

# URBAN TV & SORTIES

Magazine TV et Sorties du Narbonnais.

GRATUIT

Cet été, faites  
entretenir  
votre jardin  
**JARDINIERS**  
*Professionnels*  
Voir en pages centrales

# 5ans

## Narbonne Arena

**M. POKORA**

[ 08.06.2024 ]

**STARS 80**

[ 03.11.2024 ]

MESSIAER - LAURENT GERBA - M. POKORA - STAR ACADEMY

GAB ELMALEH - ONE NIGHT OF QUEEN - L'HÉRITAGE GOLDMANN

FLORENT PEYRE - MANIA THE ABBA TRIBUTE - MALIK BENTALHA

STARS 80 - DAVID HALLYDAY - JOHN WILLIAMS HANS ZIMMER

C'EST DÉCIDÉ JE DEVIENS UNE CONNASSE - LES COMÉDIES MUSICALES

EDGAR-YVES - CASSE NOISETTE - ALDEBERT - BOLERO

AHMED SYLLA - INES REG - CELTIC LEGENDS - SOPRANO

FERRARI / TSAMERE / LECAPLAIN LA TOURNÉE DU TRIO

LORDS OF THE SOUND - CARMINA BURANA - GOLDMEN - PAUL MIRABEL ...

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

DU LUNDI 10 AU DIMANCHE 30 JUIN 2024

# URGENCE POUVOIR D'ACHAT



## NOS MAGASINS S'ENGAGENT !



ZI LA PLAINE  
Rue du Pont Rouge  
11100 Montredon-des-Corbières



Rue des Primevères  
11100 Narbonne

Retrouvez  
Tous les jours  
vos grandes  
marques  
à  
**PRIX  
BAS**

\*Ces produits sont signalés  
en magasin par ce picto.

**1,58**  
LE PRODUIT



**ALLUMETTES FUMÉES  
CONSERVATION SANS NITRITE  
HERTA (1)**  
La barquette séable de 2x75G  
Le RG : 10,53 €



**2,74**  
LE PRODUIT

**SALADE & CIE MANHATTAN  
PÂTES, POULET, ŒUFS ET CRUDITÉS  
SODEBO (1)**  
La barquette de 320G  
Le RG : 8,56 €

**6,26**  
LE PRODUIT



**BARRES CHOCOLATÉES  
AU CHOCOLAT AU LAIT  
KINDER BUENO**  
Le paquet de 10 barres (soit 430G)  
Le RG : 14,56 €



**1,68**  
LE PRODUIT

**COCA-COLA  
SANS SUCRES**  
La bouteille de 1,75L  
Le L : 0,96 €

**PRIX MINI**



**0,67**  
LE PRODUIT



**PÂTÉE POUR CHIEN  
AU BŒUF  
PRIX MINI**  
La barquette de 300G  
Le RG : 2,23 €

**2,02**  
LE PRODUIT



**HUILE DE TOURNESOL  
PRIX MINI**  
La bouteille de 1L

**8,31**  
LE PRODUIT



**EMMENTAL RÂPÉ  
PASTEURISÉ  
PRIX MINI (1)**  
30% de MG dans le produit fini.  
Le sachet de 1KG

**1,22**  
LE PRODUIT



**JUS MULTIFRUITES  
À BASE DE CONCENTRÉS  
PRIX MINI**  
La bouteille de 1L

Retrouvez  
de  
nombreux

Produits **U**  
à **prix  
côûtant**

\*Le prix cœûtant cœpntitue le seuil de revente  
à partir d'œœtats d'œœtations de 140  
conformœœment à la loi Egalim.



**2,12**  
LE PRODUIT

**YAOURTS À BOIRE  
AROMATISÉS À LA FRAÏSE  
U MAT & LOU (1)**  
Le pack de 8 (soit 800G)  
Le RG : 2,65 €



**1,77**  
LE PRODUIT

**FROMAGE BLANC  
NATURE  
U (1)**  
3% de MG dans le produit fini.  
Le pot de 900G  
Le RG : 1,97 €



**2,38**  
LE PRODUIT

**THON ENTIER LISTAO  
PÊCHÉ À LA LIGNE  
U**  
La boîte de 215G net œœgouttœœ  
Le RG : 11,07 €



**1,69**  
LE PRODUIT

**CRÈME GLACÉE  
VANILLE  
U**  
Le bac de 500G  
Le RG : 3,38 €



(1) Transformé en  
**FRANCE**

**URGENCE  
POUVOIR  
D'ACHAT**

**URBAN SHOWS**



**←← SORTIES →→**

14/06/24  
21H00



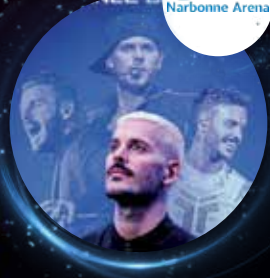
ALEXANDRE PESLE  
"LE PESLETÂCLE"  
Théâtre de la Poste - Foix

20/06/24  
21H00



KOLLISION COURSE  
"CONCERT SCÈNE LOCALE GRATUIT"  
Espace Dominique Baudis - Narbonne-Plage

08/06/24  
20H00



M POKORA  
"EPICENTRE TOUR"  
Arena - Narbonne

20/06/24  
21H00



LE DUO DES NON  
"ÇA C'EST FAIT"  
Théâtre de la Poste - Foix

17/07/24  
17H00



ROBERTO FONSECA  
"CONCERT"  
Château L'hospitalet - D168 - Narbonne

07/09/24  
08/09/24  
10H00



LE MUSÉE ÉPHÉMÈRE  
"EXPOSITION DE DINOSAURES"  
Arena - Narbonne

## Narbonne : Un été riche en festivités et en bonnes affaires !

L'été arrive à grands pas, et avec lui son lot d'événements festifs et d'opportunités à ne pas manquer ! Narbonne s'apprête à vibrer au rythme de la musique, de l'humour et des saveurs, pour le plus grand plaisir de tous.

## La fête de la Musique 2024 à Narbonne : une tradition qui perdure

Cette année encore, la fête de la Musique fera vibrer les rues de Narbonne le 21 juin. Cette manifestation, née en 1982 à l'initiative de Jack Lang, ministre de la Culture de l'époque, a pour but de célébrer la musique sous toutes ses formes et de rendre accessible la culture musicale au plus grand nombre. A Narbonne, comme dans des centaines de villes de France, la fête de la Musique sera l'occasion de découvrir des talents locaux et de profiter de concerts gratuits dans des lieux insolites. Scènes ouvertes, bals populaires, concerts acoustiques... il y en aura pour tous les goûts !

## Jardins fleuris et barbecues : préparez votre extérieur pour l'été

L'été est également la saison idéale pour profiter de son jardin. Avant de sortir les barbecues et les transats, pensez à faire débroussailler votre terrain par un professionnel. Un jardin bien entretenu, c'est non seulement plus esthétique, mais c'est aussi un gage de sécurité.

Sachez que l'entretien de votre jardin peut être déductible des impôts. N'hésitez pas à vous renseigner auprès des Jardiniers Professionnels (+ d'informations en pages centrales).

## U : des offres exceptionnelles pour le pouvoir d'achat

Les magasins U de Narbonne et Montredon-des-Corbières s'engagent et vous proposent des offres exceptionnelles pour vous aider à maintenir votre pouvoir d'achat. Profitez de réductions sur une large sélection de produits !

## Distinction Narbonne : journées portes ouvertes les 15 & 16 juin

Vous êtes à la recherche d'une nouvelle voiture ? Ne manquez pas les journées portes ouvertes chez Distinction Narbonne, premier réseau national multimarque (Croix Sud Automobiles), les 15 & 16 juin 2024. Profitez de cette occasion pour découvrir un large choix de véhicules à des prix imbattables.

## Sortez Plus : le chéquier des bonnes affaires

Le carnet Sortez Plus édition 2024/2025 est de retour ! Ce chéquier, d'une valeur de 35€, vous permet de faire jusqu'à 600€ d'économies sur vos sorties sur la Côte du Midi. Restaurants, culture & patrimoine, loisirs... Profitez de nombreuses réductions et avantages chez les partenaires Sortez Plus.

Bons plans... Expositions, spectacles, événements, festivités... Recette, jeux pour petits et grands, horoscope, programmes TV, quizz... Il y en a pour tous les goûts dans votre magazine préféré !

Avec ses festivités, ses bonnes affaires et ses nombreuses activités, Narbonne a tout pour vous plaire cet été. N'attendez plus et profitez pleinement de cette saison pleine de surprises !

Toute l'équipe d'Urban TV vous souhaite un été riche en émotions et découvrez et vous donne rendez-vous mi-septembre 2024 !

Bonne lecture à toutes et à tous.

**Théâtre de la Poste**  
Café-Théâtre Foix

**Le 9 juin 2024**  
Café Théâtre - Foix

Spectacle à  
**17h00**

**Cubi Poter**  
et le sortilège du Poulailler

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

<p><b>TF1</b></p> <p>21.10</p> <p><b>STAR ACADEMY : LE CONCERT EVENEMENT</b></p> <p>23.40 Star Academy</p> <p><b>arte</b></p> <p>20.50</p> <p><b>L'AFRIQUE VUE DU CIEL</b> Documentaire</p> <p>22.25 Le dernier rhinocéros blanc, doc.</p> <p><b>LCP</b></p> <p>21.00</p> <p><b>MINES ANTIPERSONNEL</b> Doc.</p> <p>22.35 Das Reich, une division SS...</p> <p><b>C NEWS</b></p> <p>21.00</p> <p><b>FACE À MICHEL ONFRAY</b> Magazine</p> <p>22.30 Soir info week-end</p>	<p><b>france.2</b></p> <p>21.05</p> <p><b>ATHLETISME : CHAMPIONNAT D'EUROPE</b></p> <p>23.20 Quand la télé dérape</p> <p><b>C8</b></p> <p>21.00</p> <p><b>RUGBY : TOP 14</b> Sport</p> <p>23.00 Samedi reportage, mag.</p> <p><b>4</b></p> <p>21.00</p> <p><b>LES HIRONDELLES DE KABOUL</b> ★★</p> <p>23.20 Déjeuner en l'air, mag.</p> <p><b>L'EQUIPE</b></p> <p>20.00</p> <p><b>FOOT : BELGIQUE / LUXEMBOURG</b></p> <p>21.30 Foot : Espagne / Irlande du Nord</p>	<p><b>france.3</b></p> <p>21.10</p> <p><b>MEURTRES A ARLES</b> Téléfilm</p> <p>22.35 Meurtres à Aix-en-Provence</p> <p><b>W9</b></p> <p>21.10</p> <p><b>LA PETITE HISTOIRE DE FRANCE</b></p> <p>23.00 La petite histoire de France, série</p> <p><b>C STAR</b></p> <p>21.10</p> <p><b>GHOST HUNTERS</b> 10 Doc.</p> <p>22.40 Ghost Hunters, doc.</p> <p><b>6ter</b></p> <p>21.10</p> <p><b>LES MAMANS</b> Magazine</p> <p>22.20 Les Mamans, mag.</p>	<p><b>CANAL+</b></p> <p>21.00</p> <p><b>RUGBY : MULTIRUGBY</b> Sport</p> <p>23.40 Intérieur Sport, mag.</p> <p><b>TMC</b></p> <p>21.15</p> <p><b>COLUMBO</b> Série</p> <p>22.45 90' Enquêtes, mag.</p> <p><b>5</b></p> <p>21.05</p> <p><b>LEGO MASTERS</b></p> <p>23.10 Lego Masters : Extra Brique</p> <p><b>RMC</b></p> <p>21.10</p> <p><b>RETOUR À L'INSTINCT PRIMAIRE</b></p> <p>23.00 Retour à l'instinct primaire</p>	<p><b>france.5</b></p> <p>21.00</p> <p><b>ÉCHAPPEES BELLES</b> Magazine</p> <p>22.35 Echappées Belles, mag.</p> <p><b>TFX</b></p> <p>21.05</p> <p><b>CHRONIQUES CRIMINELLES</b> 10</p> <p>22.35 Chroniques criminelles, mag.</p> <p><b>LCI</b></p> <p>20.00</p> <p><b>LE 20H DARIUS ROCHEBIN</b> Magazine</p> <p>22.00 22H Darius Rochebin</p> <p><b>RMC</b></p> <p>21.10</p> <p><b>FLIC STORY</b> 10 Doc.</p> <p>22.30 100 jours avec la police de Normandie, doc.</p>	<p><b>6</b></p> <p>21.10</p> <p><b>NCIS</b> 10</p> <p>Série</p> <p>22.50 NCIS, série</p> <p><b>neuf</b></p> <p>21.10</p> <p><b>YOUNG SHELDON</b> Série</p> <p>22.45 Mon oncle Charlie, série</p> <p><b>TF1</b></p> <p>21.00</p> <p><b>JOSEPHINE, ANGE GARDIEN</b> Série</p> <p>23.00 Josephine, ange gardien, série</p> <p><b>5</b></p> <p>21.05</p> <p><b>SOUS LES JUPONS DE L'HISTOIRE</b> Mag.</p> <p>22.05 Sous les jupons de l'Histoire, mag.</p>
---	--	--	---	---	--

