

CUISINES
AVIVA
EN PAGES CENTRALES

URBAN & SORTIES

TV

GRATUIT

Magazine TV et Sorties du Narbonnais.

**PRIX EN
BAISSE***



AVIVA
cuisines



* Voir conditions en magasin

SHOWROOM

Rue Blaise Pascal Z-I La Coupe - 11100 NARBONNE

04 48 16 08 14

www.cuisines-aviva.com

NOUVEAU LOTISSEMENT : CENTRE VILLE NARBONNE

VILLAS T3 - T4 - T5 HORS COPROPRIÉTÉ



- 🏠 Plan personnalisé (étage ou PP)
- 🏠 Quartier ANATOLE FRANCE
- 🏠 À 200m du canal du Midi
- 🏠 Secteur des 3 ponts



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



SCAN ME

Plus d'infos sur notre site ou contactez notre
conseiller commercial :

Nicolas Poursin - 06 86 38 59 97





**URBAN
SHOWS**



«**SORTIES**»

13/11/24
19H00



JOHAN MARTIN
"LE TENTALISTE"
La Table du Casino - Ginestas

13/11/24
15H30

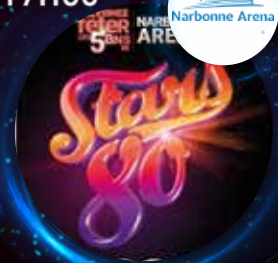


théâtre
+ cinéma



CIE JUSCOMAMA
"LES PETITES GÉOMÉTRIES" (DÈS 3 ANS)
théâtre + cinéma - Narbonne

03/11/24
17H00



STARS 80
"ENCORE"
Arena - Narbonne

15/11/24
20H30



AURÉLIA DECKER
"FEMME TOI-MÊME"
OKBARET - Léo Lagrange - Narbonne

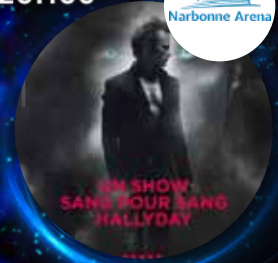
15/11/24
20H00

théâtre
+ cinéma



AGENCE DE VOYAGES IMAGINAIRES
"DON JUAN, UN CŒUR À AIMER LA TERRE ENTIÈRE"
théâtre + cinéma - Narbonne

26/11/24
20H00



DAVID HALLIDAY
"REQUIEM POUR UN FOU"
Arena - Narbonne



Movember : Quand la moustache devient un symbole de santé masculine

QU'EST-CE QUE MOVEMBER ?

Movember est un mouvement mondial né en Australie en 2003. Son nom est une contraction des mots "Moustache" et "November" (novembre en anglais). Tout a commencé comme un simple défi entre amis pour ramener la moustache au goût du jour, mais cela a rapidement évolué pour devenir une campagne de sensibilisation à des problèmes de santé spécifiques aux hommes. Le concept est simple : les hommes (appelés Mo Bros) laissent pousser leur moustache tout au long du mois de novembre pour attirer l'attention sur ces enjeux, tandis que les femmes (Mo Sistas) soutiennent et encouragent la cause à travers des dons, des événements ou la diffusion du message. Mais pourquoi la moustache ? Ce symbole inattendu est un déclencheur de conversations. Un homme arborant une moustache visible incite naturellement à la question : "Pourquoi cette moustache ?" Et c'est là que le message passe : pour la santé masculine.

LES CAUSES DÉFENDUES PAR MOVEMBER

Movember ne se contente pas de faire pousser des moustaches, il cible des problématiques bien précises qui affectent la santé des hommes.

- Le cancer de la prostate

C'est l'un des cancers les plus courants chez les hommes.

Movember met un point d'honneur à sensibiliser sur l'importance du dépistage précoce. Trop d'hommes ignorent encore les signaux d'alerte ou retardent le dépistage par gêne ou par manque d'information. L'un des objectifs de la campagne est de briser ce silence et d'encourager les hommes à faire contrôler leur santé dès 50 ans (ou même avant si des antécédents familiaux existent).

- Le cancer des testicules

C'est un autre problème de santé masculine souvent entouré de tabous. Pourtant, détecté tôt, ce cancer est hautement guérissable. Movember vise à libérer la parole sur ce sujet, en encourageant notamment l'auto-examen régulier pour un diagnostic précoce.



- La santé mentale

Souvent négligée chez les hommes, la santé mentale est un autre pilier du mouvement. Movember s'efforce de lutter contre les stéréotypes autour de la "force masculine" et de l'idée qu'un homme ne devrait pas parler de ses émotions. Les statistiques sont alarmantes : les hommes sont trois fois plus susceptibles de se suicider que les femmes dans plusieurs pays. Encourager les hommes à chercher de l'aide et à parler de leurs difficultés est essentiel pour inverser cette tendance.

TOUT LE MONDE PEUT PARTICIPER

Movember ne se résume pas à la moustache. Il s'agit aussi de créer un espace où la communauté entière peut participer.

- Les Mo Bros et Mo Sistas : Si les hommes laissent pousser leur moustache pour faire passer le message, les Mo Sistas (les femmes) et tous les membres de la communauté peuvent s'engager autrement. Cela peut se faire par la création d'événements, de collectes de fonds, ou même tout simplement par la sensibilisation sur les réseaux sociaux. L'objectif est de faire en sorte que chacun puisse jouer un rôle, quelle que soit sa capacité à se laisser pousser la moustache !
- Les collectes de fonds et événements : Outre la sensibilisation, Movember encourage la collecte de fonds pour financer des recherches médicales, soutenir des programmes de santé mentale et des initiatives locales. Des événements comme des courses, des challenges sportifs ou des rencontres sont organisés à travers le monde pour réunir la communauté autour de ces causes.

Movember est bien plus qu'une simple mode. C'est un mouvement global qui vise à améliorer la santé et le bien-être des hommes tout en utilisant la moustache comme un déclencheur de conversation. Que vous soyez un Mo Bro ou une Mo Sista, chacun peut contribuer à sa manière. Ensemble, faisons de novembre un mois où l'on parle de la santé masculine sans tabous et avec bienveillance.



Novembre sous le signe des événements à Narbonne !

Chers lecteurs,

Ce mois de novembre promet d'être particulièrement animé à Narbonne, avec une diversité d'événements qui sauront captiver tous les publics !

Tout d'abord, Movenber débarque en force. Ce mouvement mondial invite les hommes à se laisser pousser la moustache tout en sensibilisant sur les maladies masculines, telles que le cancer de la prostate et des testicules. Une cause importante que nous soutenons avec enthousiasme. À vos moustaches, messieurs !

Dans un autre registre, le **Salon de l'Immobilier et de l'Habitat de Narbonne** aura lieu du 9 au 11 novembre 2024. Un incontournable pour ceux en quête de nouvelles opportunités immobilières ou de conseils pour optimiser leur intérieur. D'ailleurs, **SM Maisons** sera de la partie, avec un nouveau projet ambitieux : des villas T3, T4 et T5 situées au cœur même de Narbonne. Un projet résidentiel qui allie modernité et proximité avec le centre-ville, pour un confort de vie exceptionnel.

Les 16 et 17 novembre 2024, c'est le **Salon de l'Agriculture du Grand Narbonne** qui prendra place. Une première édition qui promet de mettre en lumière les richesses de notre terroir local et le dynamisme des acteurs agriculteurs, viticulteurs et artisans de la région. Une belle occasion de découvrir ou redécouvrir les trésors de notre patrimoine rural.

Mais novembre, c'est aussi une invitation à voyager. **La Réserve Africaine de Sigean** illumine cette fin d'année avec l'événement Les Lumières d'Afrique, du

1^{er} novembre 2024 au 19 janvier 2025. Une féerie de lumières qui plonge petits et grands dans une ambiance magique, célébrant la beauté et la biodiversité du continent africain.

Les amateurs de jeux de société auront également leur rendez-vous avec la toute première édition du festival **Narbonne en Jeux**, qui se tiendra le 9 novembre 2024. Joueur occasionnel ou passionné de longue date, ce festival vous offrira une journée placée sous le signe de la convivialité et du partage.

À noter également, la **Journée mondiale du jeu vidéo**, célébrée le 22 novembre 2024. Gamer chevronné ou simple curieux, c'est le moment de plonger dans cet univers fascinant qui ne cesse de grandir et d'innover.

Enfin, pour ceux qui rêvent d'une nouvelle cuisine, **Aviva Narbonne** propose des prix en baisse et des cuisines modulables adaptées à tous les budgets. Que vous souhaitiez moderniser votre intérieur ou simplement apporter une touche de fraîcheur à votre espace de vie, Aviva est là pour vous accompagner dans votre projet, sans compromis sur la qualité.

En bref, ce mois de novembre s'annonce trépidant ! Que vous soyez attirés par l'agriculture, l'immobilier, la gastronomie ou les jeux de société, Narbonne et ses alentours vous réservent de belles surprises. Alors, plongez dans cette effervescence, et laissez-vous porter par l'énergie de notre belle région.

