

JARDINIERS
Professionnels

-50%
sur l'entretien
de votre jardin!

Voir en pages centrales

URBAN TV & SORTIES

GRATUIT

Magazine TV et Sorties du Narbonnais.



DS MENUISERIE

~~14 200 €~~

8 960 € TTC



4 x 3 m
adossée

PORTES OUVERTES DU 14 AU 17 MARS

Pergola **bioclimatique**

Plus d'offres
exclusives à découvrir
au showroom.



66 Avenue d'Espagne
Narbonne
Face à Grand Frais

04 68 25 85 86

www.ds-menuiserie.fr

Résobaies®

19^{ÈME} SALON DE LA MOTO DU SCOOTER DU QUAD ET DU SSV

MAISONS DE Manon

GRUPE HEXAÔM

Nouveau
Catalogue



ST-ANDRÉ-DE-ROQUELONGUE

Villa T4 sur terrain 800m²

261 000 €*

BIZE-MINERVOIS

Villa T4 sur terrain 360m²

194 900 €*

OLONZAC

Villa T4 sur terrain 369m²

188 000 €*

PORT-LA-NOUVELLE

Villa T4 sur terrain 326m²

238 300 €*

GINESTAS

Villa T4 sur terrain 360m²

212 000 €*

ROQUEFORT-DES-CORBIÈRES

Villa T4 sur terrain 415m²

233 000 €*

FERRALS-DES-CORBIÈRES

Villa T4 sur terrain 400m²

189 000 €*

MOUSSAN

Villa T4 sur terrain 580m²

280 000 €*

SALLÈLES-D'AUDE

Villa T4 sur terrain 500m²

229 000 €*



LES MAISONS COULEURS DU SUD

constructeur depuis 1919



80% 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



URBAN
JARDIN

LA PERGOLA BIOCLIMATIQUE

UN COMPROMIS PARFAIT ENTRE LE STORE ET LA VÉRANDA

Louée pour son esthétique et sa flexibilité, elle est idéale pour profiter de l'extérieur en toute saison. Zoom sur toutes les caractéristiques de la pergola bioclimatique.

Farnier au bord de la piscine sans craindre les coups de soleil, manger en extérieur sans rentrer en catastrophe lorsque tombent les premières gouttes de pluie, tels sont les luxes que vous pouvez vous offrir grâce à une pergola bioclimatique !

C'EST QUOI UNE PERGOLA BIOCLIMATIQUE ?

Une pergola bioclimatique est un type de pergola dont la toiture est à lames orientables, que l'on installe sur une terrasse, une cour ou un patio. En variant l'inclinaison des lames, on contrôle l'exposition de la terrasse aux rayons du soleil, et donc la chaleur, mais on se protège aussi contre les intempéries. Il est possible d'ajouter des panneaux latéraux ou des stores verticaux pour protéger l'espace des vents latéraux. Certaines pergolas perfectionnées peuvent être équipées d'accessoires tels qu'un capteur de pluie, un éclairage LED ou une sonorisation.



QUELS SONT SES AVANTAGES ?

Elle offre de nombreux avantages. C'est l'installation idéale pour profiter de sa terrasse à toutes les saisons, même quand le soleil tape dur. Quand la pluie s'invite, inutile de rentrer les meubles : il suffit de mettre les lames en position fermée. Les eaux pluviales sont évacuées grâce à un système de gouttières. Contrairement à la véranda, la pergola bioclimatique n'est pas close, ce qui permet une ventilation naturelle : vous êtes littéralement dehors ! Et sa rigidité lui permet de résister aux vents violents. Enfin, cette installation peut apporter une touche moderne à votre maison, et les finitions sont nombreuses pour s'adapter à tous les types d'habitats.

LES DIFFÉRENTS MATÉRIAUX ET ASPECTS

Les lattes des pergolas bioclimatiques sont en aluminium. La structure générale (poutres, poteaux) peut être en aluminium, en bois ou en fer. Les constructeurs de pergolas bioclimatiques proposent en général de larges gammes de teintes pour que l'intégration soit un succès. La variété des aspects (mat, brillant, métallisé, sablé...) permet de respecter le style de votre maison et du salon de jardin.

**URBAN
SHOWS**



«**SORTIES**»

23/03/24
21H00



DIANE SEGARD
"PARADES EN RODAGE"
Théâtre de l'Ardaillon - Vias

14/03/24
19H00



LES RDV DES COMPTOIRS
SOIRÉE MUSIQUE LIVE & DÉGUSTATION DE VIN
Théâtre Scène Nationale - Narbonne

20/03/24
20H00



HARLEM GLOBETROTTERS
"2024 WORLD TOUR"
Arena - Narbonne

06/04/24
20H30



NICOLE FERRONI
"MARSEILLE(S) JE VOUS OFFRE UN VERS"
Salle La Parenthèse - Servian

23/03/24
18H00



CIE CONCORDANCE
"OBSTINÉ.E.S."
Théâtre Scène Nationale - Narbonne

30/03/24
20H00



TRIAL INDOOR NARBONNE
"LE COMBAT DES CHAMPIONS"
Arena - Narbonne

Vrombissements et floraison s'annoncent pour ce printemps à Narbonne ! Préparez-vous à vibrer au rythme du **Salon de la Moto 2024** et à bichonner votre nid douillet avec des **offres exceptionnelles**.

Enfourchez votre passion les 15, 16 et 17 mars au Parc des Expositions de Narbonne. Le Salon de la Moto, du Quad & du SSV vous promet une immersion totale dans l'univers des deux-roues. Découvrez les dernières nouveautés, comparez les modèles, et rencontrez les professionnels du secteur. Des démonstrations de stunt, des shows trial et des animations pour enfants rythmeront ce week-end endiablé.

Envie de passer à la vitesse supérieure ? Nos rédactionnels vous guident dans le choix et l'entretien de votre moto. Apprenez à dompter votre bolide et à le maintenir en parfait état.

Changeons de braquet et dirigeons-nous vers les jardins ! DS Menuiserie ouvre ses portes du 14 au 17 mars pour des journées portes ouvertes exceptionnelles. Profitez de conseils

personnalisés et découvrez des solutions innovantes pour sublimer votre extérieur.

Pour un jardin resplendissant, profitez de l'offre exceptionnelle de la coopérative Jardiniers Professionnels : -50% sur l'entretien de votre jardin ! Laissez des experts prendre soin de votre oasis et offrez-lui une nouvelle vie.

Narbonne vibre au rythme du printemps ! Moteurs rugissants, conseils avisés et offres irrésistibles vous attendent. Ne manquez pas cette saison riche en émotions.

N'oubliez pas de nous suivre sur les réseaux sociaux pour avoir les bons plans et les sorties du Grand Narbonnais, toujours dans la poche ! Vous pouvez également visionner ou télécharger votre magazine préféré sur www.urbantv-narbonne.fr

Alors, prêt à enfourcher votre passion et à cultiver vos envies ?

Bonne lecture à toutes et à tous.



Diane Segard
« Parades en rodage »



Le 23 mars 2024
Théâtre de l'Ardillon - Vias

Spectacle à
21h00



Programmation et réservation sur : www.theatredelaposte.fr
Une info, un conseil : **06 47 71 25 66**



URBAN SALON MOTO



SALON DE LA MOTO À NARBONNE : PRÉPAREZ-VOUS À RUGIR DE PLAISIR !

Du 15 au 17 mars 2024, le Parc des Expositions de Narbonne vibrera au son des moteurs pour le 19ème Salon de la Moto, du Scooter, du Quad & du SSV. Que vous soyez motard confirmé ou simple amateur de deux-roues, cet événement incontournable qui accueille plus de 10 000 visiteurs en moyenne est fait pour vous !

Retrouvez toutes les plus grandes marques de Motos, Scooters, Quads, des accessoires, des équipements, des offres d'assurances et de voyages, et une multitude d'autres services.

PENDANT TOUTE LA DURÉE DU SALON

- > Animations gratuites pour les enfants.
- > Bar & restauration sur place

AU PROGRAMME :

SAMEDI 16 MARS (journée)

- 15h Urban Trial Show
- 16h Benjamin Baldini
- 17h Urban Trial Show
- 18h Benjamin Baldini

SAMEDI 16 MARS (nocturne)

- 17h30 Concert « Ah que coucou » (1ère partie)
- 20h30 Concert « Ah que coucou » (2ème partie)
- 21h Défilé de mode moto



DIMANCHE 17 MARS (journée)

- 11h Benjamin Baldini
- 14h Urban Trial Show
- 15h Benjamin Baldini
- 16h Urban Trial Show
- 17h Final avec Benjamin Baldini



HORAIRES

Vendredi & dimanche: 10h - 19h
Samedi : 10h - 22h30

TARIFS

Billetterie sur place ou en ligne :

Entrée : 6€

Pass week-end : 7€

Gratuit pour les enfants jusqu'à 10 ans (inclus).

N'attendez plus et réservez dès aujourd'hui votre billet pour le Salon de la Moto de Narbonne ! Ne manquez pas cet événement unique !



Pour + d'infos

RDV sur le site officiel :



PARC DES EXPOSITIONS
Av. Maître Hubert Mouly
11 100 Narbonne





VILLA
MODERNE



Fleury d'Aude

385 000€*

frais de notaire inclus.

