MAISONS COULEURS DU SUD

constructeur depuis 1919



90% DE  
RECOMMANDATIONS



100 ANS  
AU SERVICE  
DE NOS CLIENTS



23 AGENCES  
COMMERCIALES



• DE 500  
MAISONS TOUT 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**

TF1	france•2	france•3	CANAL+	france-5	6
21.10 <b>WISE LE CŒUR</b> 10 Série 23.10 Wise le cœur, série	21.10 <b>ENVOYE SPECIAL</b> Magazine 23.00 Complément d'enquête, mag.	21.10 <b>SOPHIE CROSS</b> 10 Série 22.50 La France en vrai, doc.	21.10 <b>TÉHERAN</b> 10 Série 22.45 L'enfant de la forêt, doc.	21.05 <b>VOYAGES AU CENTRE DE LA TERRE</b> Doc. 22.40 C ce soir, mag.	21.10 <b>OSS 117 ALERTE ROUGE EN AFRIQUE NOIRE</b> ★ 10 Film 23.20 OSS 117, le Caire
20.55 <b>LE PATIENT</b> Téléfilm 22.30 Berlin Bad Trip, série	21.20 <b>Y A QUE LA VERITÉ QUI COMPTE</b> 23.00 Y a que la vérité qui compte	21.05 <b>LES 20 CHANSONS DE COMEDIE MUSICALE...</b> 22.50 Les 20 chansons	21.25 <b>EXPENDABLES : UNITÉ SPÉCIALE</b> ★ 10 Film 23.15 Taxi 5 ★, film	21.05 <b>HUNGER GAMES - L'EMBRASEMENT</b> ★ Film 23.35 Hunger Games	21.10 <b>LES SECRETS DU PARANORMAL</b> 22.30 Les secrets du paranormal, doc.
20.35 <b>DEBATDOC</b> Documentaire 22.00 Sens Public, mag.	21.10 <b>GIMS</b> Spectacle 23.30 La relève du rire - Lille	21.10 <b>AU CŒUR DE L'ENQUÊTE</b> Mag. 22.35 Au cœur de l'enquête, mag.	21.05 <b>PÉKIN EXPRESS : DUOS DE CHOC</b> 23.15 Pékin Express - itinéraire bis	20.00 <b>UN ŒIL SUR LE MONDE</b> Magazine 22.00 Brunet, Brousseau et cie	21.00 <b>NEW YORK SECTION CRIMINELLE</b> 21.30 New York section criminelle, série
21.00 <b>LE MEILLEUR DE L'INFO</b> Magazine 22.00 Soir info	20.45 <b>FOOTBALL : ESPAGNE / ÉCOSSE</b> 23.20 L'Équipe du Soir, mag.	21.05 <b>7 JOURS 7 NUITS À LA MATERNITÉ</b> 22.10 7 jours 7 nuits à la maternité, doc.	21.10 <b>FRENCH RIVIERA : VILLAS DE RÊVE</b> 22.35 French Riviera : villas de rêve...	21.10 <b>VINTAGE MECANIC</b> Documentaire 22.30 Vintage Mecanic, doc.	21.05 <b>SPY GAME, JEU D'ESPIONS</b> 10 23.35 Et au milieu coule une rivière