Bonne lecture et surtout, bon mois de novembre à tous !
L'équipe Urban TV Narbonne

Isabelle PARSY

la BELLE MÈRE

Toute Xavier CHAFAÏ Mise en scène François BOURCIER

Isabelle PARSY
« La belle mère »

Theatre de la Poste
En tournée

Le 8 novembre 2024
OKBARET - Espace Léo Lagrange - Narbonne

Spectacle à **20h30**

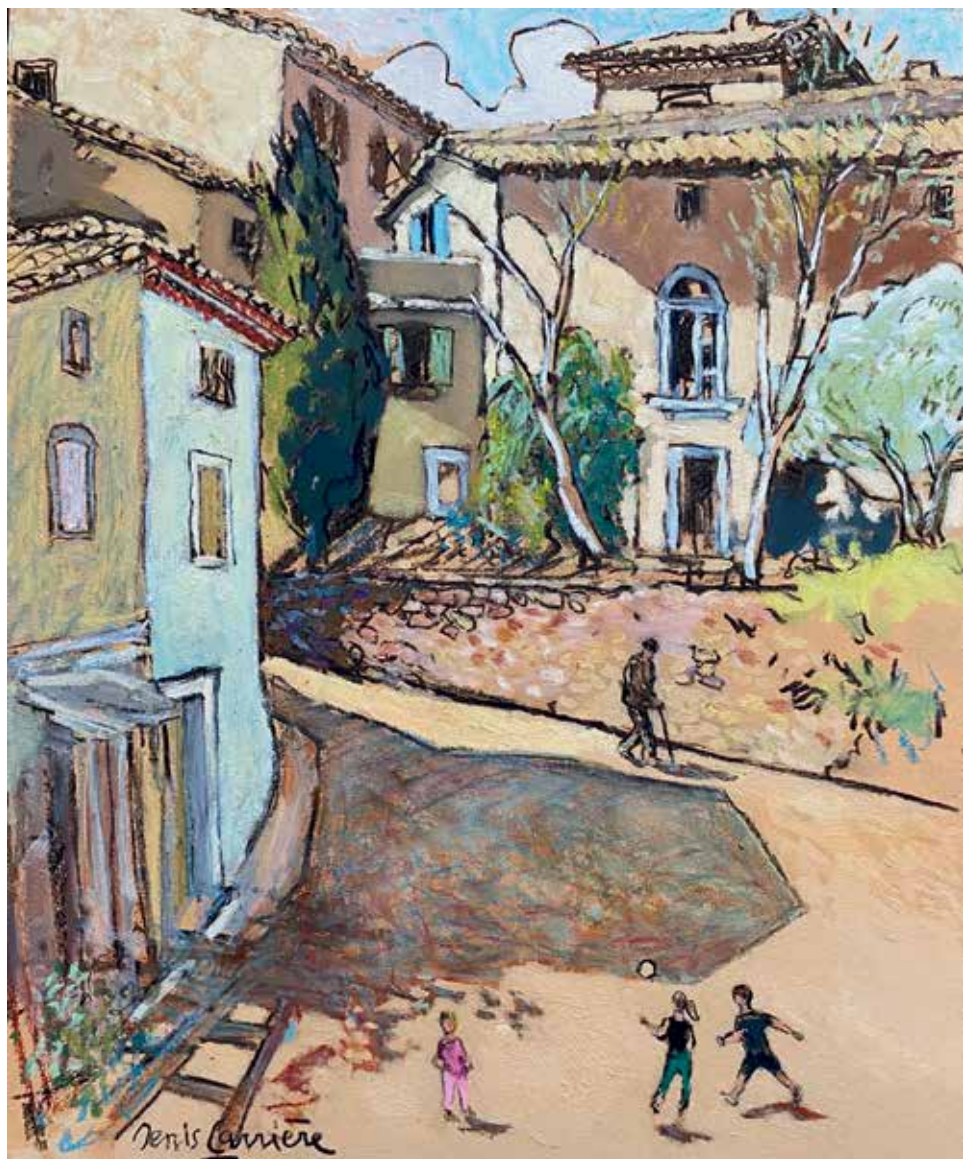
Programmation et réservation sur : www.theatredelaposte.fr
Une info, un conseil : **06 47 71 25 66**

<p>TF1</p> <p>21.10</p> <p>STAR ACADEMY Divertissement 23.30 Star Academy, div.</p> <p>arte</p> <p>20.50</p> <p>DANS LES BOTTES DE LUCKY LUKE 22.40 Dans les bottes de Lucky Luke</p> <p>LCP</p> <p>21.00</p> <p>AMERICA FIRST, LE BILAN Doc. 22.30 America first, le bilan, doc.</p> <p>C NEWS</p> <p>21.00</p> <p>FACE A MICHEL ONFRAY Magazine 22.00 100 % politique week-end</p>	<p>france.2</p> <p>21.10</p> <p>N'OUBLIEZ PAS LES PAROLES Divertissement 23.15 Quelle époque !</p> <p>C8</p> <p>21.20</p> <p>100 JOURS AVEC LES GENDARMES DES AUTOROUTES DE SEINE-ET-MARNE</p> <p>LCP</p> <p>21.00</p> <p>LADY BIRD ★★ Film 22.30 Cannes : Palmes, scandales & tapis rouge, doc.</p> <p>L'EQUIPE</p> <p>20.30</p> <p>CHAMP. DU MONDE DE SUPERCROSS 22.35 MMA : UFC Classiques, sport</p>	<p>france.3</p> <p>21.05</p> <p>BRIGADE DU FLEUVE Téléfilm 22.40 Meurtres à La Rochelle, téléfilm</p> <p>W9</p> <p>21.10</p> <p>LA PETITE HISTOIRE DE FRANCE 23.00 La petite histoire de France, série</p> <p>C STAR</p> <p>21.10</p> <p>GHOST HUNTERS 10 Documentaire 23.00 Ghost Hunters, doc.</p> <p>6ter</p> <p>21.10</p> <p>LA CHECKLIST DE NOËL Téléfilm 22.50 Une histoire d'amour à Noël</p>	<p>CANAL+</p> <p>21.00</p> <p>LA ROCHELLE / STADE FRANÇAIS 23.20 Canal Sports Club Superpersonique</p> <p>TMC</p> <p>21.15</p> <p>COLUMBO Série 23.05 90' Enquêtes, mag.</p> <p>LCI</p> <p>21.05</p> <p>L'ÉCOLE DES LICORNES 22.40 Le meilleur des What The fun games</p> <p>RMC</p> <p>21.10</p> <p>RETOUR À L'INSTINCT PRIMAIRE 23.05 Retour à l'instinct primaire</p>	<p>france.5</p> <p>21.05</p> <p>ECHAPPÉES BELLES Magazine 22.30 Echappées belles, mag.</p> <p>TFX</p> <p>21.05</p> <p>CHRONIQUES CRIMINELLES 10 22.55 Chroniques criminelles, mag.</p> <p>LCI</p> <p>21.00</p> <p>UN ŒIL SUR LE MONDE 22.00 22H Nivat - Cérin, mag.</p> <p>RMC</p> <p>21.10</p> <p>AUSTRALIE, LA RUÉE VERS L'OR 22.10 Australie, la ruée vers l'or, doc.</p>	<p>6</p> <p>21.10</p> <p>CODE QUANTUM Série 22.45 Code Quantum, série</p> <p>M6</p> <p>21.10</p> <p>YOUNG Sheldon Série 22.20 Young Sheldon, série</p> <p>TF1</p> <p>21.00</p> <p>JOSEPHINE, ANGE GARDIEN Série 23.00 Josephine, ange gardien, série</p> <p>6ter</p> <p>21.05</p> <p>CANDICE RENOIR Série 22.15 Candice Renoir, série</p>
--	--	--	--	--	---

<p>TF1</p> <p>21.10</p> <p>DOCTOR STRANGE IN THE MULTIVERSE OF MADNESS 23.30 Kingsman : services secrets, film</p> <p>arte</p> <p>21.00</p> <p>LA POURSUITE INFERNALE Film 22.35 Henry Fonda, doc.</p> <p>LCP</p> <p>21.00</p> <p>REMBOB'INA Magazine 22.35 Rembob'ina, mag.</p> <p>C NEWS</p> <p>21.00</p> <p>EN QUÊTE D'ESPÉRIT Magazine 22.00 100 % politique week-end</p>	<p>france.2</p> <p>21.10</p> <p>NOVEMBRE ★★ Film 22.55 Beau Geste, mag.</p> <p>C8</p> <p>21.20</p> <p>MONGEVILLE Série 23.05 Mongeville, série</p> <p>LCP</p> <p>21.00</p> <p>TANT QU'IL Y A DE L'AMOUR Théâtre 22.40 Atelier Figaro, spectacle</p> <p>L'EQUIPE</p> <p>20.50</p> <p>FLÉCHETTES : PREMIER LEAGUE 2024 22.40 L'Équipe du Soir</p>	<p>france.3</p> <p>21.05</p> <p>LES ENQUÊTES DE DAN SOMMERDAHL 22.35 Les enquêtes de Dan Sommerdahl</p> <p>W9</p> <p>21.10</p> <p>LE TRÉSOR DU PETIT NICOLAS Film 23.05 Les vacances du petit Nicolas, film</p> <p>C STAR</p> <p>21.10</p> <p>CHICAGO FIRE 10 Série 22.45 Chicago Fire, série</p> <p>6ter</p> <p>21.10</p> <p>CODE MERCURY ★ Film 23.10 Sans Issue, film</p>	<p>CANAL+</p> <p>21.05</p> <p>RUGBY : BAYONNE / TOULOUSE 23.20 Canal Sports Club Superpersonique</p> <p>TMC</p> <p>21.15</p> <p>NEW YORK, UNITÉ SPECIALE 10 Série 22.50 New York, unité spéciale, série</p> <p>LCI</p> <p>21.05</p> <p>TINY HOUSE NATION Doc. 22.45 Tiny House Nation, doc.</p> <p>RMC</p> <p>21.10</p> <p>HABITATIONS EN PÉRIL Documentaire 23.05 Flic Story, doc.</p>	<p>france.5</p> <p>21.05</p> <p>LA FABRIQUE DU MENSONGE Doc. 22.50 Malcolm X, la justice quel qu'en soit le prix, doc.</p> <p>TFX</p> <p>21.05</p> <p>TAIS-TOI ! ★ Film 22.50 Stars 80, la suite ★, film</p> <p>LCI</p> <p>21.00</p> <p>UN ŒIL SUR LE MONDE Magazine 22.00 22H Rochebin, mag.</p>	<p>6</p> <p>21.10</p> <p>CAPITAL Magazine 23.15 Enquête exclusive, mag.</p> <p>M6</p> <p>21.10</p> <p>LA PDG DE NOËL Téléfilm 22.50 Les sept jours de Noël, téléfilm</p> <p>TF1</p> <p>21.00</p> <p>FRANÇOIS DAMIENS FRANÇOIS DAMIENS : 20 ANS DE CAMÉRAS CACHÉES</p> <p>6ter</p> <p>21.05</p> <p>LES PETITS MEURTRES D'AGATHA CHRISTIE 22.55 Les petits meurtres d'Agatha Christie</p>
---	---	--	---	---	---