<p><b>TF1</b></p> <p>21.05</p> <p><b>FOOT : FRANCE / CANADA</b></p> <p>23.30 Le phénomène Mbappé, doc.</p> <p><b>arte</b></p> <p>19.45</p> <p><b>ARTE JOURNAL</b></p> <p>23.00 Scarface ★★, film</p> <p><b>LCP</b></p> <p>19.55</p> <p><b>ÉVÈNEMENT</b></p> <p>Élections Évènement, élections</p> <p><b>C NEWS</b></p> <p>21.00</p> <p><b>EN QUÊTE D'ESPRIT</b> Magazine</p> <p>22.00 Face à Michel Onfray, mag.</p>	<p><b>france.2</b></p> <p>19.45</p> <p><b>ÉLECTIONS EUROPÉENNES 2024</b></p> <p>23.35 La vérité si je mens ! Les débuts</p> <p><b>C8</b></p> <p>21.10</p> <p><b>LE MARGINAL</b> ★</p> <p>10 Film</p> <p>23.05 Dangerous ★, film</p> <p><b>4</b></p> <p>21.00</p> <p><b>PAR LE BOUT DU NEZ</b> Spectacle</p> <p>22.20 Amis d'enfance, spectacle</p> <p><b>L'EQUIPE</b></p> <p>20.45</p> <p><b>FOOT : ITALIE / BOSNIE-HERZ.</b></p> <p>22.40 Foot : Slovaquie / Pays de Galles</p>	<p><b>france.3</b></p> <p>21.00</p> <p><b>ATHLETISME : CHAMPIONNATS D'EUROPE</b></p> <p>23.10 McDonald &amp; Dadds, série</p> <p><b>W9</b></p> <p>21.10</p> <p><b>LA PROPOSITION</b> ★ Film</p> <p>23.15 La sœur de la mariée, téléfilm</p> <p><b>C STAR</b></p> <p>21.10</p> <p><b>AU CŒUR DE L'ENQUÊTE</b> Mag.</p> <p>22.45 Au cœur de l'enquête, mag.</p> <p><b>6ter</b></p> <p>20.50</p> <p><b>VILAINE</b> ★</p> <p>Film</p> <p>22.25 Avant toi ★, film</p>	<p><b>CANAL+</b></p> <p>20.00</p> <p><b>FORMULE 1 : GRAND PRIX DU CANADA</b></p> <p>22.30 Equalizer 3 ★, film</p> <p><b>TMC</b></p> <p>21.15</p> <p><b>QU'EST-CE QU'ON A ENCORE FAIT AU BON DIEU ?</b> ★ Film</p> <p>23.05 Qu'est-ce qu'ils...</p> <p><b>5</b></p> <p>21.05</p> <p><b>TINY HOUSE NATION</b> Doc.</p> <p>22.40 Tiny House Nation, doc.</p> <p><b>RMC</b></p> <p>21.10</p> <p><b>J'IRAI DORMIR CHEZ VOUS</b> Doc.</p> <p>22.15 J'irai dormir chez vous, doc.</p>	<p><b>france.5</b></p> <p>21.05</p> <p><b>EXPLORATEURS</b></p> <p>22.55 Guerre des sables, le reich en échec</p> <p><b>TFX</b></p> <p>21.05</p> <p><b>COLOMBIANA</b> ★</p> <p>Film</p> <p>22.55 Jason Bourne ★, film</p> <p><b>LCI</b></p> <p>19.00</p> <p><b>ÉLECTIONS EUROPÉENNES 2024</b></p> <p>22.00 Élections Européennes</p> <p><b>RMC</b></p> <p>21.10</p> <p><b>FAITES ENTRER L'ACCUSÉ</b> Doc.</p> <p>22.50 Faites entrer l'accusé, doc.</p>	<p><b>6</b></p> <p>21.10</p> <p><b>ZONE INTERDITE</b> Magazine</p> <p>23.00 Enquête exclusive, mag.</p> <p><b>neuf</b></p> <p>21.10</p> <p><b>HOMEFRONT</b> ★</p> <p>Film</p> <p>23.05 Évasion 3, téléfilm</p> <p><b>TF1</b></p> <p>21.00</p> <p><b>JURASSIC PARK 3</b> ★ Film</p> <p>22.40 Le monde perdu : Jurassic Park ★</p> <p><b>5</b></p> <p>21.05</p> <p><b>LES PETITS MEURTRES D'AGATHA CHRISTIE</b></p> <p>22.55 Les petits meurtres d'Agatha Christie</p>
--	--	--	--	--	--



**VILLA  
MODERNE**



**Fleury d'Aude**

**385 000€\***

frais de notaire inclus.

Hors lotissement

Villa T4 en U de 103m<sup>2</sup>

sur 560 m<sup>2</sup> de terrain



**Nicolas Poursin - 06 86 38 59 97**

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

**ÉTÉ 2024**

**Et si Culinarion vous aidait  
à savourer la cuisine d'été ?**

**Plancha  
électrique  
RIVIERA&BAR**

**169%**

**129€<sup>90</sup>**



**Culinarion**





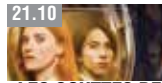



















— PARTAGEONS NOS SECRETS —

**39 RUE DE L'ANCIEN COURRIER - TEL .04 68 12 20 86**

mail culinarion.narbonne11@outlook.fr



CULINARION.COM

<p><b>TF1</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>LE REMPLAÇANT</b> Série 23.10 New York, unité spéciale, série</p> <p><b>arte</b></p> <p>20.55</p>  <p><b>MORTELLE RANDONNÉE</b> Film 22.55 M le maudit ★★, film</p> <p><b>LCP</b></p> <p>20.35</p>  <p><b>DÉBATDOC</b> Documentaire 22.00 Sens Public, mag.</p> <p><b>C NEWS</b></p> <p>21.00</p>  <p><b>LE MEILLEUR DE L'INFO</b> Magazine 22.30 Soir info</p>	<p><b>france-2</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>LES GOUTTES DE DIEU</b> Série 22.55 Le code, série</p> <p><b>G8</b></p> <p>21.20</p>  <p><b>COMMISSAIRE MAGELLAN</b> Série 23.10 Commissaire Magellan, série</p> <p><b>4</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>QUINCY JONES</b> 23.05 Ibrahim Maalouf à l'Accor Hôtel Arena, spectacle</p> <p><b>L'ÉQUIPE</b></p> <p>20.45</p>  <p><b>FOOTBALL : PAYS-BAS / ISLANDE</b> 23.15 L'Equipe du Soir, mag.</p>	<p><b>france-3</b></p> <p>21.00</p>  <p><b>ATHLÉTISME : CHAMPIONNATS D'EUROPE</b> 23.00 Outremer.ledoc</p> <p><b>W9</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>ÉVASION</b> Film 23.15 Lara Croft : Tomb Raider ★, film</p> <p><b>C STAR</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>MICHELE BERNIER « VIVE DEMAIN »</b> 23.05 Les duos impossibles de Jérémy</p> <p><b>6ter</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>KAAMELOTT</b> Série 22.20 Kaamelott, série</p>	<p><b>CANAL+</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>MARY &amp; GEORGE</b> Série 22.50 Napoléon ★, film</p> <p><b>TMC</b></p> <p>21.25</p>  <p><b>ANT-MAN ET LA GUÊPE</b> ★ Film 23.30 Valérian et la Cité des mille planètes</p> <p><b>GOL</b></p> <p>21.05</p>  <p><b>LES PARCS D'ATTRACTIONS... Mag.</b> 22.45 Les parcs d'attractions...</p> <p><b>RMC</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>FRELONS, NUISIBLES</b> Doc. 22.15 Au secours, je suis accumuleur...</p>	<p><b>france-5</b></p> <p>21.05</p>  <p><b>SUR LE FRONT</b> Documentaire 22.50 C ce soir, mag.</p> <p><b>TFX</b></p> <p>21.05</p>  <p><b>APPELS D'URGENCE</b> Mag. 22.10 Appels d'urgence, mag.</p> <p><b>LCI</b></p> <p>20.00</p>  <p><b>UN ŒIL SUR LE MONDE</b> Magazine 22.00 Brunet, Brous-souloux et cie</p> <p><b>RMC</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>GÉNIE MÉCANIQUE</b> Documentaire 22.25 Génie mécanique, doc.</p>	<p><b>6</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>MARIÉS AU PREMIER REGARD</b> 23.20 Mariés au premier regard, les secrets</p> <p><b>red</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>FAN DES ANNEES 80'</b> 22.00 Fan des années 80'</p> <p><b>TF1</b></p> <p>21.00</p>  <p><b>ON NE CHOISIT PAS SA FAMILLE</b> Film 23.00 Cloclo ★, film</p> <p><b>TF1</b></p> <p>21.05</p>  <p><b>CRIMES</b> Magazine 22.45 Crimes, mag.</p>
---	---	---	--	--	--