TF1	france•2	france•3	CANAL+	france-5	6
20.35 <b>FOOTBALL : PAYS-BAS / FRANCE</b> 23.20 Vendredi, tout est permis...	21.10 <b>LES PETITS MEURTRES D'AGATHA CHRISTIE</b> 22.45 Basique, le concert	21.10 <b>CHANTONS AZNAVOUR</b> Doc. 23.05 Charles Trenet, l'enchantement, doc.	21.10 <b>DONJONS &amp; DRAGONS : L'HONNEUR DES VOLEURS</b> Film 23.20 Black Panther	21.05 <b>ROMY, FEMME LIBRE</b> Documentaire 22.40 Jacquemus, le prince soleil, doc.	21.10 <b>LA PROPOSITION</b> ★ Film 23.15 Maison à vendre, mag.
20.55 <b>LA FILLE QU'ON APPELLE</b> Téléfilm 22.25 Jean-Claude Van Damme, doc.	21.20 <b>LE SANG DE LA VIGNE</b> Série 23.10 Le sang de la vigne, série	21.05 <b>ENQUÊTE D'ACTION</b> 10 Mag. 23.00 Enquête d'action, mag.	21.25 <b>RESTOS DU CŒUR</b> 22.55 Restos du Cœur	21.05 <b>STARS DES ÉMISSIONS CULTES...</b> 22.55 Après la gloire, la nouvelle vie...	21.10 <b>SAM</b> 10 Série 22.10 Sam, série
21.00 <b>MAMAN, J'AI ARRÊTÉ L'AVION !</b> 22.00 Président : le prix à payer	21.10 <b>FÉCONDEE, LE SPECTACLE ÉVÈNEMENT D'ÉLODIE ARNOULD</b> 22.30 Génération...	21.20 <b>STORAGE WARS : ENCHÈRES SURPRISES</b> 22.10 Storage Wars	21.05 <b>LES REBELLES DE LA FORÊT 2</b> Téléfilm 22.25 Beethoven : une star est née !	20.00 <b>LE 20H DARIUS ROCHEBIN</b> Magazine 22.00 Le 20h Darius Rochebin, mag.	21.00 <b>LE ROI ARTHUR : LA LÉGENDE D'EXCALIBUR</b> ★ 23.15 Les experts
21.00 <b>ÇA SE DÎSPUTE</b> 22.00 Soir info week-end	20.45 <b>FOOT : PORTUGAL / SLOVAQUIE</b> 22.45 L'Équipe du Soir, mag.	21.05 <b>HAWAII 5-0</b> 10 Série 22.50 Hawaii 5-0, série	21.10 <b>ALIEN THEORY</b> 10 Documentaire 23.00 Alien Theory, doc.	21.10 <b>PYRAMIDE NOIRE : LA MEGASTRUCTURE ENFOUÏE</b> Doc. 22.20 Saqqarah	21.05 <b>FAUT PAS LUI DIRE</b> ★ Film 23.05 6 jours, 7 nuits ★, film



## CULTURE & LOISIRS





**GRATUIT**

### ENTRE DEUX VILLES

#### Regards croisés sur les archives

Cette exposition est née de l'envie de partager des souvenirs avec les narbonnais et les amoureux de la ville. *Jusqu'au 26 novembre 2023*, faites un voyage immersif dans le temps et dans l'espace dans les quartiers de Bourg et de Cité, découvrez la ville d'autrefois.

 Tous les jours de 14h à 18h  
(sauf les mardis 1er et 11 novembre 2023)

 Chapelle des Pénitents-bleus  
11 100 Narbonne


€ Entrée libre





### NARBONNE EN BD

#### Images du Moyen-âge

*Jusqu'au 30 novembre 2023*, découvrez les planches et vignettes issues de la BD "Narbonne Médiévale, le destin brisé", réalisée par les Narbonnais Jean Vernat et Gilbert Benedicto.

 Tous les jours, de 10h00 à 18h00

 Palais-Musée des Archevêques,  
Chapelle Saint-Martial

 04 68 90 26 38

€ Entrée libre



**GRATUIT**



### VESTIGES DU FUTUR

#### Parcours d'art contemporain

*Jusqu'au 31 décembre 2023*, me musée Narbo via accueil une sélection d'œuvres issues du Musée régional d'art contemporain (Mrac) à Sérignan : c'est une véritable rencontre entre deux collections que les visiteurs sont invités à découvrir.

 Narbo Via : Antiquité romaine dans trois lieux (Musée, Horreum, Amphoralis)

€ Inclus dans le billet d'accès aux sites du Musée d'Amphoralis et de l'Horreum.



# LES JEUX

...à vos stylos!



## MOTS FLÉCHÉS

DIMENSION VERTICALE RÉGIONS CHAUDES	DERBY PEPIN	SPORT INDOOR ID EST	BRAMER ÉCULEE	AIRE DE VENT
TRES MAIGRES ÉGOUTTOIR	ÉTOILE	OXYGÈNE FÉLIN	BOURGEON PEU AVANCÉ	NYPHPE DES EAUX
INTERPÉ- NÉTRATION EXPLOSIIF	CHEVAL- VAPEUR CHAR- MANTE	BIBLIO- THÉQUE FILET	COMPACTE HASAR- DEUX	CODE UVULE
RÉGION D'ITALIE	LARME AMOUREUX	MONTAGNE DE THESSALIE	AGRÉABLE AU TOU- CHER	
CALEPINS	LACET DE BOTTE POMME	RASE	PARES- SEUX	
CONIFÈRE PIGEON SAUVAGE	GOGO DE LA BIBLE	ÎLE DE CHARENTE- MARITIME		