TREILLES 11510

Maison Villageoise | 28 octobre - 8 décembre 2024



























DENIS CARRIÈRE

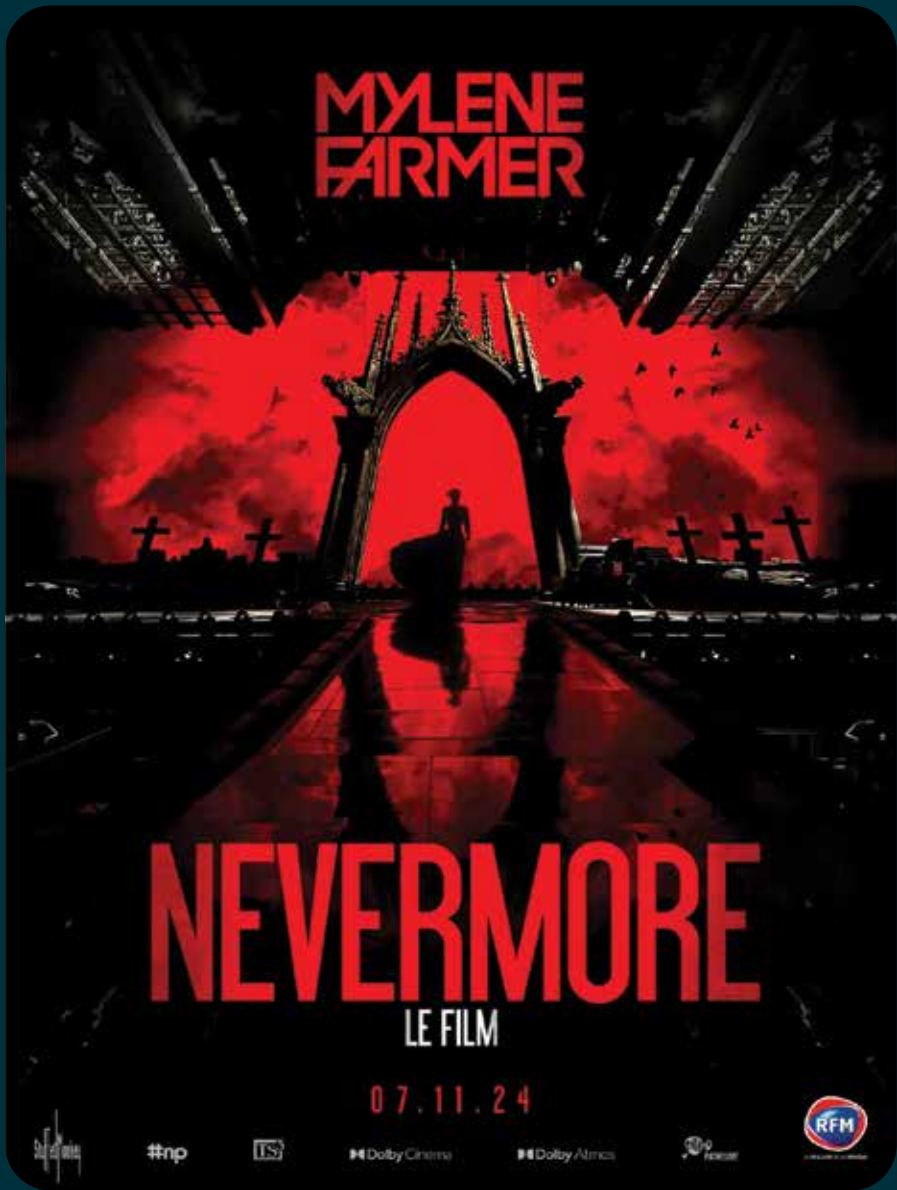
Vernissage le 25 octobre à 18h | Exposition visible **tous les jours.**

Du lundi au jeudi 09h-12h & 17h-19h | vendredi 09h-12h & 17h-21h | samedi et dimanche 9h-12h30

Contacts & renseignements : autourdelart11@gmail.com | 06 50 22 01 92

TF1	france-2	france-3	CANAL+	france-5	6
21.10  LE DARON Série 23.15 New York, unité spéciale, série	21.05  SEUL Téléfilm 22.40 Infrarouge, doc.	21.05  QUANTUM OF SOLACE ★ 10 Film 23.00 La ligne bleue, doc.	21.00  40 Événement 22.40 Le Gro secret	21.05  SUR LE FRONT Documentaire 22.55 C ce soir, mag.	21.10  L'AMOUR EST DANS LE PRÉ Div. 23.00 L'amour vu du pré
20.55  VIVA MARIA ! ★ Film 22.50 La cité de la violence ★, film	21.20  COMMISSAIRE MAGELLAN Série 23.05 Commissaire Magellan, série	21.10  58 MINUTES POUR VIVRE ★ Film 23.20 Piège de cristal ★★, film	21.25  LA STORY KAMALA HARRIS 23.00 90' Enquêtes, mag.	21.05  APPELS D'URGENCE 23.20 Appels d'urgence, mag.	21.10  NAKED AND AFRAID : 21 JOURS POUR SURVIVRE
20.30  DÉBATDOC Documentaire 22.00 Sens Public, mag.	21.00  FRANGLISH Spectacle 22.10 Planète Rap, mag.	21.10  OPÉRATIONS SPÉCIALES Doc. 23.00 Opérations spéciales, doc.	21.05  NOËL AU CHALET Téléfilm 22.50 Un Noël plein d'étonnelles	20.00  FACE A DARIUS ROCHEBIN Magazine 22.00 22H Rochebin - Broussouloux	21.00  JE SUIS UNE LEGENDE ★ Film 22.50 Equalizer 2 ★, film
21.00  100 % POLITIQUE Magazine 22.30 100 % politique, mag.	21.15  WORLD CHASE TAG - LE JEU DU CHAT 23.00 L'Equipe du Soir, mag.	21.10  KAAMELOTT Série 22.40 Kaamelott, série	21.10  JEAN-JACQUES GOLDMAN, CONFIDENTIEL 22.10 Coluche, il aurait eu 80 ans...	21.10  WHEELER DEALERS France Doc. 22.35 Wheeler Dealers France, doc.	21.05  CRIMES Documentaire 22.45 Crimes, doc.

TF1	france-2	france-3	CANAL+	france-5	6
21.10  KOH-LANTA Jeu 23.40 Florence Foresti : Epilogue, spec.	21.00  ENVOYÉ SPECIAL Magazine 22.50 Donald Trump, Dieu et les siens, doc.	21.05  TOM & LOLA Série 22.50 Sophie Cross, série	21.00  LA ZONE D'INTERÊT ★★ Film 22.55 Clique, mag.	21.05  QUAND LE SOMMEIL EST D'OR Documentaire 22.55 C ce soir, mag.	21.10  MURDER CLUB 10 22.50 Disparitions : Victoire, la mort au bout du chemin, doc.
20.55  1939-1962 : LES DIVISIONS DU MONDE 22.45 1939-1962 : les divisions du monde	21.20  L'ALPAGEUR ★ Film 23.10 L'essentiel chez Labro, mag.	21.10  LES NOUVELLES AVENTURES D'ALADIN 23.00 Les Capone attendent un bébé !	21.25  LES REPORTAGES DE MARTIN WEILL 23.00 90' Enquêtes, mag.	21.05  MOI, MOCHE ET MÉCHANT ★ Film 22.55 Moi, moche et méchant ★, film	21.10  LE CHASSEUR ET LA REINE DES GLACES 23.25 Bloodline : le prix du sang, téléfilm
20.30  DÉBATDOC Documentaire 22.00 Sens Public, mag.	21.00  LA FLÛTE ENCHANTEE 23.45 Requiem de Mozart - Palau de la musica Catalana, spectacle	21.10  LES BEAUX GOSSES ★★ Film 22.50 Amélie au pays des Bodin's ★	21.05  ÇOMME DES BÊTES 2 ★ Film 22.50 Familles extraordinaires, mag.	20.00  FACE A DARIUS ROCHEBIN Magazine 22.00 22H Rochebin - Broussouloux	21.00  CAMPING PARADIS Série 22.50 Camping Paradis, série
21.00  100 % POLITIQUE Magazine 22.30 100 % politique, mag.	21.00  FUTSAL : FRANCE / MAROC 22.55 L'Equipe du Soir, mag.	21.10  LE MEILLEUR DU MARRAKECH DU RIRE 22.50 Le meilleur du Marrakech du rire	21.10  LA VIE SECRÈTE DES CHATS Doc. 22.15 La vie secrète des chats, doc.	21.10  VINTAGE MECANIC Documentaire 22.35 Vintage Mecanic, doc.	21.05  SNAPPED : MEURTRES AU SOLEIL 22.00 Snapped : meurtres au soleil