Hors lotissement

Villa T4 en U de 103m²
sur 560 m² de terrain



Nicolas Poursin - 06 86 38 59 97

Photos non contractuelles - terrain vu pour vous avec notre partenaire foncier
* voir conditions en agence

19^{ÈME} SALON DE LA MOTO DU SCOOTER DU QUAD ET DU SSV

AVEC **URBAN TV**
& SORTIES **TV**
TENTEZ DE GAGNER
VOTRE **PASS WE***

POUR PARTICIPER AU JEU CONCOURS, RENDEZ-VOUS SUR
URBANTV-NARBONNE.FR/JEU-CONCOURS/
OU SCANNEZ LE QR CODE CI-JOINT >>> >>> >>> >>>

*Modalités et règlement du jeu concours sur notre site internet.



TF1 <p>21.10 THE VOICE 23.40 The Voice</p>	france.2 <p>21.10 100 % LOGIQUE : LA RÉPONSE EST SOUS VOS YEUX 23.25 Quelle époque !</p>	france.3 <p>21.10 LES BOIS ASSASSINS Téléfilm 22.40 Meurtres en Haute-Savoie</p>	CANAL+ <p>21.00 RUGBY : PERPIGNAN / TOULOUSE 23.20 De chair et d'acier, doc.</p>	france.5 <p>21.00 ÉCHAPPÉES BELLES Magazine 22.35 Échappées belles, mag.</p>	6 <p>21.10 THE ROOKIE - LE FLIC DE LOS ANGELES Série 22.50 The Rookie</p>
arte <p>20.50 MONGOLIE : VOYAGE AU PAYS DES NOMADES Doc. 22.40 Honduras</p>	C8 <p>21.20 ROLAND MAGDANE - LA VIE À 2, C'EST MERVEILLEUX 23.00 Roland Magdane</p>	W9 <p>21.05 LA PETITE HISTOIRE DE FRANCE 23.00 La petite histoire de France, série</p>	TMC <p>21.15 COLUMBO Série 23.05 90' Enquêtes, mag.</p>	TFX <p>21.05 CHRONIQUES CRIMINELLES 22.55 Chroniques criminelles, mag.</p>	red <p>21.10 THE BIG BANG THEORY Série 22.30 The Big Bang Theory, série</p>
LCP <p>21.00 MOISSONS SANGLANTES - 1933, LA FAMINE EN UKRAÏNE 22.45 La guerre des moutons</p>	4 <p>21.00 MA RÉVOLUTION ★ Film 22.15 Marie Trintignant, le choix du jeu</p>	C STAR <p>21.10 PARANORMAL COLLECTOR Doc. 22.40 Enquêtes paranormales, mag.</p>	6 <p>21.05 LEGO MASTERS USA : LES ROIS DE LA BRIQUE 22.45 Lego Masters</p>	LCI <p>20.00 LE 20H DARIUS ROCHEBIN Magazine 22.00 22H Darius Rochébin</p>	TF1 <p>21.00 JOSEPHINE, ANGE GARDIEN Série 22.50 Josephine, ange gardien, série</p>
C NEWS <p>21.00 FACE À PHILIPPE DE VILLIERS Mag. 22.30 Soir info week-end</p>	L'ÉQUIPE <p>21.05 BIATHLON : RELAIS F 23.00 Biathlon : Sprint H, sport</p>	6ter <p>21.05 CASPER, L'APPRENTI FANTÔME 23.00 Les valeurs de la famille Addams</p>	RMC <p>21.10 RETOUR À L'INSTANT PRIMAIRE 22.55 Seuls au monde, doc.</p>	RMC <p>21.10 LES PIRES ACCIDENTS : PRÉCIPICES 22.05 Les pires accidents : précipices, doc.</p>	red <p>21.05 DOWNTON ABBEY Série 22.30 Downton Abbey, série</p>

TF1 <p>21.10 MAISON DE RETRAITE ★ Film 23.00 Une affaire de détails ★, film</p>	france.2 <p>21.10 C'EST LA VIE Film 22.55 Beau Geste, mag.</p>	france.3 <p>21.10 INSPECTEUR BARNABY Série 22.35 Inspecteur Barnaby, série</p>	CANAL+ <p>21.00 RUGBY : RACING 92 / TOULON Sport 23.10 96^e cérémonie des Oscars</p>	france.5 <p>21.05 FRAUDE ALIMENTAIRE, UN CRIME ORGANISÉ ? 23.00 Un mois chez les filles, doc.</p>	6 <p>21.10 ZONE INTERDITE Magazine 23.10 Enquête exclusive, mag.</p>
arte <p>21.00 INSOMNIA ★ Film 22.55 Javier Bardem, l'acteur aux mille visages, doc.</p>	C8 <p>21.20 LE CONTRAT ★ Film 23.15 Dos au mur ★, film</p>	W9 <p>21.05 LE CHANT DU LOUP ★ Film 23.20 OSS 117 : alerte rouge en Afrique</p>	TMC <p>21.15 NEW YORK, UNITÉ SPÉCIALE Série 22.55 New York, unité spéciale, série</p>	TFX <p>21.05 JUMANJI - BIENVENUE DANS LA JUNGLE ★ Film 23.20 Chroniques criminelles</p>	red <p>21.10 QUOTIDIENS HORS DU COMMUN 23.05 Quotidiens hors du commun, doc.</p>
LCP <p>21.05 LA SÉANCE DE REMBOBINAGE Mag. 22.45 Ces idées qui gouvernent le monde</p>	4 <p>21.00 DOM JUAN OU LE FESTIN DE PIERRE 23.30 Atelier Figaro, spectacle</p>	C STAR <p>21.10 CHICAGO FIRE Série 22.45 Chicago Fire, série</p>	6 <p>21.05 TINY HOUSE NATION Doc. 22.40 Tiny House Nation, doc.</p>	LCI <p>20.00 LE 20H DARIUS ROCHEBIN Magazine 22.00 22H Darius Rochébin</p>	TF1 <p>21.00 ADDICT Téléfilm 23.05 Addict, téléfilm</p>
C NEWS <p>21.00 EN QUÊTE D'ESPRIT Magazine 22.30 Soir info week-end</p>	L'ÉQUIPE <p>21.10 FLECHETTES : CHAMPIONNATS DU MONDE 22.40 L'Équipe du Soir</p>	6ter <p>21.05 LA CITÉ DE LA PEUR, UNE COMÉDIE FAMILIALE ★ 22.50 Kamelott, série</p>	RMC <p>21.10 FAITES ENTRER L'ACCUSÉ Doc. 22.20 Faites entrer l'accusé, doc.</p>	RMC <p>21.10 SEULS FACE À L'ALASKA Doc. 22.20 Seuls face à l'Alaska, doc.</p>	red <p>21.05 CANDICE RENOIR Série 22.15 Candice Renoir, série</p>

Lav Occitan

LAVERIES
OUVERTES
7j/7j 7h-21h



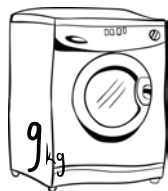
NOUVEAU CLEANCASC



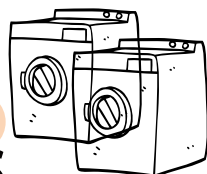
**POUR TOUT DÉSINFECTER
AU FLUX D'OZONE**

Pour vos casques de moto mais pas que ! Casquettes, chapeaux, gants, sacs, jouets, livres...

MACHINES À LAVER



SÉCHOIRS GRANDE CAPACITÉ



Et plein d'autres services...





46 AV DE BORDEAUX
11100 NARBONNE



21 AV ELIE SERMET
11100 NARBONNE

<p>TF1</p> <p>21.10</p>  <p>LYCEE TOULOUSE-LAUTREC Série</p> <p>23.10 New York, unité spéciale, série</p> <p>arte</p>	<p>france-2</p> <p>21.10</p>  <p>LA PESTE Série</p> <p>23.00 Les vies d'Albert Camus, doc.</p> <p>C8</p>	<p>france-3</p> <p>21.10</p>  <p>PALE RIDER, LE CAVALIER SOLITAIRE ★ Film</p> <p>23.10 La ligne bleue</p> <p>W9</p>	<p>CANAL+</p> <p>21.10</p>  <p>MISTER SPADE Série</p> <p>22.00 Mister Spade, série</p> <p>TMC</p>	<p>france-5</p> <p>21.05</p>  <p>SALE TEMPS POUR LA PLANÈTE Documentaire</p> <p>22.50 C ce soir, mag.</p> <p>TFX</p>	<p>6</p> <p>21.10</p>  <p>CAUCHEMAR EN CUISINE Magazine</p> <p>23.00 Un chef au bout du monde...</p>
<p>20.55</p>  <p>REGLEMENTS DE COMPTES A O.K. CORRAL Film</p> <p>22.55 Abyss ★★, film</p> <p>LCP</p>	<p>21.20</p>  <p>COMMISSAIRE MAGELLAN Série</p> <p>23.10 Commissaire Magellan, série</p> <p>4</p>	<p>21.05</p>  <p>L'ÎLE DE LA TENTATION Jeu</p> <p>22.50 L'île de la Tentation..., jeu</p> <p>CSTAR</p>	<p>21.25</p>  <p>EN EAUX TROUBLES ★ Film</p> <p>23.25 Mechanic : Resurrection ★</p> <p>5</p>	<p>21.05</p>  <p>APPELS D'URGENCE Mag.</p> <p>23.10 Appels d'urgence, mag.</p> <p>LCI</p>	<p>21.10</p>  <p>FAN DES ANNÉES 80</p> <p>22.10 Fan des années 80</p> <p>TF1</p>
<p>20.35</p>  <p>DEBATOC Documentaire</p> <p>22.00 Sens Public, mag.</p> <p>C NEWS</p>	<p>21.00</p>  <p>ADI OASIS Spectacle</p> <p>22.10 Arlo Parks, spectacle</p> <p>L'ÉQUIPE</p>	<p>21.10</p>  <p>PIERRE GARNIER - PHÉNOMÈNAL Doc.</p> <p>22.45 Dans le cœur des Français, doc.</p> <p>6ter</p>	<p>21.05</p>  <p>LE MEILLEUR PÂTISSIER CÉLÉBRITÉS</p> <p>22.10 Le meilleur pâtisseries célébrités</p> <p>RMC</p>	<p>20.00</p>  <p>UN ŒIL SUR LE MONDE Magazine</p> <p>22.00 Brunet, Brous-souloux et cie</p> <p>RMC</p>	<p>21.00</p>  <p>LE PATIENT ANGLAIS ★ Film</p> <p>23.55 Proposition indécente ★, film</p> <p>TF1</p>
<p>21.00</p>  <p>LE MEILLEUR DE L'INFO Magazine</p> <p>22.30 Soir info</p>	<p>21.05</p>  <p>THE PATRIOT : LE CHEMIN DE LA LIBERTÉ ★ Film</p> <p>00.00 L'Équipe du Soir</p>	<p>21.05</p>  <p>KAAMELOTT Série</p> <p>22.40 Kaamelott, série</p>	<p>21.10</p>  <p>TATTOO SHOP : LES ROIS DU TATOUAGE Doc.</p> <p>22.10 Tattoo Shop</p>	<p>21.10</p>  <p>VINTAGE MECANIC Documentaire</p> <p>22.35 Vintage Mecanic, doc.</p>	<p>21.05</p>  <p>CRIMES Magazine</p> <p>22.50 Crimes, mag.</p>