<p><b>TF1</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>ARMAGEDDON</b> ★ Film 23.55 Uncharted ★, film</p> <p><b>arte</b></p> <p>20.55</p>  <p><b>LES USINES DE STALINE</b> 22.25 La saga Berlusconi</p> <p><b>LCP</b></p> <p>20.35</p>  <p><b>DÉBATDOC</b> Documentaire 22.00 Sens Public, mag.</p> <p><b>C NEWS</b></p> <p>21.00</p>  <p><b>LE MEILLEUR DE L'INFO</b> Magazine 22.30 Soir info</p>	<p><b>france-2</b></p> <p>21.00</p>  <p><b>ATHLÉTISME : CHAMPIONNAT D'EUROPE</b> 23.05 Level Up, doc.</p> <p><b>G8</b></p> <p>21.20</p>  <p><b>ENQUÊTE COMPLÉMENTAIRE</b> Doc. 23.00 Les rats sont-ils nos ennemis ?</p> <p><b>4</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>LA VIE FANTASTIQUE</b> 22.20 Biennale de Lyon..., mag.</p> <p><b>L'ÉQUIPE</b></p> <p>20.45</p>  <p><b>FOOTBALL : PORTUGAL / IRLANDE</b> 22.45 L'Equipe du Soir, mag.</p>	<p><b>france-3</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>LA DOC ET LE VÉTO</b> Série 22.40 La doc et le véto, série</p> <p><b>W9</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>WEST SIDE STORY</b> 23.50 La grande soirée des comédies musicales</p> <p><b>C STAR</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>LE MEILLEUR FORGERON</b> Doc. 22.45 Le meilleur forgeron</p> <p><b>6ter</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>NCIS</b> Série 22.50 NCIS, série</p>	<p><b>CANAL+</b></p> <p>21.00</p>  <p><b>SOUDAIN SEULS</b> ★★ Film 22.55 Second tour ★★, film</p> <p><b>TMC</b></p> <p>21.25</p>  <p><b>21H MÉDIAS : RIRE EN 2024</b> 23.00 90' Enquêtes, mag.</p> <p><b>GOL</b></p> <p>21.05</p>  <p><b>POURQUOI J'AI PAS MANGÉ MON PÈRE</b> ★ Film 22.45 Animaux vip</p> <p><b>RMC</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>ALIEN FICTION</b> Doc. 23.00 Alien Fiction, doc.</p>	<p><b>france-5</b></p> <p>21.05</p>  <p><b>DES CRIS DANS LE STADE...</b> Doc. 22.35 C ce soir, mag.</p> <p><b>TFX</b></p> <p>21.05</p>  <p><b>RADIOSTARS</b> ★ Film 23.00 Chroniques criminelles, mag.</p> <p><b>LCI</b></p> <p>20.00</p>  <p><b>UN ŒIL SUR LE MONDE</b> Magazine 22.00 Brunet, Brous-souloux et cie</p> <p><b>RMC</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>LE GARAGE : OBJECTIF RESTAURATION</b> 22.35 Le garage</p>	<p><b>6</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>CAUCHEMAR EN CUISINE</b> Magazine 22.55 Cauchemar en cuisine..., mag.</p> <p><b>red</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>LE LABYRINTHE : LE REMÈDE MORTEL</b> ★ 23.50 Le labyrinthe : la terre brûlée ★</p> <p><b>TF1</b></p> <p>21.00</p>  <p><b>CAMPING PARADIS</b> Série 22.55 Camping Paradis, série</p> <p><b>red</b></p> <p>21.05</p>  <p><b>SNAPPED : LES FEMMES TUEUSES</b> 22.00 Snapped : les femmes tueuses</p>
--	--	---	--	---	--





**URBAN  
CULTURE**



## LA FÊTE DE LA MUSIQUE : UNE CÉLÉBRATION UNIVERSELLE DE LA MUSIQUE

### LA FÊTE DE LA MUSIQUE

également connue sous le nom de Journée internationale de la musique, est un événement annuel qui célèbre la musique vivante et la diversité des expressions musicales. Elle a lieu chaque année le 21 juin, coïncidant souvent avec le premier jour de l'été dans l'hémisphère nord.

### ORIGINES ET HISTOIRE

La Fête de la Musique trouve ses racines en France, où elle a été créée en 1982 par le ministre de la Culture, Jack Lang, avec l'objectif de "donner à tous la possibilité de faire de la musique et de la partager". L'idée était de transformer les rues, places et jardins en scènes musicales gratuites et ouvertes à tous. Le succès de la première édition a été fulgurant, avec des milliers de musiciens et de spectateurs participant aux festivités dans toute la France. La Fête de la Musique a rapidement gagné en popularité et s'est répandue dans le monde entier, étant aujourd'hui célébrée dans plus de 120 pays.



### UNE CÉLÉBRATION UNIVERSELLE

La Fête de la Musique est une occasion unique de découvrir la diversité des genres musicaux et de célébrer le pouvoir fédérateur de la musique. Elle encourage les musiciens amateurs et professionnels à se produire en public, tout en permettant au grand public de profiter de spectacles gratuits et variés.

Que vous soyez amateur de jazz, de rock, de musique classique ou de musiques du monde, la Fête de la Musique offre quelque chose pour tous. C'est l'occasion idéale de flâner dans les rues, de découvrir de nouveaux talents et de partager un moment convivial en famille ou entre amis.



### UNE FÊTE POUR TOUS

La Fête de la Musique est une fête pour tous, quel que soit son âge, son origine ou ses goûts musicaux. C'est un moment de partage et de convivialité, où la musique rassemble les gens et crée une atmosphère festive et joyeuse. Alors, n'oubliez pas de marquer votre agenda pour le 21 juin prochain et profitez de la Fête de la Musique pour célébrer la musique et partager un moment inoubliable !

TFI	france.2	france.3	CANAL+	france.5	6
21.10 <b>WILL TRENT</b> 10 Série 22.50 Florida murders, série	21.10 <b>LES BLESSURES INVISIBLES</b> Téléfilm 22.40 Justice en France, doc.	21.00 <b>ATHLETISME : CHAMPIONNATS D'EUROPE</b> 23.15 Les héros du patrimoine, mag.	21.10 <b>LAURA FELPIN - « ÇA PASSE »</b> 22.40 Simple comme Sylvain ★, film	21.05 <b>SI ON LISAIT À HAUTE VOIX</b> Mag. 23.10 C ce soir, mag.	21.10 <b>TOP CHEF</b> Jeu 23.25 Objectif Top chef, jeu
20.55 <b>CAPRICORN ONE</b> Film 22.55 AC/DC, doc.	21.20 <b>MONGEVILLE</b> Série 23.10 Mongeville, série	21.10 <b>ETAT DE CHOC</b> 10 Magazine 23.00 État de choc, mag.	21.25 <b>DUELS À DAVIDE-JONATOWN</b> 10 23.30 90' Enquêtes, mag.	21.05 <b>BABY BOOM</b> Documentaire 22.35 Baby Boom, doc.	21.10 <b>LE TRANSPORTEUR</b> 10 Série 23.10 Homefront ★, film
20.30 <b>DÉBATDOC</b> Documentaire 22.00 Sens Public, mag.	21.10 <b>JEANNÉ ADDED</b> Spectacle 22.35 Phoenix, spectacle	21.10 <b>DOORMAN</b> 10 Téléfilm 23.05 The Night Clerk, film	21.05 <b>MALCOLM</b> Série 22.45 Malcolm, série	20.00 <b>UN ŒIL SUR LE MONDE</b> Magazine 22.00 Brunet, Brous-souloux et cie	21.00 <b>LA BOUM</b> ★ Film 23.05 On ne choisit pas sa famille, film
21.00 <b>LE MEILLEUR DE L'INFO</b> Magazine 22.30 Soir info	21.00 <b>L'ÉQUIPE ENQUÊTE</b> Documentaire 23.00 L'Équipe du Soir, mag.	21.10 <b>SIGNES</b> ★ Film 23.10 Kaamelott, série	21.10 <b>SANS COLLIER : CHIENS ET CHATS À ADOPTER</b> Doc. 22.15 Sans collier	21.10 <b>F LIC STORY</b> 10 Documentaire 22.35 Flic Story, doc.	21.05 <b>CASTLE</b> 10 Série 22.45 Castle, série

TFI	france.2	france.3	CANAL+	france.5	6
21.10 <b>HPI</b> Série 22.15 HPI, série	21.10 <b>ENVOYÉ SPECIAL</b> Magazine 23.00 Complément d'enquête, mag.	21.10 <b>CASSANDRE</b> Série 22.50 La France en vrai, doc.	21.00 <b>A GENTLEMAN IN MOSCOW</b> 10 Série 22.45 Alexia cuisine le monde, doc.	21.05 <b>QUAND LA MER MENACE LES VILLES</b> Doc. 22.40 C ce soir, mag.	21.10 <b>BAD BOYS FOR LIFE</b> ★ 10 Film 23.25 Bad Boys ★, film
20.55 <b>LA CORDE</b> Série 22.35 La corde, série	21.20 <b>LA FOLIE DU CAMPING-CAR</b> 23.00 La folie du camping-car, doc.	21.10 <b>L'ÉNIGME JEAN-JACQUES GOLDMAN</b> 23.20 Les 20 tubes des années 90...	21.25 <b>READY PLAYER ONE</b> ★★ Film 23.50 90' Enquêtes, mag.	21.05 <b>TATTOO COVER : SAUVEURS DE TATOUAGES</b> 23.15 Tattoo Cover	21.10 <b>LES SECRETS DU PARANORMAL</b> 10 22.55 Les secrets du paranormal, doc.
20.30 <b>REMBOB'INA</b> Magazine 22.00 Sens Public, mag.	21.10 <b>PLANÈTE RAP</b> Mag. 22.00 Oxmo Puccino à la Philharmonie de Paris	21.10 <b>AU CŒUR DE L'ENQUÊTE</b> Mag. 22.55 Au cœur de l'enquête, mag.	21.05 <b>LE GRAND BÊTISIER DES ANIMAUX</b> 22.35 La grande vidéo party	20.00 <b>UN ŒIL SUR LE MONDE</b> Magazine 22.00 Brunet, Brous-souloux et cie	21.00 <b>NEW YORK SECTION CRIMINELLE</b> 22.45 New York section criminelle, série
21.00 <b>LE MEILLEUR DE L'INFO</b> Magazine 22.30 Soir info	21.00 <b>L'ÉQUIPE ENQUÊTE</b> Documentaire 23.00 L'Équipe du Soir, mag.	21.10 <b>VIVE LE CAMPING</b> Magazine 23.20 Vive le camping, mag.	21.10 <b>IMPLOSION DU TITAN</b> Documentaire 22.15 Titanic : le naufrage..., doc.	21.10 <b>TRAVAUX XXL : PISCINES ET LAGONS</b> Doc. 22.20 Travaux XXL	21.05 <b>LE CAS RICHARD JEWELL</b> ★★ Film 23.40 La tête haute ★★, film