## SOLUTIONS

UNIVERSAL JEUX 04 91 27 01 16

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

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

NOUVEAU

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

DIFFICILE

## SUDOKU

DIFFICILE

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

MOYEN

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

# FOIRES & SALONS



*Salon du mariage*

MARIAGE & BEAUTÉ

30/09 & 01/10

2023

 PALAIS DU TRAVAIL  
NARBONNE



*Marriage & Beauté*



PARC DES EXPOSITIONS DU Grand  
NARBONNE

A LA MESURE  
DE VOS PROJETS

 Grand  
NARBONNE  
COMMUNAUTE D'AGGLOMERATION

 Arenis Parc des  
Expositions

 Réseau  
Fourgons  TPL  
premium



DU 19 AU 22 OCTOBRE 2023

10H00 - 19H00

**SALON**  
DU  
**CAMPING CAR**  
VAN & FOURGON AMÉNAGÉ

 PARC DES EXPOSITIONS  
NARBONNE



## L'HOROSCOPE

**amour, travail, santé !**

### BÉLIER du 21 mars au 20 avril

**Travail-Argent :** un choix se profile à l'horizon. Mais vos désirs ne sont pas très clairs et vous n'oserez pas faire le grand saut. **Amour :** vous avez envie de vous retrouver seul et vous délaissiez un peu vos amis. **Santé :** parfaite résistance à la fatigue.

### TAUREAU du 21 avril au 20 mai

**Travail-Argent :** vous devriez disposer de bonnes périodes d'expansion. **Amour :** vos liens prendront l'aspect d'une complicité plus intellectuelle que sensuelle. **Santé :** stress toujours possible, mais passer.

### GÉMEAUX du 21 mai au 21 juin

**Travail-Argent :** apprenez à déléguer certaines tâches si vous voulez faire preuve d'efficacité. **Amour :** n'hésitez pas à aborder franchement les problèmes qui pourraient déstabiliser votre couple. **Santé :** une petite déprime passagère.

### CANCER du 22 juin au 22 juillet

**Travail-Argent :** un avantage financier est possible par le biais du secteur professionnel. **Amour :** le signe profite toujours de l'influence bénéfique du conjoint. **Santé :** vous subirez un léger stress qui sera vite évacué.

### LION du 23 juillet au 22 août

**Travail-Argent :** vous pourrez nouer des alliances utiles et obtenir l'appui de personnes influentes. **Amour :** votre relation sentimentale sera très agréable. **Santé :** la fatigue n'aura pas de prise sur vous.

### VIERGE du 23 août au 22 sept.

**Travail-Argent :** vous n'hésitez pas à vous remettre en question. **Amour :** vous ne ménagerez pas vos efforts pour entretenir une ambiance douillette et agréable dans votre foyer. **Santé :** ne faites pas d'effort trop brusque.

### BALANCE du 23 sept. au 22 oct.

**Travail-Argent :** des opportunités se présenteront aussi bien sur le plan professionnel que matériel. **Amour :** vous ne ménagerez pas vos efforts pour rétablir des liens de complicité avec vos proches. **Santé :** bonne.

### SCORPION du 23 oct. au 21 nov.

**Travail-Argent :** vous êtes soumis à des influences planétaires contradictoires. **Amour :** vous régnerez en maître sur votre foyer, et il vous arrivera de prendre des décisions sans consulter votre partenaire. **Santé :** le tonus est là.

### SAGITTAIRE du 22 nov. au 20 déc.

**Travail-Argent :** aucune surprise à l'horizon dans le ciel professionnel. **Amour :** restez à l'écoute de votre partenaire pour éviter les malentendus. **Santé :** un jogging matinal vous ferait le plus grand bien.

### CAPRICORNE du 21 déc. au 19 janv.

**Travail-Argent :** vous devriez ressentir une nette amélioration de l'état de vos finances. **Amour :** vous vous attacherez à construire un bonheur solide et durable et l'ambiance familiale sera très agréable. **Santé :** vous serez à la fois plus dynamique et plus relax.

### VERSEAU du 20 janv. au 18 fév.

**Travail-Argent :** vous aurez l'occasion de prouver votre efficacité et détermination sur le terrain. **Amour :** vous ne serez guère sur la même longueur d'onde que votre partenaire. **Santé :** vous avez enfin décidé de manger des fruits.