<p>TF1</p> <p>21.10</p>  <p>KOH-LANTA Jeu</p> <p>23.30 Camille & images</p> <p>arte</p>	<p>france-2</p> <p>21.10</p>  <p>LE GRAND ÉCHIQUIER Mag.</p> <p>23.15 Infrarouge, doc.</p> <p>C8</p>	<p>france-3</p> <p>21.10</p>  <p>ALEX HUGO Série</p> <p>22.40 Alex Hugo, série</p> <p>W9</p>	<p>CANAL+</p> <p>21.10</p>  <p>TONI EN FAMILLE ★ Film</p> <p>23.10 Anatomie d'une chute ★★, film</p> <p>TMC</p>	<p>france-5</p> <p>21.05</p>  <p>ENQUÊTE DE SANTÉ Documentaire</p> <p>22.50 C ce soir, mag.</p> <p>TFX</p>	<p>6</p> <p>21.10</p>  <p>EASTTOWN Série</p> <p>22.10 Easttown, série</p>
<p>20.55</p>  <p>ALEXÉI NAVALNY Documentaire</p> <p>22.25 Russie, commerce interdit ?, doc.</p> <p>LCP</p>	<p>21.20</p>  <p>STAR TREK SANS LIMITES ★ Film</p> <p>23.30 Seraphim falls ★, film</p> <p>4</p>	<p>21.05</p>  <p>CE SOIR ON CHANTE POUR LES 100 ANS DES DROITS DE L'ENFANT</p> <p>23.10 Patrick Bruel</p> <p>CSTAR</p>	<p>21.25</p>  <p>INDÉMODABLE : L'HISTOIRE SEXY DU JEAN Mag.</p> <p>23.05 90' Enquêtes, mag.</p>	<p>21.05</p>  <p>ET SI C'ÉTAIT VRAI... ★ Film</p> <p>22.50 Bruce tout-puissant ★, film</p> <p>LCI</p>	<p>21.10</p>  <p>LE CASSE DE CENTRAL PARK ★</p> <p>23.10 Les espions d'à côté ★, 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>21.00</p>  <p>PLANET PAR SOFIANE PAMART</p> <p>22.20 Les 31^{es} Victoires de la Musique Classique</p> <p>L'ÉQUIPE</p>	<p>21.10</p>  <p>LE MEILLEUR FORGERON Film</p> <p>22.45 Le meilleur forgeron</p> <p>6ter</p>	<p>21.05</p>  <p>LES SCHTROUMPS 2</p> <p>22.45 Mon animal fait la loi</p> <p>RMC</p>	<p>20.00</p>  <p>UN ŒIL SUR LE MONDE Magazine</p> <p>22.00 Brunet, Brous-souloux et cie</p> <p>RMC</p>	<p>21.00</p>  <p>CAMPING PARADIS Série</p> <p>22.50 Camping Paradis, série</p> <p>6</p>
<p>21.00</p>  <p>LE MEILLEUR DE L'INFO Magazine</p> <p>22.30 Soir info</p>	<p>21.05</p>  <p>AUTO : L'ÉQUIPE MOTEUR Sport</p> <p>22.55 L'Équipe du Soir, mag.</p>	<p>21.05</p>  <p>LA REVANCHE D'UNE BLONDE</p> <p>22.50 Les reines de la route, doc.</p>	<p>21.10</p>  <p>ALIEN THEORY Documentaire</p> <p>23.00 Alien Theory, doc.</p>	<p>21.10</p>  <p>RAFALE : LES SECRETS DE L'AVION STAR DE L'ARMÉE</p> <p>22.35 Armée française</p>	<p>21.05</p>  <p>SNAPPED : NUITS SANGLANTES Magazine</p> <p>22.05 Snapped : nuits sanglantes, mag.</p>



NARBONNE +
GRANDE



NOCTURNE DES HALLES

AFTERWORK
4^{ème} édition



JEUDI
21 MARS 2024
DE 18H30 à 22H

Avec la participation
exceptionnelle de
**Patrick
HERNANDEZ**

disco années 80

AMBIANCE FESTIVE - PRODUITS LOCAUX

www.narbonne.halles.fr



TF1	france-2	france-3	CANAL+	france-5	6
21.10 L'AFFAIRE JACOB BARBER Série 22.55 L'affaire Jacob Barber, série arte	21.10 TOUT LE MONDE MENT 2 Téléfilm 22.45 Justice en France, doc. C8	21.00 FOOTBALL : PSG / OGC NICE Sport 23.20 Héros du patrimoine, mag. W9	21.00 FOOT : ATLETICO MADRID / INTER MILAN 23.35 Sexygénaires ★ TMC	21.05 LA GRANDE LIBRAIRIE Magazine 22.40 C ce soir, mag. TFX	21.10 TOP CHEF Jeu 22.20 Top chef, jeu nt1
20.55 LES PASSAGERS DE LA NUIT ★★ 22.45 Dessiner pour résister, doc. LCP	21.20 MONGEVILLE ET MAGELLAN : UN AMOUR DE JEUNESSE 23.10 Mongeville, série 4	21.05 ENQUÊTES CRIMINELLES 23.20 Enquêtes criminelles, mag. C STAR	21.25 LES TUCHE ★ Film 23.15 Les Tuche : un phénomène qui Tuche tout le monde, doc. 6	21.05 INCROYABLES MARIAGES GITANS 23.00 Incroyables mariages gitans LCI	21.10 CORRECTIVE MEASURES 23.15 Inside Man : Most Wanted TF1
20.30 DÉBATDOC Documentaire 22.00 Sens Public, mag. C NEWS	21.00 JOHNNY HALLYDAY SYMPHONIQUE 22.45 Basique, le concert L'EQUIPE	21.10 FROIDE VENGEANCE Téléfilm 23.05 La momie ★, film 6ter	21.05 MALCOLM Série 22.15 Malcolm, série RMC	20.00 UN ŒIL SUR LE MONDE Magazine 22.00 Brunet, Brous-souloux et cie RMC	21.00 L'ARME FATALE ★★ 23.00 Jours de tonnerre ★, film TF1
21.00 LE MEILLEUR DE L'INFO Magazine 22.30 Soir info C NEWS	21.05 L'EQUIPE MOTEUR OU PROGRAMME DE STOCK Mag. 22.55 L'Equipe du Soir 4	21.05 HULK ★ Film 23.40 Cauchemar en avion, doc. 6ter	21.10 100 JOURS AVEC LES GENDARMES D'AIX-EN-PROVENCE 22.35 Fic Story, doc. RMC	21.10 TRAVAUX XXL : PISCINES ET LAGONS 22.20 Travaux XXL : piscines et lagons RMC	21.05 CASTLE Série 22.05 Castle, série TF1