# NARBONNE ARENA

- **MESSMER**  
NOUV. SPECTACLE  
5 JUIN 2024
- **LAURENT GERRA**  
NOUV. SPECTACLE  
7 JUIN 2024
- **M. POKORA**  
EPICENTRE TOUR  
LA TOURNÉE DES  
20 ANS  
8 JUIN 2024
- **STAR ACADEMY**  
21 JUIN 2024
- **GAD ELMALEH**  
5 JUL. 2024
- **EXPOSITION DE DINOSAURES**  
7 / 8 SEPT. 2024
- **ONE NIGHT OF QUEEN**  
24 SEPT. 2024
- **OLYA POLYAKOVA**  
26 & 27 SEPT. 2024
- **L'HÉRITAGE GOLDMAN**  
MICHAEL JONES  
29 SEPT. 2024
- **FLORENT PEYRE**  
3 OCT. 2024
- **MANIA**  
THE ABBA TRIBUTE  
4 OCT. 2024
- **MALIK BENTALHA**  
18 OCT. 2024
- **STARS 80 ENCORE!**  
3 NOV. 2024
- **DAVID HALLYDAY**  
REQUIEM POUR UN FOU  
26 NOV. 2024
- **JOHN WILLIAMS & HANS ZIMMER**  
PAR LE CURIEUX ORCHESTRE  
28 NOV. 2024
- **C'EST DÉCIDÉ**  
JE DEVIENS UNE  
CONNASSE  
5 DEC. 2024
- **LES COMÉDIES MUSICALES**  
6 DEC. 2024
- **EDGAR YVES**  
13 DEC. 2024
- **CASSE NOISETTE**  
20 DEC. 2024
- **ALDEBERT HELLDERT**  
24 JAN. 2025
- **BOLÉRO**  
5 FÉV. 2025
- **AHMED SYLLA**  
7 FÉV. 2025
- **INES REG**  
15 FÉV. 2025
- **MONTREUX COMEDY**  
LA TOURNÉE  
21 MARS 2025
- **CELTIC LEGENDS**  
3 AVR. 2025
- **SOPRANO FREEDOM TOUR**  
4 AVR. 2025
- **LA TOURNÉE DU TRIO**  
FERRARI  
TSAMERE  
LECAPLAIN  
10 MAI 2025
- **THE WORLD OF QUEEN**  
2 OCT. 2025
- **LORDS OF THE SOUND**  
13 MAI 2025
- **ELECTRO SYMPHONY**  
14 MAI 2025
- **CARMINA BURANA**  
16 DEC. 2025
- **GOLDMEN**  
14 FÉV. 2026
- **PAUL MIRABEL**  
26 FÉV. 2026



**ONE NIGHT OF QUEEN**  
24 SEPT. 2024



**OLYA POLYAKOVA**  
26/27 SEPT. 2024



**L'HÉRITAGE GOLDMAN**  
MICHAEL JONES  
29 SEPT. 2024



**MANIA**  
THE ABBA TRIBUTE  
4 OCT. 2024



**MALIK BENTALHA**  
18 OCT. 2024



**DAVID HALLYDAY**  
REQUIEM POUR UN FOU  
26 NOV. 2024
















## Billetterie dans les points de vente habituels

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

et sur

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

<p><b>TF1</b></p> <p>20.50</p>  <p><b>FOOTBALL : ALLEMAGNE / ÉCOSSE</b> 23.20 Vendredi, tout est permis</p>	<p><b>france.2</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>TROPIQUES CRIMINELS</b> Série 22.55 Drag Race France</p>	<p><b>france.3</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>LA FÊTE DE LA CHANSON À L'ORIENTALE</b> 23.15 Les années Mireille Dumas</p>	<p><b>CANAL+</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>NOUVEAU DÉPART</b> ★ Film 22.45 Une année difficile ★, film</p>	<p><b>france.5</b></p> <p>21.05</p>  <p><b>FAUTEUILS D'ORCHESTRE</b> 22.55 Bach pour tous, doc.</p>	<p><b>6</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>JOYEUSE RETRAITE 2</b> ★ Film 22.50 Joyeuse retraite ! ★, film</p>
<p><b>arte</b></p> <p>20.55</p>  <p><b>TOUTE LA VÉRITÉ</b> Téléfilm 22.30 Le contrat de trop, téléfilm</p>	<p><b>C8</b></p> <p>21.20</p>  <p><b>LES NOUVEAUX COINS SECRETS DES NATURALISTES</b> 22.50 Jeudi reportage</p>	<p><b>W9</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>ENQUÊTE D'ACTION</b> Mag. 23.00 Enquête d'action, mag.</p>	<p><b>TMC</b></p> <p>21.25</p>  <p><b>MIKA À L'ACCOR ARENA</b> Spectacle 23.45 90' Enquêtes, mag.</p>	<p><b>TFX</b></p> <p>21.05</p>  <p><b>NEULLY SA MÈRE</b> ! ★ Film 22.55 Mohamed Dubois, film</p>	<p><b>red</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>FAIS PAS CI, FAIS PAS ÇA</b> Série 22.10 Fais pas ci, fais pas ça, série</p>
<p><b>LCP</b></p> <p>20.30</p>  <p><b>ZONE D'ÉDUCATION DOCUMENTAIRE</b> 22.00 Dans l'œil de l'occupant, doc.</p>	<p><b>4</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>LE BAC PHILO DES HUMORISTES</b> 22.55 D'rire de région, le rôle près de...</p>	<p><b>CSTAR</b></p> <p>21.15</p>  <p><b>ERREURS DE CONSTRUCTION</b> 22.10 Erreurs de construction, doc.</p>	<p><b>6</b></p> <p>21.05</p>  <p><b>LES AVENTURES DE TINTIN</b> Jeunesse 22.15 Les aventures de Tintin</p>	<p><b>LCI</b></p> <p>20.00</p>  <p><b>LE 20H DARIUS ROCHEBIN</b> Magazine 22.00 22H Darius Rochebin</p>	<p><b>TF1</b></p> <p>21.00</p>  <p><b>LES EXPERTS : MIAMI</b> Série 22.40 Les experts : Miami, série</p>
<p><b>C NEWS</b></p> <p>21.00</p>  <p><b>ÇA SE DISPUTE</b> 22.30 Soir info week-end</p>	<p><b>L'ÉQUIPE</b></p> <p>21.00</p>  <p><b>BASKET-BALL : BETCLIF ELITE</b> 22.55 L'Equipe du Soir, mag.</p>	<p><b>6ter</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>HAWAII 5-0</b> Série 22.50 Hawaii 5-0, série</p>	<p><b>RMC</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>LA FOLIE DU CAMPING-CAR</b> 22.30 Un camping-car à tout prix, doc.</p>	<p><b>RMC</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>J'IRAI DORMIR CHEZ VOUS</b> Doc. 22.15 J'irai dormir chez vous, doc.</p>	<p><b>red</b></p> <p>21.05</p>  <p><b>JUSQU'À CE QUE LA MORT NOUS UNISSE</b> Téléfilm 23.05 La ligne verte ★</p>

<p><b>TF1</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>MASK SINGER</b> Divertissement 23.25 Mask Singer, l'enquête continue</p>	<p><b>france.2</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>QUI RESTERA DANS LA LUMIÈRE ?</b> Jeu 23.25 Quelle époque !</p>	<p><b>france.3</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>MEURTRES À FIGEAC</b> Téléfilm 22.40 Meurtres à Rocamadour</p>	<p><b>CANAL+</b></p> <p>21.00</p>  <p><b>RUGBY : TOP 14</b> 23.20 Giroud, doc.</p>	<p><b>france.5</b></p> <p>21.00</p>  <p><b>ÉCHAPPEES BELLES</b> Magazine 22.35 Échappées belles, mag.</p>	<p><b>6</b></p> <p>20.50</p>  <p><b>FOOTBALL : ITALIE / ALBANIE</b> 23.00 Football : 100% Euro, mag.</p>
<p><b>arte</b></p> <p>20.50</p>  <p><b>MÉSOPOTAMIE, LA REDECOUVERTE DES TRÉSORS D'IRAK</b> Documentaire</p>	<p><b>C8</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>SOLEIL ROUGE</b> Film 23.15 Samedi reportage, mag.</p>	<p><b>W9</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>LA PETITE HISTOIRE DE FRANCE</b> 23.00 La petite histoire de France, série</p>	<p><b>TMC</b></p> <p>21.15</p>  <p><b>COLUMBO</b> Téléfilm 22.45 90' Enquêtes, mag.</p>	<p><b>TFX</b></p> <p>21.05</p>  <p><b>CHRONIQUES CRIMINELLES</b> Mag. 22.55 Chroniques criminelles, mag.</p>	<p><b>red</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>YOUNG SHEDDON</b> Série 22.45 Young Sheldon, série</p>
<p><b>LCP</b></p> <p>21.00</p>  <p><b>LE PRÉSIDENT</b> ★★ Film 23.00 Face à Poutine, doc.</p>	<p><b>4</b></p> <p>21.00</p>  <p><b>I'M NOT THERE</b> ★★ Film 23.10 Moi, Daniel Blake ★★, film</p>	<p><b>CSTAR</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>GHOST HUNTERS</b> Documentaire 22.50 Ghost Hunters, doc.</p>	<p><b>6</b></p> <p>21.05</p>  <p><b>LEGO MASTERS</b> Divertissement 23.00 Lego Masters : Extra Brique</p>	<p><b>LCI</b></p> <p>20.00</p>  <p><b>LE 20H DARIUS ROCHEBIN</b> 22.00 22H Darius Rochebin avec Alexia Mayer</p>	<p><b>TF1</b></p> <p>21.00</p>  <p><b>JOSÉPHINE, ANGE GARDIEN</b> Série 23.00 Joséphine, ange gardien, série</p>
<p><b>C NEWS</b></p> <p>21.00</p>  <p><b>FACE À MICHEL ONFRAY</b> Magazine 22.30 Soir info week-end</p>	<p><b>L'ÉQUIPE</b></p> <p>21.00</p>  <p><b>AUTO : 24 HEURES DU MANS</b> 23.00 Auto : 24 Heures du Mans, sport</p>	<p><b>6ter</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>LES MAMANS</b> Magazine 22.20 Les Mamans, mag.</p>	<p><b>RMC</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>RETOUR À L'INSTINCT PRIMAIRE</b> 23.00 Retour à l'instinct primaire XL, doc.</p>	<p><b>RMC</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>FLIC STORY</b> Documentaire 22.40 100 jours avec la police des Ardennes</p>	<p><b>red</b></p> <p>21.05</p>  <p><b>SOUS LES JUPONS DE L'HISTOIRE</b> 22.05 Sous les jupons de l'Histoire</p>

Biscuiterie sucrée et salée,  
produits des terroirs,  
compositions personnalisées,  
produits bio sans gluten  
& sans lactose



Cet été  
Croquez la  
*vie*   
à pleines dents 



64 rue Droite, 11100 Narbonne  
Du lundi au samedi | 09h30 - 18h30

*Je découvre!*





**URBAN  
CULTURE**



## L'HISTOIRE DE LA FÊTE DES PÈRES

### DES ORIGINES RELIGIEUSES

L'idée d'une fête dédiée aux pères trouve ses racines dans la tradition catholique. Dès le Moyen Âge, le 19 mars était consacré à la Saint-Joseph, père nourricier de Jésus. Cette date était l'occasion de célébrer la paternité et le rôle des pères dans la famille.