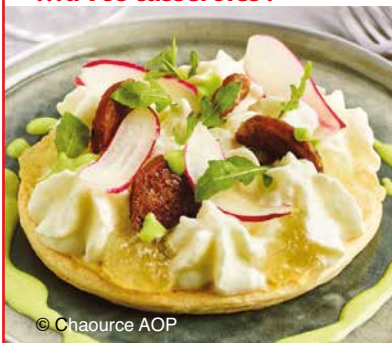
### POISSONS du 19 fév. au 20 mars

**Travail-Argent :** le ciel semble vous promettre des opportunités intéressantes, mais si vous manquez de prudence, vous pourriez gâcher vos chances. **Amour :** aucun problème en vue. **Santé :** résistance en baisse. Reposez-vous.

## LA RECETTE

de saison

...à vos casseroles !



© Chaource AOP

## TARTE FINE AU CHAOURCE ET ANDOUILLETTE DE TROYES

Préparation et cuisson : 1 h 30

### ► pour 6 personnes :

250 g de chaource, 20 g de beurre, 30 cl de crème liquide entière, 200 g d'andouillette, 1 feuille de gélatine, 1 pâte feuilletée, moutarde, 1 carotte, 1 oignon, 100 g de petits pois, radis, feuilles de roquette, thym, laurier, ciboulette.

### ► préparation :

Dans une casserole, mettre l'andouillette, la carotte en dés et l'oignon émincé, le thym et le laurier ficelés. Couvrir d'eau, porter à ébullition, laisser réduire à feu doux pendant 20 à 30 min.

Préchauffer le four à 210 °C. Écosser les petits pois. Laver la ciboulette, équeuter et couper les radis en tranches. Découper 6 cercles dans la pâte et garnir 6 petits moules. Les piquer et enfourner 15 à 20 min.

Retirer l'andouillette et le bouquet garni de la casserole. Ramollir la gélatine dans de l'eau froide et bien l'essorer puis l'ajouter au bouillon.

Trancher l'andouillette en rondelles très fines et griller ces « chips » sur une plaque au four.

Faire fondre le chaource dans la crème, mixer et passer au chinois. Remplir un siphon.

Cuire les petits pois 10 min, ajouter le beurre, la ciboulette et mixer.

Sur chaque tartelette, étaler un peu de moutarde, intercaler gelée de bouillon et mousse au chaource et surmonter de chips d'andouillette.

Décorer avec des tranches de radis, la roquette et la sauce aux petits pois.

## La star du moment : le chaource

Il doit son nom au village situé dans l'Aube. Plus petit et plus haut qu'un camembert, ce fromage au lait de vache possède une croûte fleurie et une pâte crémeuse

## LES JEUX

...à vos stylos !

## ► LES MOTS CODÉS

Chaque lettre de l'alphabet est associée à un chiffre. À l'aide des 4 premières lettres déjà placées, remplissez la grille de façon à obtenir des mots horizontalement et verticalement.



ARTI

## ► 7 ERREURS

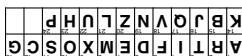


## SOLUTIONS

UNIVERSAL JEUX 04 91 27 01 16

de la pancarte 7 - Le phare  
4 - Le chaource 6 - Le haut  
1 - Le nage 2 - Le rayon 3 - Les roches

### 7 ERREURS



LES MOTS CODÉS

**POUR VOUS, CE N'EST  
QU'UNE BRIOCHE  
POUR MOI, C'EST  
UNE HEURE D'ÉVASION**



**Brioche en vente au  
prix de 7€ sur les  
points de vente ou à  
votre domicile.**

[www.afdaim-adapei11.org](http://www.afdaim-adapei11.org)



**Le réseau Unapei accompagne des personnes avec un handicap  
intellectuel, psychique, polyhandicapées et avec autisme.**



## URBAN CUISINE



# LES TECHNOLOGIES MODERNES AU SERVICE DES CUISINES OUVERTES

Les Français raffolent des cuisines ouvertes ! Une mode qui donne du pain sur la planche aux fabricants, bien décidés à relever le défi de rendre cette pièce aussi pratique qu'esthétique. Tour d'horizon des solutions à votre disposition. Exit les cuisines fermées ! Désormais, cette pièce de vie se veut ouverte et centrale, et n'a (quasiment) rien à cacher, si ce n'est son électroménager. Pour ce faire, les fabricants redoublent d'idées et proposent aux consommateurs une ribambelle d'innovations, aussi design qu'ergonomiques. Mobilier coulissant, électroménager dissimulé ou encore connecté, votre cuisine pourrait bien devenir the place to be de votre nid !