TF1	france-2	france-3	CANAL+	france-5	6
21.10 MERCATO Série 23.10 Esprits criminels, série arte	21.10 ENVOYE SPECIAL Magazine 23.00 Complément d'enquête, mag. C8	21.10 CONSTANCE AUX ENFERS Téléfilm 22.45 La France en vrai, doc. W9	21.00 TRIGGER POINT Série 22.40 Bleu, un océan de solutions, doc. TMC	21.05 LE DERNIER JOUR DES DINOSAURES Documentaire 22.40 C ce soir, mag. TFX	21.10 PÉKIN EXPRESS : SUR LES TRACES DU TIGRE D'OR Jeu 22.25 Pékin Express nt1
20.55 AFFAIRE SKRIPAL : L'ESPION EMPOISONNE Série 22.30 Affaire Skripal LCP	21.20 Y'A QUE LA VÉRITÉ QUI COMPTE 23.10 Y'a que la vérité qui compte 4	21.05 LE MASQUE DE L'ARAIGNÉE ★ Film 22.50 Kaamelott, série C STAR	21.25 THE PASSENGER ★ Film 23.20 Contagion ★, film 6	21.05 TATTOO COVER : SAUVAGES DE TATOUAGES 23.10 Tattoo Cover LCI	21.10 STARS CONNEXIONS Doc. 23.00 Stars Connexions, doc. TF1
20.35 REMBOB'INA Magazine 22.00 Sens Public, mag. C NEWS	21.00 PLANÈTE RAP Magazine 21.50 Macklemore, spectacle L'EQUIPE	21.10 AU CŒUR DE L'ENQUÊTE Mag. 22.55 Au cœur de l'enquête, mag. 6ter	21.05 UNE ROSE POUR NOËL Téléfilm 22.40 Le coup de cœur de Noël, téléfilm RMC	20.00 UN ŒIL SUR LE MONDE Magazine 22.00 Brunet, Brous-souloux et cie RMC	21.00 NEW YORK SECTION CRIMINELLE 22.45 New York section criminelle, série 6
21.00 LE MEILLEUR DE L'INFO Magazine 22.30 Soir info C NEWS	21.10 HANDBALL : FRANCE / ARGENTINE 22.55 L'Equipe du Soir 4	21.05 LES REINES DE LA ROUTE Documentaire 22.00 Les Reines de la route, doc. 6ter	21.10 LA SCIENCE DES FORCES DE LA NATURE 23.20 La science des forces de la nature RMC	21.10 PÊCHE XXL : DERNIERS GÉANTS 22.00 Pêche XXL : derniers géants, doc. RMC	21.05 BROADCHURCH Série 23.15 Castle, série TF1

**URBAN
CULTURE**
et loisirs



SORTIES

du
28/11/23
au
31/08/24

"LES MÉTAMORPHOSES DE BOURG"
Expo numérique des Archives municipales

€ Gratuit

🕒 Jusqu'au 31 août 2024

📍 En ligne (scanner le QR Code joint)



EN SAVOIR +



15/03/24

RENCONTRE D'IMPROVISATION
La Brigade du Bonheur VS Les Kaméléons de Mazère

€ Entrée 10€

🕒 Ouverture des portes à 21h00

📍 Théâtre de l'Entresort - Narbonne



EN SAVOIR +



du
01/02/24
au
01/04/24

MILLENIUM
Exposition de Sculptures de Coderch & Malavia

€ Entrée libre et gratuite

🕒 Tous les jours sauf le lundi - de 10h00 à 12h30 et de 14h00 à 18h00

📍 Palais-Musée des Archevêques - Salle des Consuls - Narbonne



EN SAVOIR +



du
06/12/23
au
26/05/24

AU FIL DE LA CRÉATION
Exposition de " La Création du monde "

€ Visite libre - Entrée payante

🕒 Tous les jours, sauf le mardi, de 10h à 12h45 et 14h à 17h

























📍 Palais-Musée des Archevêques - Chapelle SAINT-MARTIAL - Narbonne

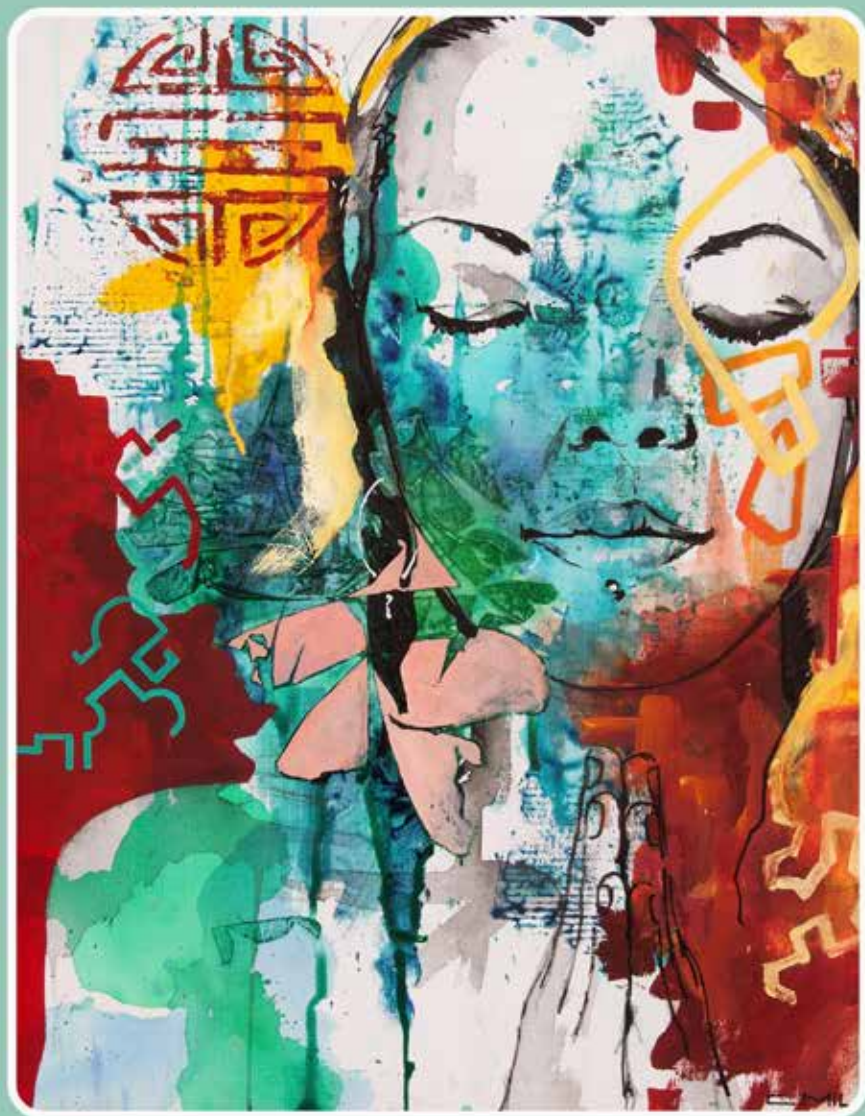


EN SAVOIR +



TF1	france-2	france-3	CANAL+	france-5	6
 DANSE AVEC LES STARS 23.40 Danse avec les stars, la suite arte	 SIMON COLEMAN Téléfilm 22.50 Basique, le concert C8	 FLORENT RA-CONTE PAGNY Doc. 22.40 Un jour, un destin, doc. W9	 MYSTÈRE A VENISE ★ Film 22.50 En eaux très troubles ★, film TMC	 MERCI POUR LE CHOCOLAT ★ Film 22.45 J.-F. Zygel & André Manoukian TFX	 BDE 10 Téléfilm 23.05 Fatal ★, film red
 EN VÉRITÉ - JUSTICE SERA RENDUE 10 Téléfilm 22.30 The Doors, doc. LCP	 LES DUOS IMPOSSIBLES DE JEREMY FERRARI 10 23.45 Laura Laune 4	 ENQUÊTE D'ACTION 10 Mag. 23.00 Enquête d'action, mag. CSTAR	 90° ENQUÊTES 10 Magazine 22.45 90° Enquêtes, mag. gsc	 SUPER NANNY Magazine 22.55 Super Nanny, mag. LCI	 FAIS PAS CI, FAIS PAS ÇA Série 22.15 Fais pas ci, fais pas ça, série TF1
 MAMAN, J'AI ARRÊTÉ L'AVION ! 22.00 L'ange de Diên Biên Phu, doc. CNEWS	 GÉNÉRATION PANAME 22.10 Paname Comedy Club L'ÉQUIPE	 LA MONDE DE BOB MARLEY Doc. 22.55 Storage Wars : enchères surprises ötter	 LE MONDE DE NARNIA : L'ODYSSÉE... ★ Film 23.00 Un fil à la maternelle ★, film RMC	 LE 20H DARIUS ROCHEBIN Magazine 22.00 22H Darius Rochebin RMC	 LES EXPERTS : MIAMI Série 22.40 Les experts : Miami, série TF1
 ÇA SE DISPUTE 22.30 Soir info week-end CNEWS	 RUGBY : FRANCE / ANGLETERRE 23.00 L'Equipe du Soir, mag. L'ÉQUIPE	 HAWAII 5-0 10 Série 22.40 Hawaii 5-0, série ötter	 ALIEN THEORY 10 Documentaire 23.00 Alien Theory, doc. RMC	 TOP GEAR FRANCE AVEC VILBREGUIN 22.30 Les reines de la mécanique, doc. RMC	 L'ODYSSÉE ★ Film 23.25 Une heure de tranquillité ★, film TF1