SÉANCE SPÉCIALE

JEUDI 7 NOVEMBRE

20h00



MYLÈNE FARMER
NEVERMORE
LE FILM



TF1	france.2	france.3	CANAL+	france.5	6
21.10 LES EXPERTS : LAS VEGAS Série 22.50 Les experts : Las Vegas, série	21.00 DANS L'OMBRE Série 22.45 Years & years, série	21.05 DES RACINES & DES AILES Magazine 23.05 La France en beau, doc.	21.00 FOOTBALL : PSG / ATLÉTICO MADRID 22.55 Canal Champions Club le briefing	21.05 LA GRANDE LIBRAIRIE Magazine 22.40 C ce soir, mag.	21.10 LA FRANCE A UN INCROYABLE TALENT 23.05 La France a un incroyable talent
21.00 1939-1962 : LES DIVISIONS DU MONDE 22.40 1939-1962 : les divisions du monde	21.20 97 MINUTES Téléfilm 23.05 Bandit, téléfilm	21.10 ENQUÊTES CRIMINELLES 23.10 Enquêtes criminelles, mag.	21.25 VENOM Film 23.35 90' Enquêtes, mag.	21.05 DÉTOX TA MAISON, 7 JOURS POUR TOUT RANGER 22.50 Détox ta maison	21.10 L'ANNÉE DU LOL 23.00 La grande muraille ★, film
20.35 DÉBATDOC Documentaire 22.00 Sens Public, mag.	21.00 ROLLING STONES - LICKED LIVE IN NYC 23.15 Yeah Yeah Yeahs, spectacle	21.10 AU CŒUR DE L'ENQUÊTE 22.55 Au cœur de l'enquête, mag.	21.05 NOËL EN ESCARPINS Téléfilm 22.55 Noël dans la prairie, téléfilm	20.00 FACE À DARIUS ROCHEBIN Magazine 22.00 22H Rochebin - Broussouloux	21.00 COUP DE Foudre SUR UN AIR DE NOËL 22.50 Coup de foudre à Noël, série
21.00 100 % POLITIQUE Magazine 22.30 100 % politique, mag.	21.10 HANDBALL : FRANCE / SUÈDE 22.55 L'Equipe du Soir, mag.	21.00 BOUTCHOU Film 22.25 Banzaï ★, film	21.10 GUERRE DES VOISINS : MA VIE EST UN ENFER 22.40 Guerre des voisins : ma vie est un enfer	21.10 FLIC STORY 22.35 100 jours avec la police de Normandie, doc.	21.05 CASTLE Série 22.45 Castle, série

TF1	france.2	france.3	CANAL+	france.5	6
21.10 MASTER CRIMES Série 23.10 Master crimes, série	21.00 LINDSAY, LA MÉCANIQUE DU HARCELEMENT Documentaire 23.10 Infrarouge, doc.	21.05 LES ONDES DU SOUVENIR Téléfilm 22.50 La France en vrai, doc.	21.00 FOOTBALL : HOFFENHEIM / LYON 22.55 Soir d'Europe le briefing, mag.	21.10 QUAND LA SEINE DEBORDERA Documentaire 22.45 C ce soir, mag.	21.10 LE MEILLEUR PÂTISSIER Jeu 23.20 Le meilleur pâtissier...
20.55 MEURTRES A SANDHAMN Série 22.25 East Side, série	21.20 Y'A QUE LA VÉRITÉ QUI COMPTE 23.15 Y'a que la vérité qui compte	21.10 AFTER - CHAPITRE 1 Film 23.10 Enquête d'action, mag.	21.25 RETOUR VERS LE FUTUR Film 23.35 Maison de retraite ★, film	21.05 CINQUANTE NUANCES DE GREY Film 23.15 Chroniques criminelles, mag.	21.10 FAN DES ANNÉES 80 Magazine 22.00 Fan des années 80, mag.
20.35 REMBOB'INA Magazine 22.00 Sens Public, mag.	21.00 LE CHANT DES OISEAUX 23.10 Planet par Sofiane Pamart, spectacle	21.10 KINGDOM OF HEAVEN Film 00.25 Au cœur de l'enquête, mag.	21.05 PAS DE PLAN POUR NOËL Téléfilm 22.50 La légende de Noël, téléfilm	20.00 FACE À DARIUS ROCHEBIN Magazine 22.00 22H Rochebin - Broussouloux	21.00 NEW YORK SECTION CRIMINELLE 22.45 New York section criminelle, série
21.00 100 % POLITIQUE Magazine 22.30 100 % politique, mag.	21.10 BASKET-BALL : FRANCE / ISRAËL 23.05 L'Equipe du Soir, mag.	21.10 TOUT SCHUSS Film 22.50 Kaamelott, série	21.10 100 JOURS AVEC LES SECOURS 22.50 100 jours avec les secours, doc.	21.10 DE CHARLIE HEBDO AU BATACLAN, LES DERNIERS SECRETS DES ATTENTATS	21.05 WILL HUNTING Film 23.25 Ma part du gâteau ★, film



URBAN VIDEOGAME



JOURNÉE MONDIALE DU JEU VIDÉO : UNE CÉLÉBRATION DE LA CULTURE NUMÉRIQUE

Le 23 novembre, les joueurs du monde entier se rassemblent pour célébrer la Journée Mondiale du Jeu Vidéo, une occasion de mettre en lumière un média qui ne cesse de croître en popularité et en influence. Des consoles rétro aux expériences immersives de la réalité virtuelle, les jeux vidéo ont profondément marqué notre société, en devenant à la fois une forme d'art, un moteur d'innovation technologique et un moyen d'interaction sociale.

UNE INDUSTRIE EN PLEIN ESSOR

Depuis les années 1970, où les premières consoles sont apparues, l'industrie du jeu vidéo n'a cessé de se réinventer. Aujourd'hui, elle pèse des milliards de dollars et touche une immense variété de publics, des plus jeunes aux adultes, amateurs de compétitions d'e-sport ou d'expériences narratives riches. Des franchises comme Call of Duty, Minecraft ou encore Zelda sont devenues emblématiques, et de nouveaux genres et formats continuent de repousser les limites du divertissement numérique.

Les jeux vidéo ne sont plus seulement un passe-temps. Ils constituent une industrie globale qui influence la culture, l'éducation, et même la technologie avec des innovations comme la réalité virtuelle et augmentée.

UNE CULTURE POPULAIRE À PART ENTIÈRE

La Journée Mondiale du Jeu Vidéo est aussi une reconnaissance de l'impact des jeux sur la culture populaire. Aujourd'hui, les références à des jeux vidéo sont partout, du cinéma aux séries télévisées en passant par la musique. Les festivals et événements de gaming, comme l'E3 ou la Gamescom, attirent des milliers de visiteurs chaque année et rivalisent avec les événements culturels traditionnels. Les jeux vidéo sont également une plateforme d'expression artistique, avec des récits immersifs et des graphismes de plus en plus impressionnants.

Des titres comme The Last of Us ou Red Dead Redemption 2 sont désormais considérés comme des œuvres artistiques, alliant des scénarios poignants à des graphismes époustoufflants et à des bandes sonores dignes des plus grandes productions cinématographiques.

DES INNOVATIONS TECHNOLOGIQUES MAJEURES

L'une des forces du jeu vidéo est son rôle de pionnier dans l'innovation technologique. Grâce à l'introduction des nouvelles consoles, de la réalité virtuelle et de l'intelligence artificielle, les jeux vidéo repoussent constamment les frontières du possible. La réalité virtuelle permet aux joueurs d'être totalement immergés dans des mondes fantastiques, tandis que l'e-sport est devenu une discipline compétitive à part entière, attirant des millions de spectateurs à travers le monde.

Les avancées en matière de réalité virtuelle et d'intelligence artificielle ont permis de transformer le jeu vidéo en une expérience encore plus immersive, où les joueurs peuvent interagir avec des mondes virtuels d'une manière totalement inédite.




L'IMPACT SOCIAL ET ÉDUCATIF DES JEUX VIDÉO























Au-delà du simple divertissement, les jeux vidéo ont aujourd'hui un impact significatif sur l'éducation et la société. De nombreux jeux éducatifs aident les jeunes à apprendre en s'amusant, tandis que d'autres favorisent la collaboration et le développement des compétences sociales. L'utilisation des jeux vidéo comme outil thérapeutique dans certains contextes (par exemple, pour aider à traiter l'anxiété ou la dépression) montre également la diversité de leurs usages.

Des études montrent que les jeux vidéo peuvent améliorer la créativité, la réflexion critique, et même renforcer des compétences telles que la coordination œil-main ou la prise de décision rapide.



La Journée Mondiale du Jeu Vidéo nous invite à célébrer une industrie qui ne cesse de croître et d'évoluer. Qu'il s'agisse de compétition, d'innovation technologique, ou d'expression artistique, les jeux vidéo continuent d'avoir un impact immense sur notre culture et notre quotidien. Que vous soyez un joueur passionné ou simplement curieux, cette journée est l'occasion de découvrir ou redécouvrir l'univers fascinant du gaming.