Cependant, il s'agissait d'une fête religieuse et non d'une célébration laïque comme on la connaît aujourd'hui. Il faudra attendre le début du XXe siècle pour que l'idée d'une fête des pères moderne prenne forme.

### LA NAISSANCE D'UNE FÊTE MODERNE AUX ÉTATS-UNIS

C'est aux États-Unis que la fête des pères telle que nous la connaissons est née. En 1909, Sonora Smart Dodd, une Américaine du Washington, a proposé l'instauration d'une journée pour rendre hommage à son père, William Jackson Smart.

Son père, un vétéran de la guerre de Sécession, avait élevé seul ses six enfants après le décès de son épouse. Sonora a été marquée par son courage, son dévouement et son amour inconditionnel.

Le 19 juin 1910, la première fête des pères a été célébrée à Spokane, dans l'État de Washington. L'idée a rapidement gagné en popularité et s'est répandue dans tout le pays. En 1956, le président Dwight D. Eisenhower a officialisé la fête des pères en la déclarant fête nationale.

**HAPPY**  
*Father's Day*

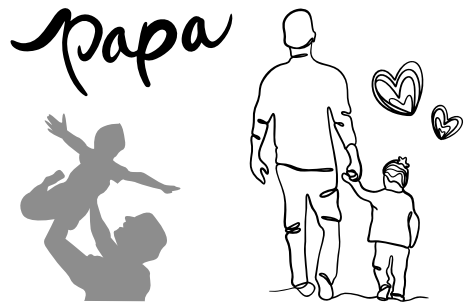
### EN FRANCE ET DANS LE MONDE

En France, la fête des pères a été officialisée en 1952 par le décret du 24 juin. La date choisie, le troisième dimanche de juin, correspondait à la date de la fête des pères aux États-Unis.

Aujourd'hui, la fête des pères est célébrée dans plus de 120 pays à travers le monde. Chaque pays a sa propre date et ses propres traditions, mais l'idée fondamentale reste la même : rendre hommage aux pères et célébrer leur rôle essentiel dans la famille et la société.

### UNE FÊTE EN CONSTANTE ÉVOLUTION

Au fil des années, la fête des pères a évolué pour devenir une occasion de célébrer non seulement les pères biologiques, mais aussi les figures paternelles plus larges, comme les beaux-pères, les grands-pères, les parrains et les mentors.



### CONCLUSION

La fête des pères est une fête riche en histoire et en traditions. C'est un moment pour exprimer son amour et sa gratitude à tous les hommes qui jouent un rôle important dans notre vie.

Que vous la fêtiez avec un grand repas en famille, un cadeau attentionné ou simplement un moment de complicité, n'oubliez pas de dire à votre père combien vous l'aimez et l'appréciez.



# NOUVELLE SWIFT HYBRID

## PLACE À L'EXALTATION



### JOURNÉES PORTES OUVERTES

### LES 15 ET 16 JUIN\*

À PARTIR DE

**199€** /MOIS<sup>(1)</sup>

ENTRETIEN INCLUS<sup>(a)</sup>

LLD 37 mois - 1<sup>er</sup> loyer 4 000 €

Plus sophistiquée et intelligente que jamais, la nouvelle Suzuki Swift Hybrid va encore plus loin avec un design iconique toujours aussi expressif. En 2 ou 4 roues motrices, en boîte manuelle ou automatique, laissez-vous séduire par ses prouesses et la promesse d'une expérience de conduite inégalée pour exalter votre quotidien.

**A** 99 gCO<sub>2</sub>/km



Consommations mixtes gamme Suzuki Swift (WLTP) : 4,4 à 4,9 l/100 km.

(1) Location Longue Durée pour 37 mois et 30 000 kilomètres pour une nouvelle Suzuki Swift 1.2 Hybrid Avantage, 1<sup>er</sup> loyer de 4 000€, puis 36 loyers de 199€. Offre réservée aux particuliers, valable du 02/04/2024 au 30/06/2024 inclus. Sous réserve d'acceptation de votre dossier par Aval Service Lease - SA au capital de 66 412 800 € - Immatriculée sous le n°352 256 424 RCS Paris. Siège social : 1, bd Haussmann - 75009 Paris - Identifiant CE FR 68352256424 - ORIAS n° 07 022 411. Modèle présenté:

Nouvelle Swift 1.2 Hybrid Pack hors option peinture métallisée, aux mêmes conditions puis 36 loyers de **235€/mois**.

(a) Les loyers comprennent les services associés suivants (en option et dans les limites et conditions prévues aux contrats de LLD et d'Assurance) : Entretien inclus - Assistance + : 24h/24, 7j/7 au véhicule et aux passagers - Assurance Perte Financière, souscrite auprès de Greenval Insurance DAC, compagnie d'assurance de droit irlandais, enregistrée sur le numéro 432789, siège social : Trinity Point, 10-11 Leinster Street South, Dublin 2, Irlande (info@greenval-assurance.ie), supervisée par la Banque Centrale en Irlande. Le détail du contenu des services associés est disponible auprès de Aval Service Lease. \*Ouverture selon arrêté préfectoral.

Garantie constructeur 3 ans ou 100 000 km au 1<sup>er</sup> terme échu.

Au quotidien, prenez les transports en commun. #SeDéplacerMoinsPolluer



**LE SAVIEZ-VOUS ?**

**IL FAUT DÉBROUSSAILLER**

**AVANT CHAQUE ÉTÉ**

**DEVIS GRATUIT**

**05 59 70 57 35**

APPEL GRATUIT NON SURTAXÉ





**SI!**  
**SERVICES à**  
**LA PERSONNE**

factures d'entretien de jardin -50%\* de crédit d'impôt sur vos

**-50%**

\* Selon l'article 199 sexdecies du Code général des impôts, uniquement sur les prestations de services à la personne éligibles au crédit d'impôt.



# URBAN RECETTE *Sucrée*



## TARTE À LA RHUBARBE : UN CLASSIQUE DE SAISON

### INGRÉDIENTS

#### Pâte brisée:

- 250 g de farine
- 125 g de beurre froid
- 50 g de sucre glace
- 1 œuf
- 1 pincée de sel

#### Garniture:

- 600 g de rhubarbe
- 100 g de sucre en poudre
- 2 œufs
- 200 g de crème fraîche liquide
- 1 cuillère à soupe de Maïzena
- 1 sachet de sucre vanillé

### PRÉPARATION

#### 1. Pâte brisée:

- Dans un saladier, mélanger la farine, le sucre glace et le sel.
- Ajouter le beurre froid coupé en dés et sabler du bout des doigts jusqu'à obtenir une texture sableuse.
- Incorporer l'œuf et mélanger jusqu'à ce que la pâte se forme.
- Former une boule, filmer et laisser reposer au frais pendant 30 minutes.

#### 2. Garniture:

- Laver et couper la rhubarbe en tronçons de 2 cm.
- Dans un bol, mélanger le sucre en poudre, les œufs, la crème fraîche, la Maïzena et le sucre vanillé.
- Préchauffer le four à 180°C.

#### 3. Assemblage:

- Étaler la pâte brisée dans un moule à tarte beurré.
- Piquer le fond de tarte avec une fourchette.
- Répartir la rhubarbe sur la pâte.
- Verser l'appareil à crème sur la rhubarbe.

- 4. Cuisson:
- Enfourner pendant 30 à 40 minutes, jusqu'à ce que la pâte soit dorée et la crème prise.
- Laisser refroidir avant de déguster.

### CONSEILS

- Vous pouvez ajouter des amandes effilées ou des noix concassées sur la tarte avant de l'enfourner.
- Pour une tarte plus gourmande, vous pouvez remplacer la crème fraîche par de la crème fleurette.
- Si vous n'aimez pas la rhubarbe trop acide, vous pouvez saupoudrer les tronçons de sucre avant de les disposer sur la pâte.
- Vous pouvez également réaliser une tarte à la rhubarbe meringuée : il suffit de monter les blancs en neige avec du sucre et de les étaler sur la tarte avant de la remettre au four pour quelques minutes.

### Bon appétit!



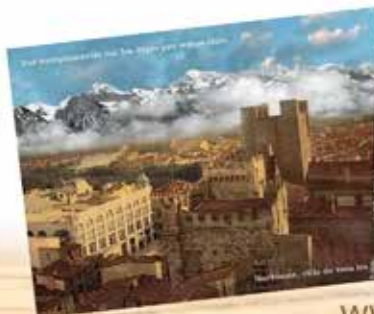
**La rhubarbe**, star du moment, n'est pas qu'un délice acidulé pour les papilles ! Riche en fibres, elle favorise le transit et la satiété. Source de vitamines C et K, d'antioxydants et de minéraux, elle booste le système immunitaire et l'équilibre du corps. On l'apprécie crue ou cuite, en tarte, compote, crumble... Un trésor de saison aux multiples vertus !



Les Halles  
de Narbonne  
MUSEUM

JUSQU'AU 23 JUIN 2024  
AUX HALLES DE NARBONNE  
C'EST L'EXPO XXL QUI FAIT

# PLONK & REPLONK



Les salles de La Palude, utilisées dans le monde entier pour leur rôle au commerce.

Salon  
du livre  
du GRAND NARBONNE

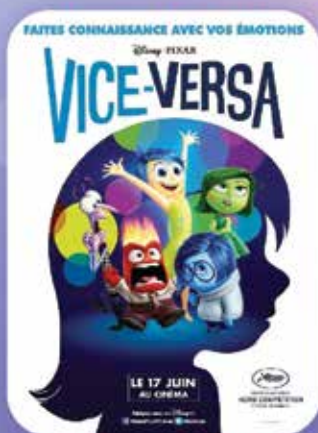
[www.narbonne.halles.fr](http://www.narbonne.halles.fr)