TF1	france-2	france-3	CANAL+	france-5	6
 THE VOICE 23.45 The Voice arte	 RUGBY : FRANCE / ANGLETERRE 23.20 Quelle époque ! C8	 CRIME DANS LE LARZAC Téléfilm 22.40 Crime dans le Lubéron, téléfilm W9	 BARBIE ★★ Film 23.00 Misanthrope ★, film TMC	 ECHAPPÉES BELLES Magazine 22.30 Echappées belles, mag. TFX	 THE ROOKIE - LE FLIC DE LOS ANGELES 10 Série 22.50 The Rookie red
 LA LOCOMOTIVE DU PROGRÈS Doc. 22.25 Le mystérieux voyage des oiseaux LCP	 ROLAND MAGDANE - MA FEMME ET MOI 23.15 Roland Magdane - La vie à deux... 4	 LA PETITE HISTOIRE DE FRANCE 23.00 La petite histoire de France, série CSTAR	 COLUMBO Série 23.05 90° Enquêtes, mag. gsc	 CHRONIQUES CRIMINELLES 10 22.55 Chroniques criminelles, mag. LCI	 THE BIG BANG THEORY Série 22.30 The Big Bang Theory, série TF1
 ALCOOL AU FÉMININ Doc. 22.30 Le pull-over rouge, film CNEWS	 JANE BIRKIN ET NOUS Documentaire 22.50 Brigitte Fontaine, réveiller... doc. L'ÉQUIPE	 PARANORMAL COLLECTOR Doc. 22.45 Paranormal Collector, doc. ötter	 MONSTERS ACADEMY Téléfilm 22.30 Lego Masters USA RMC	 LE 20H DARIUS ROCHEBIN Magazine 22.00 22H Darius Rochebin RMC	 JOSEPHINE, ANGE GARDIEN Série 22.55 Joséphine, ange gardien, série red
 FACE A PHILIPPE DE VILLIERS Mag. 22.30 Soir info week-end CNEWS	 BIATHLON : COUPE DU MONDE Sport 22.10 Biathlon : Poursuite H L'ÉQUIPE	 LA REINE DES NEIGES Téléfilm 22.40 La Reine des Neiges, téléfilm ötter	 RETOUR A L'INSTINCT PRIMAIRE 22.55 Seuls au monde : retour à l'âge... RMC	 LES PIRES CATASTROPHES... Doc. 22.00 Les pires catastrophes RMC	 DOWNTON ABBEY Série 22.15 Downton Abbey, série red



EXPO CAROLINE MILIN

DU 6 AU 28 MARS

OSTAL OCCITAN NARBONÈS

31 RUE JEAN JAURÈS 11100 NARBONNE

DU MARDI AU JEUDI 10H-12H & 14H-18H

RENCONTRE AVEC L'ARTISTE

MARDI 5 MARS DE 16H À 19H



Contact : 06.50.22.01.92

JARDINIERS

Professionnels

DEPUIS 2008

VOS FACTURES D'ENTRETIEN DE JARDIN À MOITIÉ PRIX !

- ✦ TAILLE DE HAIES
- ✦ TAILLE D'ARBUSTES
- ✦ TONTE PELOUSE
- ✦ DÉSHERBAGE
- ✦ DÉBROUSSAILLAGE



DEVIS GRATUIT ET RAPIDE

05 59 70 57 35

Sans engagement, appel NON surtaxé

* Selon l'article 199 sexdecies du Code général des impôts, uniquement sur les prestations de services à la personne éligibles au crédit d'impôt. Coopérative Professionnels à Domicile Jardiniers Professionnels SIRET 50401949800055 TVA FR02504019498 Déclaration Ministère SAP/504019498 20 rue Maryse Bastié, ZA Maignon, 64600 Anglet coop@jardiniers-professionnels.fr www.jardiniers-professionnels.fr



QUI SOMMES NOUS ?

Depuis 2008, notre Coopérative Jardiniers Professionnels est un organisme déclaré "Services à la Personne" pour vous proposer un crédit d'impôt* sur les petits travaux de jardinage réalisés par nos professionnels adhérents.

Tous nos jardiniers ont une expérience ou un diplôme dans les espaces verts. Cette sélectivité nous permet de vous proposer des jardiniers sérieux, expérimentés ou/et diplômés.

Votre satisfaction est au cœur de nos priorités. De la sélection du professionnel qui interviendra chez vous, jusqu'à l'envoi de votre attestation fiscale, notre équipe est à votre service.

*+ de 2800 Jardiniers
partout en France*

4.7/5

610 avis clients



Avis Vérifiés



URBAN SALON MOTO

COMMENT CHOISIR VOTRE MOTO ?

L'achat d'une moto est une décision importante qui ne doit pas être prise à la légère. Il existe de nombreux facteurs à prendre en compte, tels que votre budget, votre expérience, votre style de conduite et vos besoins.

DÉFINISSEZ VOTRE BUDGET

C'est le premier facteur à prendre en compte. Le prix d'une moto peut varier de quelques milliers d'euros à plusieurs dizaines de milliers d'euros. Il est important de définir un budget réaliste et de ne pas vous endetter pour acheter une moto.

DÉTERMINEZ VOTRE NIVEAU D'EXPÉRIENCE

Si vous êtes débutant, il est important de choisir une moto facile à conduire et à manier. Il existe de nombreux modèles de motos adaptés aux débutants.

CHOISISSEZ VOTRE STYLE DE CONDUITE

Aimez-vous rouler vite sur circuit ? Vous promener tranquillement en ville ? Faire de longues balades sur route ? Votre style de conduite influencera le choix de votre moto.

DÉTERMINEZ VOS BESOINS

Avez-vous besoin d'une moto pour vous déplacer quotidiennement ? Pour faire de longs trajets ? Pour transporter du matériel ? Vos besoins détermineront le type de moto dont vous avez besoin.

ESSAYEZ PLUSIEURS MODÈLES

Avant de vous décider, il est important d'essayer plusieurs modèles de motos. Cela vous permettra de comparer les différentes options et de choisir la moto qui vous convient le mieux.

N'OUBLIEZ PAS L'ÉQUIPEMENT

En plus de la moto, il est important de vous équiper correctement. Sachez qu'à ce jour, il est obligatoire d'avoir une paire de gants et un casque homologués. Mais pour votre sécurité, n'hésitez pas à prendre des équipements supplémentaires tels qu'une veste, un pantalon, des bottes...

ENTRETENEZ VOTRE MOTO

Pour garantir la sécurité et la longévité de votre moto, il est important de l'entretenir régulièrement. Suivez les recommandations du constructeur et faites réviser votre moto par un professionnel.





Passion

**VOTRE MOTO ET VOUS,
ASSURÉS À CHAQUE INSTANT !**

**Assurez & financez
vos passions avec AXA**

**Des solutions
pensées et conçues
par des motards
pour des motards**

AXA Passion, spécialiste de l'assurance moto depuis 1981 !

Michel MARQUIÉ

























VOTRE ASSUREUR À NARBONNE
7 Bd Marcel Sembat, 11100 Narbonne
04 68 41 03 12



Passion



**AXA
prévention**
La prévention responsable

<p>TFI</p> <p>21.10</p>  <p>MOONFALL Film 23.35 Dune ★★, film</p> <p>arte</p>	<p>france.2</p> <p>21.10</p>  <p>LES CHOSES HUMAINES ★ Film 22.30 Beau Geste, mag.</p> <p>C8</p>	<p>france.3</p> <p>21.10</p>  <p>INSPECTEUR BARNABY Série 22.40 Inspecteur Barnaby, série</p> <p>W9</p>	<p>CANAL+</p> <p>21.10</p>  <p>OPÉRATION NAPOLEON ★ Film 22.50 SISU - De l'or et du sang ★, film</p> <p>TMC</p>	<p>france.5</p> <p>21.05</p>  <p>LA FABRIQUE DU MENSONGE Doc. 22.45 Vichy dans les colonies, doc.</p> <p>TFX</p>	<p>6</p> <p>21.10</p>  <p>CAPITAL Magazine 23.15 Enquête exclusive, mag.</p> <p>red</p>
<p>21.00</p>  <p>JOE KIDD ★★ Film 22.25 Le dernier des Mohicans ★★, film</p> <p>LCP</p>	<p>21.20</p>  <p>DEADPOOL 2 ★ Film 23.30 Star Trek sans limites ★, film</p> <p>4</p>	<p>21.05</p>  <p>ATTENTION AU DÉPART ! ★ Film 22.50 Rasta rockett ★, film</p> <p>CSTAR</p>	<p>21.15</p>  <p>NEW YORK, UNITÉ SPÉCIALE Série 22.55 New York, unité spéciale, série</p> <p>6</p>	<p>21.05</p>  <p>IL A DÉJÀ TES YEUX ★ Film 22.55 La vérité si je mens ! 2 ★, film</p> <p>LCI</p>	<p>21.10</p>  <p>ONE SHOT ★ Film 23.00 Corrective Measures : Mutants surpuissants</p> <p>TFI</p>
<p>21.05</p>  <p>REMBOB'INA Mag. 22.45 Ces idées qui gouvernent le monde, mag.</p> <p>C NEWS</p>	<p>21.00</p>  <p>LA FÊTE DE LA SAINT PATRICK... 23.00 Kreiz Breizh Akademi #7</p> <p>L'ÉQUIPE</p>	<p>21.10</p>  <p>CHICAGO FIRE Série 22.45 Chicago Fire, série</p> <p>6ter</p>	<p>21.05</p>  <p>TINY HOUSE NATION Doc. 22.40 Tiny House Nation, doc.</p> <p>RMC</p>	<p>20.00</p>  <p>LE 20H DARIUS ROCHEBIN Magazine 22.00 22H Darius Rochebin</p> <p>RMC</p>	<p>21.00</p>  <p>FUGUEUSE : PROSTITUÉE PAR AMOUR Téléfilm 22.05 Fugueuse</p> <p>TFI</p>
<p>21.00</p>  <p>EN QUÊTE D'ESPRIT Magazine 22.30 Soir info week-end</p> <p>C NEWS</p>	<p>19.00</p>  <p>BIATHLON : ENTRE-DEUX COURSES 22.20 Biathlon : Mass start H</p> <p>L'ÉQUIPE</p>	<p>21.05</p>  <p>LE NOM DE LA ROSE ★★ Film 23.30 Kaamelott, série</p> <p>6ter</p>	<p>21.10</p>  <p>FAITES ENTRER L'ACCUSÉ Doc. 22.35 Faites entrer l'accusé, doc.</p> <p>RMC</p>	<p>21.10</p>  <p>SEULS FACE À L'ALASKA Doc. 22.20 Seuls face à l'Alaska, doc.</p> <p>RMC</p>	<p>21.05</p>  <p>CANDICE RENOIR Série 22.15 Candice Renoir, série</p> <p>TFI</p>