TF1	france-2	france-3	CANAL+	france-5	6
<p>21.10</p>  <p>STAR ACADEMY Divertissement 23.30 Star Academy, div.</p> <p>arte</p>	<p>21.05</p>  <p>ASTRID ET RAPHAËLLE Série 22.50 Génération Panama</p> <p>C8</p>	<p>21.05</p>  <p>LES GRANDS COMIQUES DU PETIT ÉCRAN 22.55 Le bêtisier fait son Show, doc.</p> <p>W9</p>	<p>21.00</p>  <p>GODZILLA X KONG : LE NOUVEL EMPIRE 23.00 S.O.S. Fantômes : la menace de glace</p> <p>TMC</p>	<p>21.05</p>  <p>LA GUERRE DES ROSE ★★ Film 23.00 Taylor Swift, la 1^{re} puissance américaine</p> <p>TFX</p>	<p>21.10</p>  <p>NICKY LARSON ET LE PARFUM DE CUPIDON ★ Film 22.50 Graines de star</p> <p>TF1</p>
<p>20.55</p>  <p>VOUS N'AUREZ PAS MA HAINE Film 22.30 Status Quo - Rockin' All Over the World</p> <p>LCP</p>	<p>21.20</p>  <p>THOMAS NGIJOL - L'ŒIL DU TIGRE 23.20 Olivier de Benoist - Le petit dernier</p> <p>4</p>	<p>21.10</p>  <p>ENQUÊTE D'ACTION 23.00 Enquête d'action, mag.</p> <p>CSTAR</p>	<p>21.25</p>  <p>90' ENQUÊTES Magazine 22.45 90' Enquêtes, mag.</p> <p>QUT</p>	<p>21.05</p>  <p>GHOSTS : FANTÔMES À LA MAISON 22.15 Ghosts : Fantômes à la maison, série</p> <p>LCI</p>	<p>21.10</p>  <p>LE SUPER BÉTISIER Div. 22.35 Le super bêtisier, div.</p> <p>TF1</p>
<p>21.00</p>  <p>MAMAN, J'AI ARRÊTÉ L'AVION ! 22.00 Asie-Pacifique : la nouvelle poudrière</p> <p>C NEWS</p>	<p>21.00</p>  <p>FÉCONDEE... ÉLODIE ARNOULD 22.35 Saype, doc.</p> <p>L'EQUIPE</p>	<p>21.15</p>  <p>ANIMAUX À ADOPTER Doc. 22.45 Animaux à adopter, doc.</p> <p>6ter</p>	<p>21.05</p>  <p>ASTÉRIX ET LES INDIENS ★ Film 22.45 Alf, série</p> <p>RMC STORY</p>	<p>21.00</p>  <p>UN ŒIL SUR LE MONDE Magazine 22.00 22H Nivat - Cérin, mag.</p> <p>LCI</p>	<p>21.00</p>  <p>COUP DE FOUEDRE Téléfilm 22.40 Au secours je suis dans un film de Noël</p> <p>TF1</p>
<p>21.00</p>  <p>ÇA SE DISPUTE Magazine 22.00 100 % politique, mag.</p> <p>C NEWS</p>	<p>21.00</p>  <p>BÛCHERONNAGE SPORTIF 23.25 L'Equipe du Soir, mag.</p> <p>L'EQUIPE</p>	<p>21.10</p>  <p>NCIS Série 22.50 NCIS, série</p> <p>6ter</p>	<p>21.10</p>  <p>JIM JONES : LE PASTEUR TYRANNANIQUE... 22.25 David Koresh : le gourou polygame</p> <p>RMC STORY</p>	<p>21.10</p>  <p>EMPIRE ROMAIN : DES ORIGINES À LA CHUTE 22.15 Le Colisée, une mégastructure romaine</p> <p>LCI</p>	<p>21.05</p>  <p>DE L'AUTRE CÔTÉ DU LIT ★ Film 22.55 Sahara ★, film</p> <p>TF1</p>

TF1	france-2	france-3	CANAL+	france-5	6
<p>21.00</p>  <p>RUGBY : FRANCE / JAPON 23.05 Vendredi, tout est permis avec Arthur</p> <p>arte</p>	<p>21.10</p>  <p>N'OUBLIEZ PAS LES PAROLES Divertissement 23.15 Quelle époque !</p> <p>C8</p>	<p>21.05</p>  <p>MEURTRES DANS LES GORGES DU VERDON 22.35 Meurtres sur la Côte Bleue</p> <p>W9</p>	<p>21.00</p>  <p>THE FALL GUY ★★ Film 23.10 Expendables 4, film</p> <p>TMC</p>	<p>21.00</p>  <p>ÉCHAPPÉES BELLES Magazine 22.30 Echappées belles, mag.</p> <p>TFX</p>	<p>21.10</p>  <p>CODE QUANTUM Série 22.45 Code Quantum, série</p> <p>TF1</p>
<p>20.50</p>  <p>LES 1001 LEGENDES DE L'ORIENT Doc. 22.25 Les métamorphoses des glaces polaires</p> <p>LCP</p>	<p>21.20</p>  <p>100 JOURS AVEC LES GENDARMES DES AUTOROUTES DE SEINE-ET-MARNE</p> <p>4</p>	<p>21.10</p>  <p>LA PETITE HISTOIRE DE FRANCE 23.00 La petite histoire de France, série</p> <p>CSTAR</p>	<p>21.15</p>  <p>LES RESTOS DU CŒUR 00.05 Les Restos du Cœur</p> <p>QUT</p>	<p>21.05</p>  <p>CHRONIQUES CRIMINELLES Doc. 22.50 Chroniques criminelles, mag.</p> <p>LCI</p>	<p>21.10</p>  <p>YOUNG SHELDON Série 23.30 Mon oncle Charlie, série</p> <p>TF1</p>
<p>21.00</p>  <p>IVG : HISTOIRE(S) DE COMBATTANTES Documentaire 22.30 L'adieu, téléfilm</p> <p>C NEWS</p>	<p>21.00</p>  <p>UN MONDE Film 22.35 François Truffaut, le scénario de ma vie, doc.</p> <p>L'EQUIPE</p>	<p>21.10</p>  <p>GHOST HUNTERS 22.00 Ghost Hunters, doc.</p> <p>6ter</p>	<p>21.05</p>  <p>CHICKEN RUN ★ Film 22.45 Le meilleur des What The fun games</p> <p>RMC STORY</p>	<p>20.00</p>  <p>FACE À MARGOT HADDAD Magazine 22.00 22H Nivat - Cérin, mag.</p> <p>LCI</p>	<p>21.05</p>  <p>JOSÉPHINE, ANGE GARDIEN Série 22.55 Joséphine, ange gardien, série</p> <p>TF1</p>
<p>21.00</p>  <p>FACE À MICHEL ONFRAY Magazine 22.00 100 % politique week-end</p> <p>C NEWS</p>	<p>21.00</p>  <p>BÛCHERONNAGE SPORTIF Sport 23.45 MMA : UFC Classics, sport</p> <p>L'EQUIPE</p>	<p>21.10</p>  <p>CHER NOËL Téléfilm 22.50 Noël à la télévision, téléfilm</p> <p>6ter</p>	<p>21.10</p>  <p>RETOUR À L'INSTINCT PRIMAIRE 23.10 Flic Story, doc.</p> <p>RMC STORY</p>	<p>21.10</p>  <p>AUSTRALIE, LA RUÉE VERS L'OR, doc.</p> <p>RMC</p>	<p>21.05</p>  <p>CANDICE RENOIR Série 22.15 Candice Renoir, série</p> <p>TF1</p>

16
17 | 11 | 24

1^{ER}

SALON DE L'AGRICULTURE DU GRAND NARBONNE

Venez soutenir et découvrir
les agriculteurs, viticulteurs
et artisans locaux.

PARC DES EXPOSITIONS
11 100 - NARBONNE



N
LE
Grand
NARBONNE
COMMUNAUTÉ D'AGGLOMÉRATION



**URBAN
EVENT**



LUMIÈRES D'AFRIQUE UN NOUVEAU MONDE S'OUVRE À VOUS !

Pour clôturer l'année de son 50e anniversaire, la Réserve Africaine de Sigean organise la 1ère édition du Festival Lumières d'Afrique !

Prolongez votre visite de la Réserve avec une balade féerique au cœur de l'Afrique.

À la tombée de la nuit, des centaines de lanternes illumineront les allées du parc à pied et vous immergeront dans la beauté de la faune et de la flore africaines.

Sur plus d'un kilomètre, traversez plusieurs scènes représentant les différents milieux africains et découvrez les animaux emblématiques qui y vivent. De la savane aux forêts équatoriales, en passant par les déserts arides et les côtes océaniques, laissez-vous emporter par la féerie des lumières et l'ambiance musicale qui accompagnera cette balade nocturne.

Le festival Lumières d'Afrique aura lieu du 1er novembre 2024 au 19 janvier 2025, UNIQUEMENT les vendredis, samedis, dimanches et tous les jours des vacances scolaires de Noël de 17h30 à 20h.

**VISITE DU PARC ANIMALIER
+ LUMIÈRES D'AFRIQUE**



Adulte – 33 €

Enfant (4 à 14 ans) – 24 €

Personne en situation de handicap* – 14,50 €

* sur présentation de la carte mobilité inclusion
Visitez le parc animalier dans la journée et découvrez les Lumières d'Afrique à la nuit tombée.

Uniquement Lumières d'Afrique



Adulte – 21,90 €

Enfant (4 à 14 ans) – 17,90 €

Personne en situation de handicap* – 14,50 €

* sur présentation de la carte mobilité inclusion
Visitez uniquement le Festival Lumières d'Afrique.
Arrivée possible uniquement de 17h à 18h30.

Ce parcours lumineux ne permet pas de voir les animaux de la Réserve Africaine de Sigean.