### INTÉGRÉ POUR DEVENIR INVISIBLE

Comment rendre votre cuisine spacieuse et épurée, sans pour autant devoir vous séparer de tout l'électroménager ? Grâce au principe du trompe-l'œil, bien sûr ! Plusieurs marques proposent des lave-vaisselle ou encore des réfrigérateurs qui se fondent parfaitement dans les placards de la cuisine. En effet, complètement intégrés dans la décoration, ces meubles sauront se confondre avec le reste de la pièce.

### COULISSER POUR MIEUX DISSIMULER

Des objets qui ne ressemblent pas à ce qu'ils sont, voilà une sacrée innovation ! Les appareils de dernière génération peuvent ainsi prendre l'apparence de gadgets que l'on croirait tout droit sorti d'un nouveau James Bond.

C'est le cas de la hotte invisible qui coulisse sur votre plan de travail. Lorsqu'elle ne fonctionne pas, cette dernière est rangée et inexistante. Mais il suffit d'appuyer sur un bouton pour que sa petite vitre rétroéclairée se dresse et empêche la diffusion des vapeurs et des odeurs. Pratique et fonctionnelle, cette hotte correspond à toutes les tailles de cuisine et s'arrête automatiquement après cuisson.

Certains voient encore plus grand. Puisque les cuisines actuelles se veulent ouvertes sur la pièce de vie, sachez qu'il est désormais possible de dissimuler votre évier ou votre plaque de cuisson en faisant glisser votre plan de travail par-dessus. Ingénieux, pratique et design, ce système permet à vos convives de s'attabler dans un décor épuré. Au contraire, si vous avez besoin de cuisiner

ou d'utiliser le robinet, il suffira de faire coulisser l'élément de l'autre côté afin de retrouver la partie fonctionnelle.

### RESTEZ CONNECTÉ

La cuisine du futur comprend une pléthore d'objets connectés. Un réfrigérateur est ainsi capable de répertorier les aliments manquants, une balance alimentaire peut garder en mémoire chaque pesée, tandis qu'une kyrielle d'appareils électroménagers se mettent en route et s'éteignent automatiquement comme la hotte, le four ou encore la plaque de cuisson.

Une sécurité et un confort d'utilisation à portée de main et surtout de smartphone !

DU 19 SEPTEMBRE  
AU 08 OCTOBRE

5+1

sur une sélection  
d'articles\*



LES BONNES

AFFAIRES

 interCaves  
dégustation & découvertes



-15%

sur une sélection  
d'articles\*

DU 07 OCTOBRE  
AU 28 OCTOBRE

LES OFFRES

SPIRITUEUX

\* Offre réservée aux clients du programme de fidélité, sur une sélection d'articles signalés en magasin. Offre non cumulable avec toutes offres, bons d'achats ou promotions en cours. Voir conditions d'utilisation du programme de fidélité en cave ou sur [intercaves.fr](http://intercaves.fr)



L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ, À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.

 4 bis Av. du Champ de Mars, 11100 Narbonne

 04 68 44 85 72

DU 1<sup>ER</sup> AU 30 SEPTEMBRE

L'AVI  
VERSAIRE

JUSQU'À

6 ÉLECTROS  
OFFERTS\*

AVIVA  
cuisines

Votre cuisine  
à partir de **2090** €<sup>1</sup>

1) Modèle ARIA béton sable fin petit linéaire selon l'implantation disponible sur le site Internet.

Modèle ARIA béton sable fin petit linéaire

VU À LA  
TV

SHOWROOM

Rue Blaise Pascal Z-I La Coupe  
11100 NARBONNE

04 48 16 08 14

[www.cuisines-aviva.com](http://www.cuisines-aviva.com)

Gagnez\* un robot pâtissier artisan KitchenAid !

Pour participer, rien de plus simple :

1. Réalisez votre devis en magasin
2. Complétez le formulaire en ligne sur notre site
3. Rendez-vous en octobre pour savoir si vous avez gagné !

Tous les détails et conditions sur le site

Du 1<sup>er</sup> au 30 septembre



JEU CONCOURS

UN ROBOT PÂTISSIER

**KitchenAid**

À GAGNER PAR MAGASIN !



\* Voir conditions sur le site [www.cuisines-aviva.com](http://www.cuisines-aviva.com)