<p>TFI</p> <p>21.10</p>  <p>LYCÉE TOULOUSE-LAUTREC Série 23.15 New York, unité spéciale, série</p> <p>arte</p>	<p>france.2</p> <p>21.10</p>  <p>IT'S A SIN Série 22.45 It's a sin, série</p> <p>C8</p>	<p>france.3</p> <p>21.10</p>  <p>DES HOMMES Film 22.45 De nos frères blessés ★, film</p> <p>W9</p>	<p>CANAL+</p> <p>21.10</p>  <p>LA FIEVRE Série 23.10 Trigger point, série</p> <p>TMC</p>	<p>france.5</p> <p>21.05</p>  <p>SUR LE FRONT Documentaire 22.50 C ce soir, mag.</p> <p>TFX</p>	<p>6</p> <p>21.10</p>  <p>MARIÉS AU PREMIER REGARD 23.00 Et si on se recontraît ?</p> <p>red</p>
<p>20.55</p>  <p>LA VIE DEVANT SOI Film 22.40 Simone Signoret, doc.</p> <p>LCP</p>	<p>21.20</p>  <p>COMMISSAIRE MAGELLAN Série 23.10 Commissaire Magellan, série</p> <p>4</p>	<p>21.05</p>  <p>IRON MAN ★ Film 23.20 Les 100 vidéos qui ont fait rire le monde entier</p> <p>CSTAR</p>	<p>21.25</p>  <p>MORBIUS Film 23.25 En eaux troubles ★, film</p> <p>6</p>	<p>21.05</p>  <p>APPELS D'URGENCE Mag. 23.10 Appels d'urgence, mag.</p> <p>LCI</p>	<p>21.10</p>  <p>FAN DES ANNEES 80 22.10 Fan des années 80</p> <p>TFI</p>
<p>20.35</p>  <p>DÉBATDOC Documentaire 22.00 Sens Public, mag.</p> <p>C NEWS</p>	<p>21.00</p>  <p>KO KO MO AU MAIN SQUARE FESTIVAL 23.00 Royal Republic au Main Square</p> <p>L'ÉQUIPE</p>	<p>21.10</p>  <p>OLIVIER DE BENOIST - LE PETIT DERNIER 23.05 Benjamin Tranié</p> <p>6ter</p>	<p>21.05</p>  <p>LE MEILLEUR PÂTISSIER CÉLÉBRITÉS 22.10 Le meilleur pâtissier célébrités</p> <p>RMC</p>	<p>20.00</p>  <p>UN ŒIL SUR LE MONDE Magazine 22.00 Brunet, Brous-souloux et cie</p> <p>RMC</p>	<p>21.00</p>  <p>OUT OF TIME ★ Film 23.00 Pay the Ghost, téléfilm</p> <p>TFI</p>
<p>21.00</p>  <p>LE MEILLEUR DE L'INFO Magazine 22.30 Soir info</p> <p>C NEWS</p>	<p>21.10</p>  <p>L'ÉQUIPE MOTEUR Magazine 23.00 L'Équipe du Soir, mag.</p> <p>L'ÉQUIPE</p>	<p>21.05</p>  <p>KAAMELOTT Série 22.20 Kaamelott, série</p> <p>6ter</p>	<p>21.10</p>  <p>JULES CÉSAR Doc. 23.10 Les grandes énigmes de l'Histoire, doc.</p> <p>RMC</p>	<p>21.10</p>  <p>VINTAGE MECANIC Documentaire 22.30 Vintage Mecanic, doc.</p> <p>RMC</p>	<p>21.05</p>  <p>CRIMES Magazine 22.55 Crimes, mag.</p> <p>TFI</p>

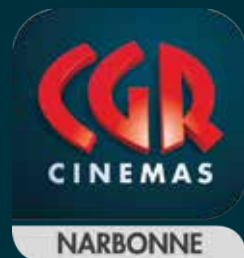














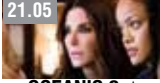





AVANT – PREMIÈRE






















DIMANCHE 17 MARS 10h30 & 13h40



KUNG FU PANDA 4



<p>TF1</p> <p>21.10</p>  <p>KOH-LANTA Jeu 23.35 Camille & images</p> <p>arte</p> <p>20.55</p>  <p>L'EUROPE AU DEFI DE L'INGERENCE ET RANGÈRE Doc. 22.40 Fruits amers, doc.</p> <p>LCP</p> <p>20.30</p>  <p>DEBATOC - LES COULLICES DE L'HISTOIRE Doc. 22.00 Sens Public, mag.</p> <p>C NEWS</p> <p>21.00</p>  <p>LE MEILLEUR DE L'INFO Magazine 22.30 Soir info</p>	<p>france.2</p> <p>21.10</p>  <p>FRANCE GRAND FORMAT Doc. 23.45 Femmes de la rue à l'abri, doc.</p> <p>C8</p> <p>21.20</p>  <p>LES SEGPA ★ Film 23.10 Les duos impossibles de Ferrari, spectacle</p> <p>4 X</p> <p>21.00</p>  <p>SERSE Spectacle 23.45 Fortunio, spectacle</p> <p>L'ÉQUIPE</p> <p>21.10</p>  <p>AUTO : L'ÉQUIPE MOTEUR - CUSTOM GARAGE 23.00 L'Équipe du Soir</p>	<p>france.3</p> <p>21.10</p>  <p>ALEX HUGO Série 22.40 Alex Hugo, série</p> <p>W9</p> <p>21.05</p>  <p>LE RETOUR DE MARY POPPINS ★ Film 23.30 Aladdin ★, film</p> <p>C STAR</p> <p>21.10</p>  <p>LE MEILLEUR FORGERON 22.45 Le meilleur forgeron</p> <p>6ter</p> <p>21.05</p>  <p>LA BLONDE CONTRE-ATTAQUE 22.50 La revanche d'une blonde, film</p>	<p>CANAL+</p> <p>21.10</p>  <p>LE LIVRE DES SOLUTIONS ★★ Film 22.50 Yannick ★★, film</p> <p>TMC</p> <p>21.25</p>  <p>90' ENQUÊTES Magazine 22.45 90' Enquêtes, mag.</p> <p>ALIEN THEORY</p> <p>21.10</p>  <p>ALIEN THEORY Documentaire 23.00 Alien Theory, doc.</p>	<p>france.5</p> <p>21.05</p>  <p>TOI L'AVERGNAT, QUAND TU MANGERAS ! Doc. 22.50 Ce soir, mag.</p> <p>TFX</p> <p>21.05</p>  <p>OCEAN'S 8 ★ Film 23.05 Charlie's Angels ★, film</p> <p>LCI</p> <p>20.00</p>  <p>UN ŒIL SUR LE MONDE Magazine 22.00 Brunet, Brous-souloux et cie</p> <p>RMC</p> <p>21.10</p>  <p>CAMION XXL : LA TECHNO DES ENGINES DE SECOURS 22.15 Casse XXL</p>	<p>6</p> <p>21.10</p>  <p>SCÈNES DE MÉNAGES & FRIENDS ! 23.10 Scènes de ménages..., série</p> <p>red</p> <p>21.10</p>  <p>GUARDIANS ★ Film 22.55 Alita : Battle Angel ★★, film</p> <p>TF1</p> <p>21.00</p>  <p>CAMPING PARADIS Série 22.55 Camping Paradis, série</p> <p>red</p> <p>21.05</p>  <p>SNAPPED : NUITS SANGLANTES 22.10 Snapped : nuits sanglantes, mag.</p>
---	---	---	--	---	---