**Achat des entrées en ligne obligatoire.
Nombre d'entrées limité.**



LUMIÈRES D'AFRIQUE

du 1^{er} novembre 2024
au 19 janvier 2025

*vendredis, samedis
et dimanches
+ vacances scolaires
de Noël*



AVIVA

CUISINES

**PRIX EN
BAISSE***



Cuis
Mod
ELI

Modèle
Standard

4 250 € *

Financez
votre projet
avec
FRANFINANCE



SHOWROOM

Rue Blaise Pascal Z-I La Coupe
11100 NARBONNE

CUISINE SUR MESURE PRIX SUR MESURE

sine
dèle
NA



Modèle
Sur-équipé

6 297€ *

* Voir conditions et compositions en magasin

04 48 16 08 14

www.cuisines-aviva.com





URBAN RECETTE *Salée*



VELOUTÉ DE CHÂTAIGNES ET CHAMPIGNONS

INGRÉDIENTS

(pour 4 personnes)

- 300 g de châtaignes cuites et épluchées (peuvent être achetées en bocal ou sous vide)
- 200 g de champignons de Paris ou cèpes (selon votre préférence)
- 1 oignon
- 2 gousses d'ail
- 50 cl de bouillon de légumes ou de volaille
- 20 cl de crème fraîche (ou crème végétale pour une version vegan)
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 branche de thym frais (ou 1/2 cuillère à café de thym séché)
- Sel et poivre
- Quelques brins de persil pour la décoration

INSTRUCTIONS

1. Préparation des ingrédients :

- Si vous utilisez des châtaignes fraîches, faites-les cuire au préalable dans de l'eau bouillante pendant environ 20 minutes, puis épluchez-les. Si elles sont déjà cuites (en bocal ou sous vide), passez directement à l'étape suivante.
- Nettoyez et tranchez les champignons. Épluchez et émincez finement l'oignon et l'ail.

2. Cuisson des légumes :

- Faites chauffer l'huile d'olive dans une grande casserole à feu moyen. Ajoutez l'oignon et l'ail émincés et faites-les revenir jusqu'à ce qu'ils soient légèrement dorés et translucides (environ 3-4 minutes).
- Ajoutez les champignons et faites-les sauter jusqu'à ce qu'ils rendent leur eau et soient bien dorés, environ 5 minutes supplémentaires.

3. Ajout des châtaignes et du bouillon :

- Incorporez les châtaignes cuites aux champignons. Mélangez bien pendant 1 à 2 minutes, puis versez le bouillon de légumes ou de volaille.
- Ajoutez le thym, salez et poivrez selon votre goût.
- Laissez mijoter à feu doux pendant environ 15 minutes pour que les saveurs se mélangent bien.

4. Mixer le velouté :

- Retirez la branche de thym (si vous avez utilisé du frais), puis mixez la soupe à l'aide d'un mixeur plongeant ou d'un blender, jusqu'à obtenir une texture lisse et crémeuse.
- Ajoutez la crème fraîche, mélangez bien et rectifiez l'assaisonnement si nécessaire (sel et poivre).

Servez le velouté bien chaud dans des bols, et décorez avec un peu de persil ciselé pour une touche de fraîcheur.

ASTUCES

- Vous pouvez ajouter quelques éclats de châtaignes rôties ou des champignons poêlés sur le dessus pour donner du croquant.
- Pour une version plus gourmande, vous pouvez également incorporer quelques gouttes d'huile de truffe ou un filet de crème de balsamique au moment de servir.

Ce velouté de châtaignes et champignons est à la fois crémeux, réconfortant et riche en saveurs automnales, parfait pour un repas simple mais raffiné.

Bon appétit !



En NOVEMBRE
Aux Halles de Narbonne
c'est le temps des

Courges!



Création S.R.



www.narbonne.halles.fr

TF1 <p>LES MINIONS 2 : IL ÉTAIT UNE FOIS GRU 22.45 Doctor Strange arte</p>	france.2 <p>LA GRANDE VADROUILLE ★★ Film 23.10 Beau Geste, mag. C8</p>	france.3 <p>LES ENQUÊTES DE DAN SOMMERDAHL 22.35 Les enquêtes de Dan Sommerdahl W9</p>	CANAL+ <p>LUIS ENRIQUE - « VOUS NE POUVEZ PAS COMPRENDRE » 21.00 TMC</p>	france.5 <p>ZELENSKY, LE PRIX DE LA RÉSISTANCE 22.35 L'Ukraine au cœur, doc. TFX</p>	6 <p>ZONE INTERDITE Magazine 23.10 Enquête exclusive, mag. TF1</p>
<p>LA GRANDE ÉVASION ★ Film 23.50 Wartime Elegy, spectacle LCP</p>	<p>MONGEVILLE Série 23.10 Mongeville, série 4</p>	<p>C'EST QUOI CETTE MAMIE ?! ★ Film 22.55 Florence Foresti & Friends, spec. CSTAR</p>	<p>NEW YORK, UNITÉ SPÉCIALE Série 22.55 New York, unité spéciale, série g+</p>	<p>GEOSTORM ★ Film 23.05 Robin des Bois ★, film LCI</p>	<p>LE DÉFILE DE NOËL Téléfilm 22.50 Coup de foudre royal à Noël, téléfilm TF1</p>
<p>REMBOB'INA Mag. 22.50 Ces idées qui gouvernent le monde, mag. C NEWS</p>	<p>CONTES ET LÉGENDES 100 Spec. 23.00 Dom Juan ou le festin de Pierre L'EQUIPE</p>	<p>CHICAGO FIRE 100 Série 22.45 Chicago Fire, série 6ter</p>	<p>LES SCHTROUMPFS ★ 22.55 Tiny House Nation, doc. RMC</p>	<p>FACE À MARGOT HADDAD Magazine 22.00 22H Rochebin, mag. RMC</p>	<p>FRANÇOIS DAMIENS FRANÇOIS DAMIENS : 20 ANS DE CAMÉRAS CACHÉES... 22.05 TF1</p>
<p>EN QUÊTE D'ESPRIT Magazine 22.00 100 % politique week-end C NEWS</p>	<p>FLECHETTES : PREMIER LEAGUE 2024 / 2025 Sport 22.40 L'Équipe du Soir L'EQUIPE</p>	<p>LE FUGITIF ★ Film 23.40 Kaamelott, série 6ter</p>	<p>HABITATIONS EN PÉRIL Documentaire 23.10 Flic Story, doc. RMC</p>	<p>FAITES ENTRER L'ACCUSÉ 100 Doc. 22.35 Faites entrer l'accusé, doc. RMC</p>	<p>LES PETITS MEURTRES D'AGATHA CHRISTIE 22.55 Les petits meurtres d'Agatha Christie TF1</p>

TF1 <p>CAT'S EYES Série 23.20 New York, unité spéciale, série arte</p>	france.2 <p>LES INVISIBLES Série 23.00 Concordia, série C8</p>	france.3 <p>SKYFALL ★★ 100 Film 23.35 La ligne bleue, doc. W9</p>	CANAL+ <p>HIPPOCRATE 100 Série 22.55 Le cercle séries, mag. TMC</p>	france.5 <p>THALASSA, AVENTURES EXTRÊMES Documentaire 23.00 C ce soir, mag. TFX</p>	6 <p>L'AMOUR EST DANS LE PRÉ 23.00 L'amour vu du pré TF1</p>
<p>LES SENTIERS DE LA GLOIRE ★ Film 22.25 Furyo ★, film LCP</p>	<p>COMMISSAIRE MAGELLAN Série 23.10 Commissaire Magellan, série 4</p>	<p>UNE JOURNÉE EN ENFER ★ Film 23.30 58 minutes pour vivre ★, film CSTAR</p>	<p>VENOM : LET THERE BE CARNAGE ★ 100 Film 23.10 Venom ★, film g+</p>	<p>APPELS D'URGENCE Mag. 23.15 Appels d'urgence, mag. LCI</p>	<p>21 JOURS NAKED AND AFRAID : 21 JOURS POUR SURVIVRE 21.10 TF1</p>
<p>DEBATDOC Documentaire 22.00 Sens Public, mag. C NEWS</p>	<p>RONISIA AU MAINS-QUARE FESTIVAL 2024 22.35 Souking au Zénith de Paris L'EQUIPE</p>	<p>OPÉRATIONS SPÉCIALES Documentaire 22.30 Opérations spéciales, doc. 6ter</p>	<p>LA PRINCESSE DE NOËL Téléfilm 22.50 Noël au chalet, téléfilm RMC</p>	<p>FACE À DARIUS ROCHEBIN 22.00 22H Rochebin - Brissouloux RMC</p>	<p>COUP DE FOUORE POUR L'ESPRIT DE NOËL 22.45 Coup de foudre pour l'apprenti du Père Noël TF1</p>
<p>100 % POLITIQUE Magazine 22.30 100 % politique C NEWS</p>	<p>WORLD CHASE TAG - LE JEU DU CHAT Sport 23.05 L'Équipe du Soir L'EQUIPE</p>	<p>KAAMELOTT Série 22.45 Kaamelott, série 6ter</p>	<p>TITANIC EN COULEUR 23.10 Titanic : anatomie d'un géant RMC</p>	<p>WHEELER DEALERS FRANCE 22.35 Wheeler Dealers France, doc. RMC</p>	<p>CRIMES 100 Documentaire 22.45 Crimes, doc. TF1</p>