TF1	france.2	france.3	CANAL+	france.5	6
20.50 <b>FOOTBALL : SERBIE / ANGLETERRE</b> 22.55 Le mag de l'Euro, mag.	21.10 <b>LE TEST ★</b> Film 22.30 Beau Geste, mag.	21.10 <b>LES ENQUÊTES DE VERA</b> Série 22.40 Les enquêtes de Vera, série	21.00 <b>RUGBY : TOP 14</b> 23.20 Golf : US Open 2024	21.05 <b>LA FABRIQUE DU MENSONGE</b> Doc. 22.30 L'archipel des Français libres, doc.	21.10 <b>CAPITAL</b> Magazine 23.15 Enquête exclusive, mag.
arte	C8	W9	TMC	TFX	red
21.00 <b>LE BOUNTY ★</b> Film 23.10 Mel Gibson, doc.	21.10 <b>MARCHE À L'OMBRE ★</b> Film 22.35 Jeudi reportage, doc.	21.10 <b>FREE GUY ★</b> 40 Film 23.15 Évasion, doc.	21.15 <b>MEURTRES AU PARADIS</b> 10 Série 22.25 Meurtres au Paradis, série	21.05 <b>LE RETOUR DE LA MOMIE ★</b> Film 23.25 Chroniques criminelles, mag.	21.10 <b>BÉBÉ À BORD</b> Documentaire 23.10 Ce qui nous lie ★, film
LCP	4	CSTAR	LCI	TF1	
21.00 <b>REMMOB'INA</b> 23.00 Ces idées qui gouvernent le monde, mag.	21.00 <b>JOSEPHINE BAKER, LE MUSICAL</b> 22.35 Fatoumata Diawara - Carte Blanche, spec.	21.10 <b>AU CŒUR DE L'ENQUÊTE</b> 22.50 Au cœur de l'enquête, mag.	21.05 <b>TINY HOUSE NATION</b> 22.40 Tiny House Nation, doc.	20.00 <b>LE 20H DARIUS ROCHEBIN</b> 22.00 22H Darius Rochebin avec Alexia Mayer	21.00 <b>LE MARIAGE DE MON MEILLEUR AMI</b> 22.55 Coup de foudre 100% garanti, téléfilm
C NEWS	L'EQUIPE	6ter	RMC	RMC	
21.00 <b>EN QUÊTE D'ESPRIT</b> Magazine 22.00 Face à Michel Onfray, mag.	21.05 <b>COURSES DE CAISSES À SAVON</b> 22.55 L'Equipe du Soir, mag.	21.10 <b>ANGÉLIQUE, MARQUISE DES ANGÈS ★</b> Film 23.20 Kaamelott, série	21.10 <b>J'IRAI DORMIR CHEZ VOUS</b> 22.20 J'irai dormir chez vous, doc.	21.10 <b>FAITES ENTRER L'ACCUSÉ</b> 22.40 Faites entrer l'accusé, doc.	21.05 <b>LES PETITS MEURTRES D'AGATHA CHRISTIE</b> 23.00 Les petits meurtres d'Agatha Christie

TF1	france.2	france.3	CANAL+	france.5	6
20.50 <b>FOOTBALL : AUTRICHE / FRANCE</b> 22.55 Le mag de l'Euro, mag.	21.10 <b>CANDICE RENOIR</b> Série 23.00 Candice Renoir, série	21.10 <b>MA FAMILLE T'ADORE DÉJÀ</b> Film 22.40 La ligne bleue, doc.	21.10 <b>MARY &amp; GEORGE</b> 10 Série 22.55 Inoubliables, nos chers grands-parents	21.05 <b>ÉCUREUIL : LES TRIBULATIONS D'UNE FORESTIÈRE</b> 22.50 C ce soir, mag.	21.10 <b>LA VRAIE FAMILLE ★★</b> Film 22.55 Top Gun : Maverick, film
arte	C8	W9	TMC	TFX	red
20.55 <b>LE JARDIN DES FINZI-CONTINI</b> Film 22.30 À la recherche du jardin des Finzi-Contini	21.15 <b>COMMISSAIRE MAGELLAN</b> Série 23.00 Commissaire Magellan, série	21.10 <b>LES 40 ANS DU TOP 50</b> 22.00 Les 40 ans du top 50	21.25 <b>CHAMBOULTOUT ★</b> Film 23.20 Aline ★★, film	21.05 <b>APPELS D'URGENCE</b> 10 22.10 Appels d'urgence, mag.	21.10 <b>FAN DES ANNÉES 80'</b> Divertissement 22.00 Fan des années 80'
LCP	4	CSTAR	LCI	TF1	
20.35 <b>DEBATDOC - LES COULISSES DE L'HISTOIRE</b> 22.00 Sens Public, mag.	21.10 <b>NDZOZI, LES RÊVES DE ZILY</b> Documentaire 22.20 Saodaj, spectacle	21.10 <b>LES DUOS IMPOSSIBLES DE FERRARI</b> 23.05 Les duos impossibles de Ferrari	21.05 <b>LES PARCS D'ATTRACTIONS PRÉFÉRÉS DES FRANÇAIS</b>	20.00 <b>UN ŒIL SUR LE MONDE</b> Magazine 22.00 Brunet, Broussou-loux et compagnie	21.00 <b>LE GRAND BLOND AVEC UNE CHAUSSURE NOIRE</b> 22.45 Le retour du grand blond, film
C NEWS	L'EQUIPE	6ter	RMC	RMC	
21.00 <b>LE MEILLEUR DE L'INFO</b> Magazine 22.30 Soir info	21.05 <b>COURSES DE CAISSES À SAVON</b> 22.55 L'Equipe du Soir, mag.	21.10 <b>KAAMELOTT</b> Série 22.45 Kaamelott, série	21.10 <b>JARDINS XXL</b> Documentaire 22.15 Jardins XXL, doc.	21.10 <b>SOS GARAGE</b> Documentaire 22.55 Les reines de la mécanique, doc.	21.05 <b>CRIMES</b> 10 Magazine 22.45 Crimes, mag.

# CGR family

EN PARTENARIAT AVEC



EXCLUSIVITÉ



AVANT-PREMIÈRE

## CGR FAMILY

VICE-VERSA - DIMANCHE 16 JUIN

10h45
















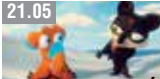








VICE-VERSA 2 - DIMANCHE 16 JUIN













10h30 & 13h30



# VICE-VERSA 1 & 2



<p><b>TF1</b></p> <p>20.50</p>  <p><b>FOOTBALL : PORTUGAL / RÉP. TCHÈQUE</b> Secret Story</p> <p><b>arte</b></p>	<p><b>france.2</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>LE DUPLEX</b> Pièce de théâtre 22.40 Fallait pas le dire ! théâtre</p> <p><b>C8</b></p>	<p><b>france.3</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>LA DOC ET LE VETO</b> Série 22.40 La doc et le veto, série</p> <p><b>W9</b></p>	<p><b>CANAL+</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>KING'S LAND</b> Film 23.15 Soudain seuls ★★, film</p> <p><b>TMC</b></p>	<p><b>france.5</b></p> <p>21.05</p>  <p><b>PAS DE CLIM POUR LE CLIMAT</b> Documentaire 22.50 C ce soir, mag.</p> <p><b>TFX</b></p>	<p><b>6</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>ZONE INTERDITE</b> 23.00 Football : Dans l'intimité des nouveaux Bleus</p> <p><b>M6</b></p>
<p>20.55</p>  <p><b>CASSE DU SIÈCLE AU LIBAN</b> Doc. 22.35 Nuits de noces, doc.</p> <p><b>LCP</b></p>	<p>21.15</p>  <p><b>UN MOMENT D'ÉGAREMENT</b> Film 23.10 Problemas ★, film</p> <p><b>4</b></p>	<p>21.10</p>  <p><b>FBI</b> Série 22.40 FBI, série</p> <p><b>C STAR</b></p>	<p>21.25</p>  <p><b>LE DIABLE S'HA-BILLE EN PRADA</b> 23.25 Qu'est-ce qu'on a encore fait au bon Dieu ?</p> <p><b>LCI</b></p>	<p>21.05</p>  <p><b>LE SUCCÈS DES VACANCES ALL INCLUSIVE</b> 22.55 Camping et camping-car...</p> <p><b>LCI</b></p>	<p>21.10</p>  <p><b>TOUS LES CHEMINS MÈNENT À ROME</b> 23.00 Le labyrinthe : le remède mor-</p> <p><b>TFF</b></p>
<p>20.35</p>  <p><b>DEBATDOC</b> Documentaire 22.00 Sens Public, mag.</p> <p><b>C NEWS</b></p>	<p>21.10</p>  <p><b>MYTHOLOGIES</b> Spectacle 22.40 Les enfants terribles, specta-</p> <p><b>L'EQUIPE</b></p>	<p>21.10</p>  <p><b>LE MEILLEUR FORGERON</b> 22.45 Le meilleur forgeron</p> <p><b>6ter</b></p>	<p>21.05</p>  <p><b>OUPS ! J'AI RATÉ L'ARCHE...</b> ★ Film 22.35 Animaux VIP : une bête de réno</p> <p><b>RMC</b></p>	<p>20.00</p>  <p><b>UN ŒIL SUR LE MONDE</b> Magazine 22.00 Brunet, Broussouloux et compagnie</p> <p><b>RMC</b></p>	<p>21.00</p>  <p><b>CAMPING PARADIS</b> Série 22.40 Camping Paradis, série</p> <p><b>TF1</b></p>
<p>21.00</p>  <p><b>LE MEILLEUR DE L'INFO</b> Magazine 22.30 Soir info</p> <p><b>C NEWS</b></p>	<p>21.05</p>  <p><b>COURSES DE CAISSES À SAVON</b> 22.55 L'Équipe du Soir, mag.</p> <p><b>L'EQUIPE</b></p>	<p>21.10</p>  <p><b>LA PLAGE</b> ★ Film 23.20 Baywatch : alerte à Malibu ★, film</p> <p><b>6ter</b></p>	<p>21.10</p>  <p><b>ALIEN THEORY</b> Documentaire 22.05 Alien Theory, doc.</p> <p><b>RMC</b></p>	<p>21.10</p>  <p><b>LES MORMONS : QUI SONT-ILS VRAIMENT ?</b> 22.20 Dans les secrets des francs-maçons</p> <p><b>RMC</b></p>	<p>21.05</p>  <p><b>SNAPPED : LES FEMMES TUEUSES</b> 22.00 Snapped : les femmes tueuses</p> <p><b>TF1</b></p>