<p>TF1</p> <p>21.10</p>  <p>DOC Série 23.20 Dr Bash, série</p> <p>arte</p> <p>20.55</p>  <p>L'OMBRE DE STALINE Film 22.50 « L'archipel du Goulag », doc.</p> <p>LCP</p> <p>20.30</p>  <p>DEBATDOC Documentaire 22.00 Sens Public, mag.</p> <p>C NEWS</p> <p>21.00</p>  <p>LE MEILLEUR DE L'INFO Magazine 22.30 Soir info</p>	<p>france.2</p> <p>21.10</p>  <p>TOUT LE MONDE MENT Téléfilm 22.45 Justice en France, doc.</p> <p>C8</p> <p>21.20</p>  <p>MONGEVILLE Série 23.10 Magellan et Mongeville : folle jeunesse, série</p> <p>4 X</p> <p>21.00</p>  <p>EN NOIRES ET BLANCHES Spectacle 22.45 Abers Road, mag.</p> <p>L'ÉQUIPE</p> <p>21.10</p>  <p>HANDBALL : MONTEPELLIER / PSG 23.00 L'Équipe du Soir</p>	<p>france.3</p> <p>21.10</p>  <p>SECRETS D'HISTOIRE Mag. 23.05 La France en beau, doc.</p> <p>W9</p> <p>21.05</p>  <p>ENQUÊTES CRIMINELLES 23.20 Enquêtes criminelles, mag.</p> <p>C STAR</p> <p>21.10</p>  <p>CAMILLE Spectacle 23.05 Camille Lellouche authentique, doc.</p> <p>6ter</p> <p>21.05</p>  <p>LES HÉROS DU NETTOYAGE : MISSION PROPRETE 22.00 Les héros...</p>	<p>CANAL+</p> <p>21.10</p>  <p>NARCO CIRCUS Documentaire 22.55 Narco circus, doc.</p> <p>TMC</p> <p>21.25</p>  <p>LES REPORTAGES DE MARTIN WEILL 23.00 90' Enquêtes, mag.</p> <p>MALCOLM</p> <p>21.05</p>  <p>MALCOLM Série 22.15 Malcolm, série</p> <p>FLIC STORY</p> <p>21.10</p>  <p>FLIC STORY Doc. 22.40 100 jours avec les gendarmes d'Aix-en-Provence, doc.</p>	<p>france.5</p> <p>21.05</p>  <p>LA GRANDE LIBRAIRIE Magazine 22.40 Ce soir, mag.</p> <p>TFX</p> <p>21.05</p>  <p>INCROYABLES MARIAGES GITANS 23.00 Incroyables mariages gitans</p> <p>LCI</p> <p>20.00</p>  <p>UN ŒIL SUR LE MONDE Magazine 22.00 Brunet, Brous-souloux et cie</p> <p>RMC</p> <p>21.10</p>  <p>SOS GARAGE Documentaire 22.30 SOS garage, doc.</p>	<p>6</p> <p>21.10</p>  <p>TOP CHEF Jeu 22.25 Top chef, jeu</p> <p>red</p> <p>21.10</p>  <p>BEAR GRYLLS : VIP VS WILD Mag. 22.10 Bear grylls : vip Vs wild, mag.</p> <p>TF1</p> <p>21.00</p>  <p>L'ARME FATALE 2 ★★ Film 23.05 L'arme fatale ★★, film</p> <p>red</p> <p>21.05</p>  <p>CASTLE Série 22.10 Castle, série</p>
---	---	---	---	---	--



**URBAN
SPORT**



SORTIES

RUGBY

FOOT

SAMEDI 23 MAR. 2024

19H00



NARBONNE



US BRESSANE



DIMANCHE. 17 MAR. 2024

15H00



AIMARGUES



NARBONNE



RÉGIONAL 1 2023 - 2024 - JOURNÉE 15 - POULE A

SAMEDI 30 MAR. 2024

15H30



HYÈRES. C



TARBES



DIMANCHE. 24 MAR. 2024

15H00



NARBONNE



FABREGUES



RÉGIONAL 1 2023 - 2024 - JOURNÉE 16 - POULE A

HANDBALL

VOLLEY

SAMEDI 16 MAR. 2024

19H00



NARBONNE



BORDES SPORTS



SAMEDI 09 MAR. 2024

19H30



NARBONNE



MONTPELLIER



SAMEDI 23 MAR. 2024

19H00



TOULOUSE FH



NARBONNE



SAMEDI 16 MAR. 2024

19H30






NARBONNE



POITIERS



TF1  MERCATO Série 23.05 Esprits criminels, série	france.2  ENVOYÉ SPECIAL Magazine 23.00 Complément d'envuë, mag.	france.3  LE PRIX DE LA TRAHISON Téléfilm 22.50 La France en vrai, doc.	CANAL+  TRIGGER POINT ¹⁰ Série 22.40 Voyages au bout de l'effort, doc.	france.5  SCIENCE GRAND FORMAT Doc. 22.45 C ce soir, mag.	6  PEKIN EXPRESS : SUR LES TRACES DU TIGRE D'OR Jeu 22.20 Pékin Express :
arte  CITOYENS CLANDESTINS 22.40 Citoyens clandestins, série	C8  Y'A QUE LA VÉRITÉ QUI COMPTE 23.10 Y'a que la vérité qui compte	W9  BAD BOYS ★ Film 23.20 Le chant du loup ★, film	TMC  L'AGENCE TOUS RISQUES ★ ¹⁰ Film 23.35 90' Enquêtes, mag.	TFX  TATTOO COVER : SAUVEURS DE TATOUAGES 23.15 Tattoo Cover	red  STARS CONNEXIONS Doc. 23.00 Stars connexions, doc.
LCP  REMBOB'INA Magazine 22.00 Sens Public, mag.	4  PLANÈTE RAP 21.50 La nuit d'Outremer et du kumpa, spectacle	C STAR  AU CŒUR DE L'ENQUÊTE Mag. 22.55 Au cœur de l'enquête, mag.	 NOEL AU PALAIS ROYAL Téléfilm 22.40 Une rose pour Noël, téléfilm	LCI  UN ŒIL SUR LE MONDE Magazine 22.00 Brunet, Brousseau et cie	TF1  NEW YORK SECTION CRIMINELLE 22.40 New York section criminelle, série
C NEWS  LE MEILLEUR DE L'INFO Magazine 22.30 Soir info	L'ÉQUIPE  FOOTBALL : QUALIFICATIONS EURO 2024 22.55 L'Equipe du Soir	6ter  LES REINES DE LA ROUTE Documentaire 22.00 Les Reines de la route, doc.	RMC  FUKUSHIMA Doc. 22.15 Les 10 catastrophes qui ont marqué la planète	RMC  PÊCHE XXL : DERNIERS GÉANTS 22.05 Pêche XXL : derniers géants, doc.	6ter  BROADCHURCH ¹⁰ Série 23.15 Castle, série

TF1  DANSE AVEC LES STARS 23.40 Danse avec les stars, la suite	france.2  LE CRIME LUI VA SI BIEN Téléfilm 22.45 Marc-Antoine Le Bret à la Cigale	france.3  LE GRAND CONCERT DE LA FRANCPHONIE 22.55 La vie secrète	CANAL+  OPPENHEIMER ★★ Film 00.05 Oppenheimer, doc.	france.5  INDIGÈNES ★ Film 23.10 Le silence de la mer, une édition dans la résistance	6  MAISON À VENDRE Magazine 23.15 Maison à vendre, mag.
arte  L'AFFAIRE MARIANNE VOSS Téléfilm 22.30 Freddie Mercury - The Great Pretender	C8  GAD ELMALEH - D'AILLEURS 22.50 Gad Elmaleh - L'autre c'est moi	W9  ENQUÊTE D'ACTION ¹⁰ Mag. 23.00 Enquête d'action, mag.	TMC  90' ENQUÊTES ¹⁰ Magazine 22.45 90' Enquêtes, mag.	TFX  SUPER NANNY Magazine 22.55 Super Nanny, mag.	red  FAIS PAS CI, FAIS PAS ÇA Série 22.20 Fais pas ci, fais pas ça, série
LCP  ZED - ZONE D'ÉDUCATION DOCUMENTAIRE 22.00 Il était une loi, mag.	4  PANAME COMEDY CLUB ¹⁰ 22.00 Mashup Tropical, spectacle	C STAR  PAWN STARS 23.20 Storage Wars : enchères surprises, doc.	 LES CROODS ★★ 22.45 Dragonheart : La Bataille de Cœur de feu ★, film	LCI  LE 20H DARIUS ROCHEBIN Magazine 22.00 22H Darius Rochebin	TF1  LES EXPERTS : MIAMI Série 22.40 Les experts : Miami, série
C NEWS  ÇA SE DISPUTE 22.30 Soir info week-end	L'ÉQUIPE  FOOT : PAYS-BAS / ÉCOSSE 21.30 Foot : Espagne / Colombie	6ter  HAWAII 5-0 ¹⁰ Série 22.40 Hawaii 5-0, série	RMC  ALIEN THEORY : LES PREUVES ULTIMES 22.55 Alien Theory : les preuves ultimes	RMC  TOP GEAR FRANCE AVEC VILBEBREQUIN 22.30 Top Gear France avec Vilebrequin	6ter  MARY ★ Film 23.05 L'odyssée ★, film



CROIX SUD AUTOMOBILES

JOURNÉES
DODTEC
OUVERTES
FURIES

16 & 17
MARS

1^{ER} RÉSEAU NATIONAL MULTIMARQUE



UN STOCK DE + 2500 VÉHICULES DISPONIBLES

Votre nouvelle voiture de 0 à 30 000 km



Reprise



Garanties



Financement



Découvrez nos
véhicules ou prenez
rendez-vous en
scannant ce QR Code.

CROIX SUD AUTOMOBILES
6 Rue René Panhard 11100 - Narbonne
04 68 42 73 73

JEU DE PLATEAU

spécial moto

la course de motos ! (2 à 4 joueurs)



Tu as besoin d'un dé !

Pour les pions :
chaque joueur
choisit la moto de
son choix et découpe
selon les contours



Règles du jeu :

Choisis ta moto de course et suis la piste. Le premier qui arrive remporte le trophée !

Le jeu commence à la case départ.

chacun lance le dé et avance sa moto du nombre de cases indiqué par le dé. Mais attention aux obstacles ! Pour terminer, il faut que le dé indique le chiffre exact de cases manquantes.



HOROSCOPE & JEUX

► SUDOKU

DIFFICILE



MOYEN



► QUIZ

Dans une circulation inter-files, la vitesse à moto est limitée à :

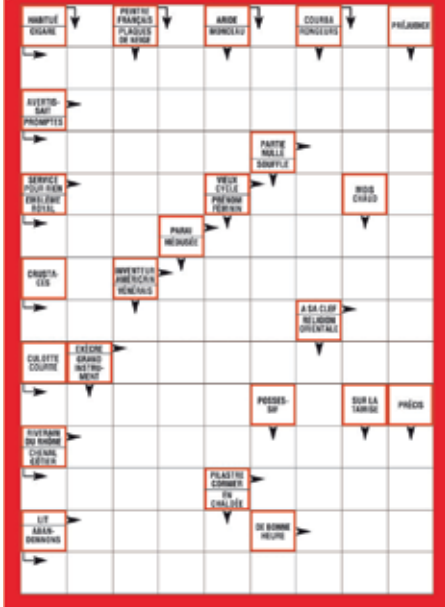
50 km/h

70 km/h

► 7 ERREURS



► MOTS FLÉCHÉS



L'HOROSCOPE

amour, travail, santé !