9 & 10
NOVEMBRE

Arena
Narbonne

Fiesta VINO



DÉGUSTATION

SOIRÉE GUINGUETTE

RESTAURATION

 **Narbonne**
AU CŒUR DES PAYSANES


Narbonne Arena


Grand NARBONNE
COMMUNAUTÉ D'AGGLOMÉRATION


Côte du Midi
AUDE - OCCITANIE

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

TF1	france.2	france.3	CANAL+	france.5	6
21.10 KOH-LANTA Divertissement 23.20 Une famille en or, jeu	21.05 1914, ET SOUDAIN LA GUERRE ! Doc. 22.40 Quand la Grande Guerre rend fou	21.05 ALEX HUGO Série 22.35 Alex Hugo, série	21.00 UN COUP DE DES ★ Film 22.35 Faut voir ! L'hebdô cinéma	21.05 HUILES VEGETALES : UN MARCHÉ BOUILLANT 22.50 C ce soir, mag.	21.10 LES ESPIONS DE LA TERREUR 10 22.20 Les espions de la terreur, série
20.55 ADOPTION INTERNATIONALE... Doc. 22.30 Les enfants martyrs de Riauxmont, doc.	21.20 LE PETIT MONDE DE DON CAMILLO ★ 23.15 L'essentiel chez Labro, mag.	21.10 ALAD'2 ★ Film 22.50 Les Nouvelles Aventures d'Aladin ★, film	21.25 90' ENQUETES Magazine 22.40 90' Enquêtes, mag.	21.05 MOI, MOCHE ET MECHANT 3 ★ Film 22.45 Moi, moche et méchant 2 ★	21.10 PREDICTIONS ★ Film 23.30 Nomis, téléfilm
20.30 DÉBATDOC Documentaire 22.00 Sens Public, mag.	21.00 GAUTIER CAPUÇON À L'OLYMPIA ★ 22.40 Félicitin Brut j'ai deux amours	21.10 MON INCONNUE ★★ Film 23.20 Les beaux gosses ★★, film	21.05 ASTÉRIX ET LA SURPRISE DE CÉSAR Magazine 22.35 Familles extraordinaires, mag.	20.00 FACE À DARIUS ROCHEBIN 22.00 22H Rochebin - Broussouloux	21.05 CAMPING PARADIS Série 22.55 Camping Paradis, série
21.00 100 % POLITIQUE Magazine 22.30 100 % politique	21.15 BÛCHERONNAGE SPORTIF 23.05 L'Équipe du Soir, mag.	21.10 LE MEILLEUR DU MARRAKECH DU RIRE 23.00 Le meilleur du Marrakech du rire	21.10 EMBOUTEILLAGES... DANS L'ENFER DE LA ROUTE 23.35 Dangers sur la route, doc.	21.10 VINTAGE MECANIC Documentaire 22.35 Vintage Mecanic, doc.	21.05 SNAPPED : MEURTRES AU SOLEIL 22.00 Snapped : meurtres au soleil

TF1	france.2	france.3	CANAL+	france.5	6
21.10 ESPRITS CRIMINELS : EVOLUTION 22.35 Esprits criminels : Evolution, série	21.00 DANS L'OMBRE Série 22.50 Présidents, film	21.05 DE VERDUN AUX PLAGES DU DEBARQUEMENT... 22.40 Les héros du patrimoine, mag.	21.00 LES MYSTÈRES DE VENISE Documentaire 22.55 Claude Lelouch - La vie comme au cinéma	21.05 LA GRANDE LIBRAIRIE Magazine 22.40 C ce soir, mag.	21.10 LA FRANCE A UN INCROYABLE TALENT 23.10 La France a un incroyable talent
20.55 CHRONIQUE D'UNE LIAISON PASSAGÈRE 22.35 «La montagne magique», doc.	21.20 CLIFFHANGER ★ Film 23.20 97 minutes, téléfilm	21.10 SECRETS D'ACTUALITÉ 10 23.00 Secrets d'Actualité, mag.	21.25 MICHEL DENISOT N'AIME PAS LES ANNIVERSAIRES 23.00 90' Enquêtes	21.05 DÉTOX TA MAISON, 7 JOURS POUR TOUT RANGER	21.10 COSMIC SIN 10 Téléfilm 22.55 Le chasseur et la reine des glaces ★
20.30 DÉBATDOC Documentaire 22.00 Sens Public, mag.	21.00 AMY WINEHOUSE Spectacle 21.50 Trop jeune pour mourir, doc.	21.10 AU CŒUR DE L'ENQUÊTE 10 22.55 Au cœur de l'enquête, mag.	21.05 MARIONS-LES POUR NOËL Téléfilm 22.45 Noël en escarpins, téléfilm	20.00 FACE À DARIUS ROCHEBIN 22.00 22H Rochebin - Broussouloux	21.05 SOLO : A STAR WARS STORY ★ 23.25 Je suis une légende ★, film
21.00 100 % POLITIQUE Magazine 22.30 100 % politique	21.15 SPARTAN CHAMP. DU MONDE 2024 22.50 L'Équipe du Soir, mag.	21.10 ALEXANDRE ★ 10 Film 00.10 Face aux éléments : la planète en colère	21.10 GUERRE DES VOISINS : MA VIE EST UN ENFER 22.30 Guerre des voisins : ma vie est un enfer	21.10 100 JOURS AVEC LES GENDARMES DE BOURGOGNE 10 22.35 100 jours avec...	21.05 CASTLE 10 Série 22.45 Castle, série



**URBAN
SPORT**



«**»** SORTIES «**»**

RUGBY

FOOT

SAMEDI 02 NOV. 2024

19H00



NARBONNE



MASSY



SAMEDI 02 NOV. 2024

18H00



NARBONNE



FRONTIGNAN



SAMEDI 09 NOV. 2024

15H30



PERIGUEUX



NARBONNE



SAMEDI 09 NOV. 2024

18H00



AS BÉZIERS



NARBONNE



HANDBALL

VOLLEY

SAMEDI 09 NOV. 2024

20H00



BORDES



NARBONNE



SAMEDI 16 NOV. 2024

20H00



NARBONNE



CHAUMONT



SAMEDI 16 NOV. 2024

19H00



NARBONNE



TOURNEFEUILLE



SAMEDI 23 NOV. 2024

20H00



NARBONNE



PLESSIS



TF1 20.35 FOOTBALL : FRANCE / ISRAËL 23.20 New York, unité spéciale, série	france.2 21.05 CASH INVESTIGATION Magazine 22.55 Plateau, débat	france.3 21.05 LA FILLE DANS LES BOIS Téléfilm 22.50 La France en vrai, doc.	CANAL+ 21.00 THE CHEF, LA SÉRIE Série 23.05 Alexia cuisine le monde, doc.	france.5 21.10 LE MYSTÈRE DES REINES GUERRIÈRES D'ASSYRIE 22.45 C ce soir, mag.	6 21.10 LE MEILLEUR PÂTISSIER Jeu 23.25 Le meilleur pâtissier...
arte 20.55 MEURTRES A SANDHAMN Série 22.25 East Side, série	C8 21.20 Y'A QUE LA VÉRITÉ QUI COMPTE 23.15 Y'a que la vérité qui compte	W9 21.10 DE LA SÉDUCTION À LA TENTATION... 23.00 Les 100 vidéos qui ont fait rire le monde entier	TMC 21.25 RETOUR VERS LE FUTUR II ★★ Film 23.30 Retour vers le futur ★★, film	TFX 21.05 CINQUANTE NUANCES PLUS SOMBRES 23.10 Cinquante nuances de Grey ★, film	red 21.10 FAN DES ANNÉES 80 Mag. 22.05 Fan des années 80, mag.
LCP 20.30 REMBOB'INA Magazine 22.00 Sens Public, mag.	4 21.00 THE CELTIC SOCIAL CLUB Spectacle 22.00 Abers Road, mag.	CSTAR 21.10 LE PACTE DES LOUPS ★ Film 23.15 Au cœur de l'enquête, mag.	Q&A 21.05 DÉLICIEUX NOËL Téléfilm 22.55 Pas de plan pour Noël, téléfilm	LCI 20.00 FACE A DARIUS ROCHEBIN 22.00 22H Rochebin - Brissouloux	TF1 21.05 NEW YORK SECTION CRIMINELLE 22.45 New York section criminelle, série
C NEWS 21.00 100% POLITIQUE Magazine 22.30 100% politique	L'EQUIPE 20.45 FOOTBALL : BELGIQUE / ITALIE 22.40 L'Equipe du Soir, mag.	6ter 20.50 L'ÉCOLE EST FINIE ★ Film 22.25 Tout schuss ★, film	RMC 21.10 100 JOURS AVEC LA POLICE... 22.30 100 jours avec la police...	RMC 21.10 LES 10 CATASTROPHES QUI MENAGENT LA PLANÈTE	red 21.05 VALENTINE'S DAY ★ Film 23.25 De l'autre côté du lit ★, film

TF1 21.10 STAR ACADEMY Divertissement 23.30 Star Academy	france.2 21.05 ASTRID ET RAPHAËLLE 22.50 Taratata 100% live	france.3 21.05 QUI M'AIME ME SUIVE ! ★ Film 22.45 L'âge d'or de la pub, doc.	CANAL+ 21.00 UN P'TIT TRUC EN PLUS Film 23.15 Heureux gagnants ★★, film	france.5 21.05 CLAUDE LELOUCH, LA VIE EN MIEUX 22.15 Il y a des jours... et des lunes ★	6 21.10 ÉPOUSE-MOI MON POTE ★ Film 22.50 Nicky Larson et le parfum de Cupidon ★, film
arte 20.55 LE RENARD ET LE SOLDAT Doc. 22.50 Whitney - Can I Be Me, doc.	C8 21.20 MICHEL SARDOU, SA VIE SON ŒUVRE 23.05 Roland Magdane - 50 ans de carrière	W9 21.10 ENQUÊTE D'ACTION Mag. 23.00 Enquête d'action, mag.	TMC 21.25 90° ENQUÊTES Magazine 22.45 90° Enquêtes, mag.	TFX 21.05 GHOSTS : FANTÔMES À LA MAISON 22.15 Ghosts : Fantômes à la maison, série	red 21.10 LE SUPER BÊTISIER Divertissement 22.35 Le super bêtisier
LCP 20.30 ZED - ZONE D'ÉDUCATION DOCUMENTAIRE 22.00 Président, le prix à payer, doc.	4 21.00 LE BAC PHILO DES HUMORISTES 22.45 Paname Comedy Club	CSTAR 21.15 ANIMAUX À ADOPTER Doc. 22.50 Animaux à adopter, doc.	Q&A 21.05 VIC LE VIKING ★ Film 22.30 Alf, série	LCI 20.00 FACE A MARGOT HADDAD Magazine 22.00 22H Nivat - Cérin, mag.	TF1 21.05 NOËL A MAPLE VALLEY Téléfilm 22.45 Coup de foudre dans l'allée des sapins
C NEWS 21.00 ÇA SE DISPUTE Magazine 22.00 100% politique	L'EQUIPE 20.45 FOOTBALL : PORTUGAL / POLOGNE 23.20 L'Equipe du Soir, mag.	6ter 21.10 NCIS Série 22.40 NCIS, série	RMC 21.10 CAUCHEMAR EN AVION... 22.30 Les 10 catastrophes qui ont marqué la planète	RMC 21.10 GLADIATEURS ; DES ORIGINES À LA CHÛTE DU COLISÉE Documentaire	red 21.05 MON BÉBÉ ★★ Film 22.50 Will Hunting ★, film

1^{ère} ÉDITION FESTIVAL DU JEU DE SOCIÉTÉ

NARBONNE EN JEUX

9
NOVEMBRE
2024

GRATUIT

DE 14H À 22H

SALLE DES CONSULS

Découvertes ludiques
Rencontre avec des auteurs

À PARTIR DE 8 ANS



Narbonne

AU CŒUR DES POSSIBLES

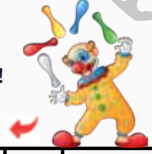


JEUX



Oups !
Un intrus s'est incrusté parmi les artistes !
Trouve-le et entoure-le.