<p><b>TF1</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>WILL TRENT</b> Série 22.50 Will Trent, série</p> <p><b>arte</b></p>	<p><b>france.2</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>CONTRE TOI</b> Série 22.50 Justice en France, doc.</p> <p><b>C8</b></p>	<p><b>france.3</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>MUSIQUES EN FÊTE 2024</b> 23.30 Culture dans votre région</p> <p><b>W9</b></p>	<p><b>CANAL+</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>LES RECLUS - UNE FAMILLE SOUTS EMPRISE</b> Doc. 22.40 Schock ★★, film</p> <p><b>TMC</b></p>	<p><b>france.5</b></p> <p>21.05</p>  <p><b>LES DOCS DE LA GRANDE LIBRAIRIE</b> 22.40 C ce soir, mag.</p> <p><b>TFX</b></p>	<p><b>6</b></p> <p>21.10</p>  <p><b>TOP CHEF</b> Jeu 23.35 La traversée, doc.</p> <p><b>M6</b></p>
<p>20.55</p>  <p><b>MY LADY</b> ★ Film 22.40 Simon &amp; Garfunkel, doc.</p> <p><b>LCP</b></p>	<p>21.15</p>  <p><b>MONGEVILLE</b> Série 23.00 Mongeville, série</p> <p><b>4</b></p>	<p>21.10</p>  <p><b>BOHEMIAN RHAPSODY</b> ★ Film 23.30 Freddie Mercury : The Great Pretender</p> <p><b>C STAR</b></p>	<p>21.25</p>  <p><b>DATING MODE D'EMPLOI</b> Doc. 23.00 Vous saurez tout sur le pénis, mag.</p> <p><b>LCI</b></p>	<p>21.05</p>  <p><b>BABY BOOM</b> Documentaire 22.40 Baby Boom, doc.</p> <p><b>LCI</b></p>	<p>21.10</p>  <p><b>LE TRANSPORTEUR - LA SÉRIE</b> Série 22.05 Le Transporteur - la série, série</p> <p><b>TF1</b></p>
<p>20.30</p>  <p><b>DEBATDOC</b> Documentaire 22.00 Sens Public, mag.</p> <p><b>C NEWS</b></p>	<p>21.10</p>  <p><b>THE ROLLING STONES - TOTALLY STRIPPED</b> Spectacle 22.40 Le doc stupéfiant</p> <p><b>L'EQUIPE</b></p>	<p>21.10</p>  <p><b>LES MUNICIPALUX (TROP C'EST TROP)</b> 23.05 Les municipaux, ces héros ★, film</p> <p><b>6ter</b></p>	<p>21.05</p>  <p><b>MALCOLM</b> Série 22.45 Malcolm, série</p> <p><b>RMC</b></p>	<p>20.00</p>  <p><b>UN ŒIL SUR LE MONDE</b> Magazine 22.00 Brunet, Broussouloux et compagnie</p> <p><b>RMC</b></p>	<p>21.00</p>  <p><b>LA BOUM 2</b> ★ Film 23.05 La boum ★, film</p> <p><b>TF1</b></p>
<p>21.00</p>  <p><b>LE MEILLEUR DE L'INFO</b> Magazine 22.30 Soir info</p> <p><b>C NEWS</b></p>	<p>21.05</p>  <p><b>LE STRATÈGE</b> ★★ Film 23.30 L'Équipe du Soir, mag.</p> <p><b>L'EQUIPE</b></p>	<p>21.10</p>  <p><b>LA VIE SECRÈTE DES SUPERMARCHÉS</b> 22.00 La vie secrète des supermarchés</p> <p><b>6ter</b></p>	<p>21.10</p>  <p><b>NAUSICAA, LE PLUS GRAND AQUARIUM</b> 22.20 Le pal : à cœur de zoo le plus insolite</p> <p><b>RMC</b></p>	<p>21.10</p>  <p><b>100 JOURS AVEC LES GENDARMES DU MEDOC</b> 22.30 Fic Story, doc.</p> <p><b>RMC</b></p>	<p>21.05</p>  <p><b>CASTLE</b> Série 22.45 Castle, série</p> <p><b>TF1</b></p>

# HOROSCOPE & JEUX

## MOTS CROISÉS

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
I										
II										
III										
IV										
V										
VI										
VII										
VIII										
IX										
X										

### HORIZONTALEMENT

I. Tels de petits os. II. Excitent la curiosité. III. Bien développée. Esclave spartiate. IV. Aller autrement. Futur. V. Signes graphiques. Règle. VI. Traverse Romans. Prénom. VII. Titane. Homme volant. VIII. Rivière du Congo. Syndicaliste français. IX. Arrose Béziers. Espace de loisir. X. Greffe. Butée d'un pont.

### VERTICALEMENT

A. Ressemblance. B. Incontinence. C. Couche de terrain. Apanage. D. Surface. Galère. E. Note. Palmier. F. Tête de projectile. Champion. G. Mille-pattes. Admis. H. Écrivain français. Conforme aux règles. I. Essence d'un être. Abricotier du Japon. J. Formule banale.

## QUIZ

1 - Qui est le père d'Ubik ?

- A. Philip K. Dick
- B. Isaac Asimov
- C. George Orwell
- D. Pierre Bordage

## 7 ERREURS



Pour voir les solutions



ou rendez-vous sur :  
<https://urbantv-narbonne.fr/jeu-2/>

## SUDOKU

DIFFICILE

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

MOYEN

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

## BINARY MOYEN

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

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

## L'HOROSCOPE

amour, travail, santé !

**BÉLIER** du 21 mars au 20 avril

**Travail-Argent :** la qualité de vos projets et l'excès de vos idées séduira tous les publics. **Ameur :** vous ferez tout pour maintenir une belle harmonie dans votre vie de couple. **Santé :** les plaisirs de la table occupent une grande partie de votre temps.

**TAUREAU** du 21 avril au 20 mai

**Travail-Argent :** jouez à fond la carte de la diplomatie et vous obtiendrez d'excellents résultats. **Ameur :** soyez plus souple si vous voulez éviter de virulentes scènes conjugales. **Santé :** le dos, votre point sensible, pourrait se rappeler à votre souvenir...

**GÉMEAUX** du 21 mai au 21 juin

**Travail-Argent :** vous devriez ressentir une nette amélioration de l'état de vos finances. **Ameur :** 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.

**CANCER** du 22 juin au 22 juillet

**Travail-Argent :** la période semble favorable aux projets professionnels de toutes natures. **Ameur :** vous réussirez à vous partager équitablement entre votre vie professionnelle et votre vie privée. **Santé :** bonne.

**LION** du 23 juillet au 22 août

**Travail-Argent :** vous envisagez de transformer votre façon de travailler ou vos tâches elles-mêmes. **Ameur :** l'étranger est à l'honneur dans votre vie relationnelle. **Santé :** attention aux amis respiratoires !

**VERGE** du 23 août au 22 sept.

**Travail-Argent :** votre apprentissage peut être un rendez-vous professionnel important. **Ameur :** ça change pour vous ! Tout ira pour le mieux dans le secteur des amours. **Santé :** et si vous faites une cure de vitamines ?

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

**Travail-Argent :** des hauts risquent d'être légitimes. **Ameur :** vous côtoyez des personnes lumineuses qui ne chercheront qu'à vous nuire. **Santé :** vous avez besoin d'explorer votre énergie.

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

**Travail-Argent :** votre horizon professionnel sera bien dépayé. **Ameur :** en couple, l'ambiance sera agréable. Vous garderez une certaine indépendance tout en étant un peu des projets communs. **Santé :** vous vous sentirez en forme.

**SAGITTAIRE** du 22 nov. au 20 déc.

**Travail-Argent :** un voyage, un déplacement personnel ou un déménagement pourrait être la clé. **Ameur :** vos relations conjugales deviendront plus intenses. **Santé :** vous aurez une endurance exceptionnelle. Profitez-en.

**CAPRICORNE** du 21 déc. au 19 janv.

**Travail-Argent :** soyez plus souple ou les hauts se multiplieront. Évitez les opérations financières risquées. **Ameur :** vos relations avec votre partenaire vous donnent entière satisfaction. **Santé :** ne laissez pas s'aggraver des petits problèmes de peau.

**VERSEAU** du 20 janv. au 18 fév.

**Travail-Argent :** prenez les choses comme elles viennent, ne faites pas une maladie de petits contrariétés. **Ameur :** vous traverserez une période de courtes. N'hésitez pas à faire le point sur vos attentes. **Santé :** la fatigue vous guette !

**POISSONS** du 19 fév. au 20 mars

**Travail-Argent :** vous sentez naître un désir de changement. Une idée qui peut être bénéfique. Attention à ne pas vous perdre dans un brouillard de liberté exorbitante. **Ameur :** vous avez l'esprit léger et vous ne pensez qu'à vous bien divertir. **Santé :** bonne résistance malgré la stress.

<b>TF1</b> 21.10  <b>LA TRÈS TRÈS GRANDE CLASSE</b> ★ 23.05 Bad Teacher ★, film <b>arte</b>	<b>france.2</b> 21.10  <b>ENVOYÉ SPECIAL</b> Magazine 23.10 Complément d'enquête, mag. <b>C8</b>	<b>france.3</b> 21.10  <b>TANDEM</b> Série 22.00 Tandem, série <b>W9</b>	<b>CANAL+</b> 21.10  <b>A GENTLEMAN IN MOSCOW</b> Série 22.35 Philippe Echaroux - Le monde en lumières <b>TMC</b>	<b>france.5</b> 21.05  <b>ANGKOR ET LES MYSTÈRES DE L'EMPIRE KHMER</b> 22.45 C ce soir, mag. <b>TFX</b>	<b>6</b> 20.50  <b>FOOTBALL : ESPAGNE / ITALIE</b> 23.00 100% Euro, mag. <b>neji</b>
20.55  <b>NONA ET SES FILLES</b> Série 22.50 Nona et ses filles, série <b>LCP</b>	21.15  <b>LA FOLIE DU CAMPING-CAR</b> Doc. 22.50 La folie du camping-car, doc. <b>4 X</b>	21.10  <b>LES 20 CHANSONS DE CELINE DION...</b> 22.55 Céline Dion : au cœur du stade <b>C STAR</b>	21.25  <b>ROBIN DES BOIS</b> ★ Film 23.50 90' Enquêtes, mag. <b>QUL</b>	21.05  <b>TATTOO COVER : SAUVEURS DE TATOUAGES</b> 22.10 Tattoo Cover <b>LCI</b>	21.10  <b>JADE ET JOY - LES SECRETS DES FILLES HALLYDAY</b> 22.50 Les secrets du paranormal, doc. <b>TF1</b>
20.35  <b>REMBOB'INA</b> Magazine 22.00 Sens Public, mag. <b>C NEWS</b>	21.10  <b>NEJ A L'ACCOR ARENA</b> Spectacle 23.10 Basique, le concert, spectacle <b>L'EQUIPE</b>	21.10  <b>AU CŒUR DE L'ENQUÊTE</b> 22.55 Au cœur de l'enquête, mag. <b>6ter</b>	21.05  <b>LE GRAND BÉTISIER DES ANIMAUX</b> 23.35 Le grand bêtisier des animaux <b>RMC</b>	20.00  <b>UN ŒIL SUR LE MONDE</b> Magazine 22.00 Brunel, Broussouloux et compagnie <b>RMC</b>	21.00  <b>NEW YORK SECTION CRIMINELLE</b> 22.40 New York section criminelle, série <b>TF1</b>
21.00  <b>LE MEILLEUR DE L'INFO</b> Magazine 22.30 Soir info <b>C NEWS</b>	21.05  <b>COURSES DE CAISSES À SAVON</b> 22.55 L'Equipe du Soir, mag. <b>L'EQUIPE</b>	21.10  <b>VIVE LE CAMPING</b> Magazine 23.20 Vive le camping, mag. <b>6ter</b>	21.10  <b>INCIDENTS EN SÉRIE</b> 22.20 Les 10 catastrophes qui ont marqué la planète <b>RMC</b>	21.10  <b>LE PANTHÉON DE ROME</b> Doc. 22.15 La tour de Pise : l'inébranlable édifice, doc. <b>RMC</b>	21.05  <b>N'OUBLIE JAMAIS</b> ★ Film 23.20 Scandale ★, film <b>TF1</b>