BÉLIER du 21 mars au 20 avril

Travail-Argent : la communication devrait résoudre des questions restées en suspens. **Amour :** avec un petit effort et beaucoup de conciliation, vous arriverez peut-être à renouer le dialogue. **Santé :** belle vitalité ! Vous êtes en pleine forme !

TAUREAU du 21 avril au 20 mai

Travail-Argent : votre situation financière n'est pas très brillante mais pas désespérée. **Amour :** fuir la routine est une excellente idée. Vous ferez tout pour éblouir votre partenaire. **Santé :** ne gaspillez pas votre énergie.

GÉMEAUX du 21 mai au 21 juin

Travail-Argent : utilisez votre superbe potentiel pour mener encore plus habilement votre banque et maîtrise financière. **Amour :** des rencontres imprévues pourront être à l'origine de liaisons significatives. **Santé :** bon et vitalité. Vous vous sentirez bien et épanoui.

CANCER du 22 juin au 22 juillet

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

LION du 23 juillet au 22 août

Travail-Argent : des opportunités vont se présenter très prochainement. Inutile, donc, de prendre des décisions de manière hâtive. **Amour :** vous engagez un dialogue serein. **Santé :** il n'y aura rien de grave à redouter.

VIERGE du 23 août au 22 sept.

Travail-Argent : vous êtes loin de faire l'unanimité. Néanmoins, vos idées sont originales. **Amour :** de nombreuses surprises sympathiques vous attendent cette semaine. **Santé :** n'oubliez pas des excipients.

BALANCE du 23 sept. au 22 oct.

Travail-Argent : vous aurez sans doute une occasion d'améliorer vos revenus. **Amour :** votre partenaire pourrait vous trouver un peu indiscipliné. **Santé :** prenez soin de vos pieds.

SCORPION du 23 oct. au 21 nov.

Travail-Argent : vous ferez preuve de sens dans l'accomplissement de vos tâches professionnelles. **Amour :** attention à force de jouer avec le feu, on peut finir assés à se brûler. **Santé :** un mal de dos persistant pourrait vous gêner.

SAGITTAIRE du 22 nov. au 20 déc.

Travail-Argent : vous serez sans doute amené à affronter quelques obstacles dans le cadre de votre travail. **Amour :** un événement heureux pourrait vous surprendre. **Santé :** imposez-vous une discipline alimentaire.

CAPRICORNE du 21 déc. au 19 janv.

Travail-Argent : vous vous sentez enfin prêt à ébrouer une affaire importante. **Amour :** votre partenaire compte bien que vous obéissez à tous ses caprices mais vous n'aurez pas envie de vous laisser mener par le bout du nez. **Santé :** vous risquez de souffrir d'amaigrissement.

VERSEAU du 20 janv. au 19 fév.

Travail-Argent : c'est un domaine qui vous préoccupe tout particulièrement. **Amour :** vous n'aurez guère le temps de vous consacrer à vos proches et ils pourraient se sentir délaissés. **Santé :** l'énergie ne vous fera pas défaut.

POISSONS du 19 fév. au 20 mars

Travail-Argent : des changements particulièrement positifs se profilent à l'horizon. Vous devrez tenir compte d'elles, de concepts nouveaux. **Amour :** vos fréquents changements d'humeur ont parlé du bon. **Santé :** mangez plus léger, votre sensation de lourdeur disparaîtra.

Pour voir les solutions



ou rendez-vous sur :

<https://urbantv-narbonne.fr/jeu-2/>

RESPIREZ SAVOUREZ LIBEREZ-VOUS

Sevrages tabagique & cannabique



Vape & CBD Shop

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



URBAN SALON MOTO



ENTREtenir SA MOTO : LES CONSEILS ESSENTIELS

Votre moto est votre précieux destrier ? Pour qu'elle vous accompagne sur de longues routes et vous procure des sensations inoubliables, il est essentiel de l'entretenir régulièrement. Voici quelques conseils pour garder votre moto en parfait état.

NETTOYAGE RÉGULIER

La première étape pour entretenir sa moto est de la laver régulièrement. Cela permet d'éliminer la saleté, la poussière et les insectes qui peuvent endommager la peinture et les pièces mécaniques. Utilisez des produits spécifiques pour moto et évitez les nettoyeurs haute pression qui peuvent abîmer les joints et les câbles.

VÉRIFICATION DES NIVEAUX

Il est important de vérifier régulièrement les niveaux d'huile, de liquide de frein, de liquide de refroidissement et de liquide de batterie. Assurez-vous de respecter les préconisations du constructeur et utilisez des produits de qualité.

CONTRÔLE DES PNEUS

Les pneus sont un élément essentiel de la sécurité de votre moto. Vérifiez régulièrement leur pression et leur état d'usure. Remplacez-les dès que nécessaire, en particulier si vous constatez des fissures ou des craquelures.

ENTRETIEN DE LA CHAÎNE

La chaîne est un élément vital de la transmission de votre moto. Il est important de la graisser régulièrement pour éviter qu'elle ne s'use prématurément. Utilisez un produit spécifique pour chaîne et suivez les instructions du fabricant.

CONTRÔLE DES FREINS

Les freins sont un élément essentiel de la sécurité de votre moto. Il est important de vérifier régulièrement leur fonctionnement et de remplacer les plaquettes si nécessaire. Faites appel à un professionnel si vous n'êtes pas sûr de vous.

BATTERIE

La batterie est un élément essentiel pour le démarrage de votre moto. Vérifiez régulièrement son état et rechargez-la si nécessaire. Vous pouvez également envisager de la remplacer tous les 4 à 5 ans.

VIDANGE

La vidange est une opération importante qui permet de remplacer l'huile moteur et de nettoyer le filtre à huile. Il est important de la faire effectuer régulièrement par un professionnel, en suivant les préconisations du constructeur.

HIBERNATION

Si vous ne comptez pas utiliser votre moto pendant l'hiver, il est important de la préparer pour l'hivernage. Cela consiste à la nettoyer, à la vidanger, à la mettre sur béquille et à la recouvrir d'une bâche.

N'oubliez pas que l'entretien de votre moto est important pour votre sécurité et celle des autres.



LES JOURS CLÉS

TVA 0%
+

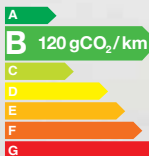
GARANTIE
5 ANS
OFFERTE*

VITARA
HYBRID

S-CROSS
HYBRID



JOURNÉES PORTES OUVERTES LES 16 ET 17 MARS**



Consommations mixtes Suzuki Vitara (WLTP) : 5,2 à 5,9 l/100 km.
Consommations mixtes Suzuki S-Cross (WLTP) : 5,2 à 5,9 l/100 km.

*TVA déduite sous forme d'une remise de 16,67% équivalente au montant de la TVA offerte sur le prix TTC au 12/02/2024, hors option, pour l'achat d'un Suzuki Vitara ou d'un Suzuki S-Cross neuf jusqu'au 30/03/24 en France métropolitaine dans la limite des stocks disponibles, chez les concessionnaires participants.

Extension de garantie « Garantie Club Suzuki » 3+2 ans offerte. La valeur du contrat selon le tarif public est de 479€. Offre réservée aux particuliers, en France métropolitaine sur l'ensemble des véhicules neufs de la gamme Suzuki Vitara et Suzuki S-Cross, et cumulable avec les offres de remise en cours, pour toute commande jusqu'au 30 mars 2024. Les prestations Panne Mécanique et Assistance sont gérées par la société Opteven Assurances : Société d'assistance au capital de 5 335 715 euros. Siège social : 10 rue Olympe de Gouges 69100 VILLEURBANNE - RCS Lyon n°379 954 886.

**Ouverture selon arrêté préfectoral.

Pensez à covoiturer. #SeDéplacerMoinsPolluer

15 16 et 17 MARS 2024
NARBONNE - PARC DES EXPOSITIONS

19^{ÈME} SALON DE LA MOTO
DU SCOOTER DU QUAD ET DU SSV
www.salon-moto.fr

Stunt & Trial Show

Nocturne jusqu'à 23h
samedi 16 mars

Liste des exposants :

ASSURANCES AXA PASSION
AMV
APRILIA
AUTO-ECOLE LA DULLAGUE
BETA
BMW
BRESCOUROS
CABALLERO
CAN AM
CFMOTO
DUCATI

ECOBAT
FFMC 11
HARLEY DAVIDSON
HMS
HONDA
HUSQVARNA
INDIAN
ITM TRACEUR GPS
KAWASAKI
KAYO
KTM

MASH
MIKA CREATION
MONTESA
MOTO AXXE
MOTO GUZZI
MUTUELLE DES MOTARDS
MV AGUSTA
RELAIS MOTARDS
REWACO
RIEJU
ROYAL-ENFIELD

SEGWAY
SELLERIE BODINEL
SELLERIE CONCEPT
SUR RON
SUZUKI
TALARIA
TRIUMPH
VULCANET
WEST EURO BIKES
YAMAHA
ZONTES