Vite !
Le spectacle va bientôt commencer !
Aide le clown à rejoindre le chapiteau.



2 représentations, 10 différences !
Trouve les différences entre ces 2 images.



Colorie...
...selon tes envies !



CIRCUS

RELIE LES POINTS ET COLORIE

NOVEMBRE 2024



HOROSCOPE & JEUX

BINARY DIFFICILE

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

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

7 ERREURS



MOT MYSTÈRE

Rayez dans la grille les mots de la liste pour découvrir le MOT MYSTÈRE dont voici la définition :
RIZ NON DÉCORTIQUÉ (5 lettres)

S	E	C	O	U	R	S	S	T	E	R	E	O	P
E	E	M	O	R	G	O	P	I	P	E	T	T	E
T	C	E	L	E	M	E	D	I	U	M	N	E	M
I	N	D	I	G	O	T	I	E	R	E	A	G	P
R	A	I	E	G	A	L	A	S	M	B	S	R	R
F	L	F	Y	E	E	M	H	E	A	U	M	E	U
B	R	I	H	T	A	R	R	A	I	U	L	N	
R	I	E	S	R	P	U	R	U	B	U	S	C	T
O	O	A	A	A	E	I	R	E	U	T	O	O	I
W	R	T	L	L	R	G	R	O	U	G	I	R	N
N	I	T	F	C	L	F	N	C	R	G	R	N	S
I	T	F	E	D	Y	Y	O	I	S	E	L	E	T
E	E	D	R	I	G	O	L	E	S	O	K	R	A
E	N	O	G	O	L	U	N	E	V	E	R	Y	R

ALCYON	EFFLEURE-	LANCÉE	SAISON
ALLYLE	MENT	LOGONE	SALAGE
ARKOSE	EMPRUNT	MÉDIUM	SANTÉ
AURORE	FLASHY	MUSOIR	SCRIPT
BARRIR	FRASIL	OISELET	SECOURS
BROWNIE	Frites	ORTEIL	SINGER
CLARTÉ	GUERRE	PIPETTE	STÉRO
CLERGÉ	HEAUME	POGROM	TARAMA
CORNER	INDIGO-	REVENU	TIROIR
DÉMÊLÉ	TIER	RIGOLE	TUERIE
ÉDIFIÉ	INSTAR	ROUGIR	URUBUS

DIFFICILE

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

MOYEN

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

L'HOROSCOPE

amour, travail, santé !

BÉLIER du 21 mars au 20 avril

Travail-Argent : vous pourrez concilier certains de vos projets professionnels, notamment ceux qui comportent des aspects délicats. **Amour :** les astres vous permettront de goûter des joies amoureuses intenses. **Santé :** vous ferez une forme olympique.

TAUREAU du 21 avril au 20 mai

Travail-Argent : le secteur du travail se prête à toutes les espérances de succès, de reconnaissance. **Amour :** ce pourrait être une période sentimentale explosive. **Santé :** vous ressentirez peut-être quelques troubles digestifs.

GÉMEAUX du 21 mai au 21 juin

Travail-Argent : vous allez trop vite et faites des erreurs. Peut-être un peu trop imprudent cette semaine. **Amour :** vous n'avez pas haut, vous sentez le cœur libre et l'amour vous tend les bras ! **Santé :** vous faites preuve d'une bonne hygiène de vie qui vous protège.

CANCER du 22 juin au 22 juillet

Travail-Argent : adoptez une attitude plus ferme avec certains collaborateurs. **Amour :** si des désaccords peuvent apparaître entre vous parlant et vous, c'est uniquement afin de renforcer vos liens. **Santé :** bonne.

LION du 23 juillet au 22 août

Travail-Argent : prenez-vous de baisser les bras face aux obstacles ! **Amour :** vos efforts pour ramener le calme et les rapports chaleureux dans votre foyer porteront finalement leurs fruits. **Santé :** regain d'énergie.

VIERGE du 23 août au 22 sept.

Travail-Argent : vous devriez vous occuper de façon plus rationnelle et moins émotionnelle. **Amour :** vos liens affectifs vous semblent parfois un peu contraignants. **Santé :** vous êtes en pleine forme.

BALANCE du 23 sept. au 22 oct.

Travail-Argent : beaucoup de choses positives viendront à vous par l'intermédiaire de vos relations. **Amour :** vos rapports conjugaux s'amélioreront considérablement ces jours-ci. **Santé :** bonne forme physique.

SCORPION du 23 oct. au 21 nov.

Travail-Argent : sans doute trouverez-vous une période peu propice à l'action. **Amour :** vous devrez assumer vos actes à leur juste valeur. **Santé :** essayez les médecines douces. Cela pourra vous être très bénéfique.

SAGITTAIRE du 22 nov. au 20 déc.

Travail-Argent : votre esprit de compétition est exacerbé. Ne considérez pas vos collègues de travail comme des adversaires ! **Amour :** profité à votre vie familiale. **Santé :** dépensez votre énergie en faisant du sport.

CAPRICORNE du 21 déc. au 19 janv.

Travail-Argent : un entretien concernant les finances ne donnera pas les résultats escomptés. **Amour :** vous n'avez pas le cœur disponible à l'amour en ce moment. **Santé :** vous aurez une résistance diminuée.

VERSEAU du 20 janv. au 18 fév.

Travail-Argent : vous pourrez prendre des contacts très utiles. Mais ne gaspillez pas votre énergie en disputes stériles avec vos collègues. **Amour :** les relations avec votre partenaire retrouvent leur sérénité. **Santé :** endurance et dynamisme.

POISSONS du 19 fév. au 20 mars

Travail-Argent : vous sentirez la nécessité de changer, de modifier vos relations avec votre entourage professionnel. **Amour :** votre partenaire pourra vous faire quelques reproches. **Santé :** votre nervosité influe sur vos instincts.

Pour voir les solutions



ou rendez-vous sur : <http://www.urbanite-narbonne.fr/jeu2/>

November



Chez Vap'Art, on soutient November! 🐶
Avec nos poilus, on célèbre les moustaches
sous toutes leurs formes! 🐶

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

10 Bd Docteur Lacroix - Narbonne

04 68 70 91 05



**URBAN
CULTURE**
et loisirs



SORTIES

DU
09/11/24
AU
10/11/24

FIESTA VINO (1ÈRE ÉDITION)
Salon de la vigne et du vin

€ 5€ POUR LES ADULTES (+18 ans)

🕒 Pour plus d'informations, scannez le QR code

📍 Arena - Narbonne



le
09/11/24

NARBONNE EN JEUX
Festival du jeu de société

€ Gratuit

🕒 Pour plus d'informations, scannez le QR code

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



le
09/11/24

CONTES SONORES DU PAYS D'OC
Fête du conte et de l'imaginaire

€ Gratuit

🕒 Pour plus d'informations, scannez le QR code

📍 Médiathèque du Grand Narbonne - Narbonne



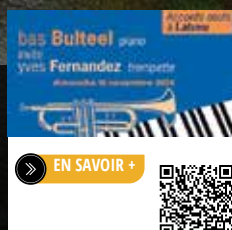
le
10/11/24

CONCERT JAZZ
Bas Bulteel & Yves Fernandez

€ Réservation obligatoire - 10€ (boisson offerte)

🕒 Pour plus d'informations, scannez le QR code

📍 Galerie d'art LATUVU - Bages



9
11 | 11 | 24



SALON
DE L'IMMOBILIER
& DE L'HABITAT
DE NARBONNE

RÉNOVATION - CONSTRUCTION - AMÉLIORATION DE L'HABITAT

PARC DES EXPOSITIONS
11 100 - NARBONNE



Françoise DUMARTIN

Bonjour Chantal, j'espère que tu vas bien ? Pourrais-tu me rappeler le nom de la Coopérative de Jardiniers qui propose le crédit d'impôt ? Merci.

Bonjour Françoise, je vais bien merci ! C'est la Coopérative des Jardiniers Professionnels, ils ont plus de 2800 jardiniers partout en France ! Tu peux aller voir leur site : www.jardiniers-professionnels.fr, tous leurs adhérents proposent l'entretien de jardin à -50% après crédit d'impôt.



Tu peux les appeler aux **05 59 70 57 35**. Il te trouveront un jardinier près de chez toi et tu auras un devis gratuit !

Merci !



Coopérative Professionnels à Domicile Jardiniers Professionnels

SIRET 50401949800055 TVA FR02504019498

Déclaration Ministère SAP/504019498

20 rue Maryse Bastié, ZA Maignon, 64600 Anglet

www.jardiniers-professionnels.fr



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