<b>TF1</b> 21.10  <b>30 ANS D'ÉMISSIONS CULTES</b> 23.20 Les plus grands moments d'émotion de la télévision <b>arte</b>	<b>france.2</b> 21.10  <b>TROPICIQUES CRIMINELS</b> Série 22.05 Tropiques criminels, série <b>C8</b>	<b>france.3</b> 21.10  <b>JOHNNY HALLYDAY SYMPHONIQUE</b> 22.55 Un jour, un destin, mag. <b>W9</b>	<b>CANAL+</b> 20.15  <b>RUGBY : TOP 14</b> 22.30 Nouveau départ ★, film <b>TMC</b>	<b>france.5</b> 21.05  <b>PAROLES ET MUSIQUE</b> 22.55 Michel Foucault, le philosophe et le poisson rouge <b>TFX</b>	<b>6</b> 20.50  <b>FOOTBALL : FRANCE / PAYS-BAS</b> 23.00 100% Euro, mag. <b>neji</b>
20.55  <b>TOUTE LA VÉRITÉ</b> Téléfilm 22.25 Compromissions, téléfilm <b>LCP</b>	21.15  <b>LES COINS SECRETS DES NATURISTES</b> 22.50 Les nouveaux coins secrets des naturistes <b>4 X</b>	21.10  <b>ENQUÊTE D'ACTION</b> 23.00 Enquête d'action, mag. <b>C STAR</b>	21.25  <b>90' ENQUÊTES</b> Magazine 22.45 90' Enquêtes, mag. <b>QUL</b>	21.05  <b>MAMAN</b> ★ Film 22.45 Jumeaux, triplés, quadruplés : mais comment font les parents ?, mag. <b>LCI</b>	21.10  <b>FAIS PAS CI, FAIS PAS ÇA</b> Série 22.10 Fais pas ci, fais pas ça, série <b>TF1</b>
20.30  <b>ZED</b> Documentaire 22.00 1974, l'alternance Giscard, doc. <b>C NEWS</b>	21.10  <b>JINJER A L'OLYMPIA</b> Spectacle 21.55 Dropkick Murphys, spectacle <b>L'EQUIPE</b>	20.40  <b>JULIETTE ARMANET - BRÛLER LE FEU</b> 22.55 RFM Music Show, spectacle <b>6ter</b>	21.05  <b>LES AVENTURES DE TINTIN</b> Jeunesse 22.15 Les aventures de Tintin <b>RMC</b>	20.00  <b>LE 20H DARIUS ROCHEBIN</b> Magazine 22.00 22H Darius Rochebin avec Alexia Mayer <b>RMC</b>	21.00  <b>COUP DE Foudre A JAIPUR</b> Série 22.50 Coup de foudre en Andalousie <b>TF1</b>
21.00  <b>ÇA SE DISPUTE</b> Magazine 22.30 Soir info week-end <b>C NEWS</b>	21.05  <b>COURSES DE CAISSES À SAVON</b> 22.55 L'Equipe du Soir, mag. <b>L'EQUIPE</b>	21.10  <b>HAWAII 5-0</b> Série 22.50 Hawaii 5-0, série <b>6ter</b>	21.10  <b>LA FOLIE DU CAMPING-CAR</b> 22.30 La folie du camping-car <b>RMC</b>	20.55  <b>SEULS FACE À L'ALASKA</b> Doc. 22.45 Seuls face à l'Alaska, doc. <b>RMC</b>	21.05  <b>LA MORT EST DANS LE PRÉ</b> 23.00 Jusqu'à ce que la mort nous unisse <b>TF1</b>



VOTRE BOUFFEE D'ETE  
FRAICHEUR  
& DETENTE

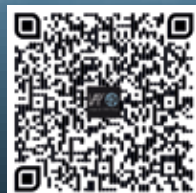
VAP'ART

Vape & CBD Shop

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

10 Bd Docteur Lacroix - Narbonne

04 68 70 91 05



# JEUX DE L'ÉTÉ

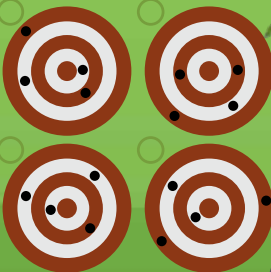


## Cherche et trouve !

- Dans toute la page,
- Combien de châteaux de sable trouves-tu ? \_\_\_
  - -Combien de glacières trouves-tu ? \_\_\_
  - Combien de bouées trouves-tu ? \_\_\_



Sur quelle cible la joueuse a-t-elle obtenu le + de points en lançant ses flèches ?



Cherche le chemin  
Aide COCO à retrouver  
à retrouver son nid ! !!

# ERREURS, NOMBRES & COLORIAGES

Compare ces deux dessins et trouvent les 7 éléments qui manquent dans celui du bas. Dessine les à la bonne place. :)



Compte combien il y a d'objets de chaque genre. Écris -le en dessous et colorie les éléments.



**URBAN  
CULTURE**  
*et loisirs*



# SORTIES

Jusqu'au  
**30/06/24**

**"DES MOTS AUX SIGNES"**  
Gilbert Corbières

€ Gratuit

🕒 Pour plus d'informations scannez le QR code

📍 La Place des Arts - 10 Place Voltaire - Narbonne



EN SAVOIR +

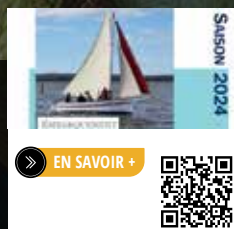
Jusqu'au  
**10/11/24**

**"BALADES SUR LA LAGUNE"**  
À bord du voilier traditionnel "Deux Frères"

€ Libre participation

🕒 Pour plus d'informations, scannez le QR code

📍 Port de la Nautique - Narbonne



EN SAVOIR +

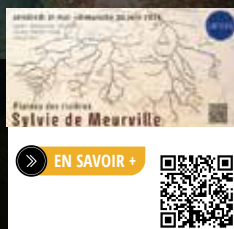
Jusqu'au  
**10/11/24**

**"EXPOSITION"**  
Sylvie de Meurville

€ Gratuit

🕒 Du jeudi au dimanche de 15h à 19h ou sur RDV

📍 Galerie d'Art LATUVU - BAGES



EN SAVOIR +

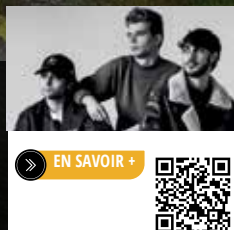
**20/06/24**

**"CONCERT"**  
Kollision Course

€ Gratuit

🕒 Le 20 juin 2024 à 21h

📍 Espace Dominique Baudis - Narbonne



EN SAVOIR +



# EXPO DENIS CARRIÈRE

**DU 11 JUIN AU 4 JUILLET**

**OSTAL OCCITAN NARBONÈS**

**31 RUE JEAN JAURÈS 11100 NARBONNE**

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

**RENCONTRE AVEC L'ARTISTE**

**MARDI 11 JUIN DE 16H À 19H**

# LE PSYCHO TEST

100 % vous



## Êtes-vous un(e) bon(ne) partenaire de shopping ?

### Résultats



#### **Vous avez une majorité de A :**

##### **Un peu trop franc(he)**

Aussi exigeant(e) envers vous-même qu'envers les autres, vous avez les *fashion faux pas* en horreur et n'en laissez d'ailleurs passer aucun. Vous savez bien qu'il vous arrive parfois de blesser votre entourage, mais, selon vous, toute chose à un prix, même l'honnêteté. Un conseil : vos propos assassins ne sont peut-être pas toujours très constructifs. Essayez donc de contrebalancer vos critiques par des points positifs.

#### **Vous avez une majorité de B :**

##### **L'objectivité avant tout**

Si Cristina Cordula avait un frère jumeau ou une sœur jumelle, ce serait vous : patient(e), attentif(ve), sincère... Vos amies peuvent toujours compter sur vous pour obtenir un avis constructif qui les aiguillera dans leurs choix. Et même si votre goût est excellent, vous savez mettre de côté vos préférences pour laisser chacune exprimer son propre style.

#### **Vous avez une majorité de C :**

##### **La gentillesse incarnée**

Conciliant(e), vous adorez faire plaisir et craignez par dessus tout de blesser ceux que vous aimez. Vous avez toujours un petit mot gentil pour tout le monde. Au fond de vous, vous savez bien que tout n'est pas toujours tout rose, mais vous préférez garder ça pour vous. Attention à ne pas tomber dans l'hypocrisie : même s'il faut la manipuler avec diplomatie, la franchise est une grande qualité.

*Lorsque vous faites les magasins avec vos amis, êtes-vous du genre à approuver tous leurs essayages, même si les tenues ne leur vont pas forcément ? Ou, au contraire, êtes-vous plutôt du genre à ne rien aimer et à le faire savoir, quitte à être blessant(e) ? Faites notre test pour savoir si vous êtes un(e) bon(ne) partenaire de shopping !*

**1/ Votre meilleure amie vient d'aller chercher sa robe de mariée, mais, lorsqu'elle l'essaie devant vous, c'est la cata : le modèle choisi ne la met pas du tout en valeur ! Que faites-vous ?**

**A.** Vous descendez son choix en lui faisant remarquer au passage qu'elle aurait vraiment mieux fait de vous inviter aux essayages

**B.** Vous lui dites ce que vous pensez tout en lui indiquant l'adresse d'un couturier qui fait des merveilles en retouche

**C.** Vous vous gardez de faire le moindre commentaire, l'important, c'est qu'elle se trouve belle !

**2/ Vous flashez sur la même paire de chaussures qu'un(e) de vos ami(e)s et il ne reste qu'un seul exemplaire...**

**A.** Vous prétendez que la paire ne vous plaît pas et lui trouvez tous les défauts du monde. Une fois que votre ami(e) n'en veut plus, vous retournez l'acheter en douce

**B.** Vous décidez de la partager : ce sera une semaine chez vous, une semaine chez lui/elle

**C.** Vous lâchez l'affaire. Après tout, il/elle l'a vue en premier

**3/ L'une de vos amies est très complexée par sa petite poitrine...**

**A.** Vous enfoncez le clou et lui proposez l'adresse d'un chirurgien esthétique

**B.** Vous lui dites qu'il faut apprendre à s'aimer comme on est

**C.** Vous la rassurez en lui disant que Natalie Portman aussi a de petits seins, ce qui ne l'a pas empêchée de devenir l'égérie de Dior

**4/ Pour vous, les journées soldes, c'est...**

**A.** Une vraie compétition : sans foi ni loi, vous seriez prête à mordre pour décrocher une bonne affaire

**B.** Une occasion de passer un bon moment entre ami(e)s et de dénicher des petites perles au passage

**C.** Une corvée, vous n'y allez que pour faire plaisir à votre conjoint(e)

**5/ Dans une boutique, une cliente vous demande conseil sur la couleur d'un manteau...**

**A.** Vous insistez pour lui faire prendre le violet, votre couleur préférée, même si elle ne lui va pas

**B.** Vous lui conseillez le rouge, c'est la couleur qui ira le mieux avec son teint

**C.** Vous lui conseillez le noir, c'est simple et ça va avec tout





Découvrez, économisez...partagez !

**CULTURE & PATRIMOINE**  
**HÔTELS & RESTAURANTS**  
**ACTIVITÉS INDOOR/OUTDOOR**

LE CHÉQUIER DES BONNES AFFAIRES DE  
*la Côte du Midi*



LES VENTES SONT  
OUVERTES!

↘  
SORTEZPLUS.FR



# CROIX SUD AUTOMOBILES

JOURNÉES  
D'ADTEC  
OUVERTES  
FURIES

15 & 16  
JUIN

1<sup>ER</sup> 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**