

URBAN TV & SORTIES

GRATUIT

Magazine TV et Sorties du Narbonnais.

Muguet en main
Soleil en 

La belle saison s'invite avec douceur





NOUVEAU ! VOTRE VILLA T4 EN CENTRE VILLE

À VENDRE :

3 villas T4 avec **double garage** et jardin indépendant.
Situées quartier de **Cassayet**, en face de **l'hôpital** et à côté
de **l'école Jules Ferry**.



CONTACTEZ NICOLAS POURSIN - 06 86 38 59 97



Siège social : 1 allée du Ragondin 11100 Narbonne
www.sm-maisons.com
04 68 65 03 55

LE PROGRAMME

CULTURE & LOISIRS

AVR
19/20



Le marathon Côte Indigo

Place des Vergnettes - Fleury d'Aude - St-Pierre-la-Mer



AVR
19/21



Artistes au Somail 2025

Bord du Canal - Saint-Nazaire-d'Aude - Le Somail



AVR
20



Atelier lampe à huile

Amphoralis - Sallèles-d'Aude



AVR
21



Chasse aux œufs

Jardin public - Saint-Nazaire-d'Aude



AVR
26



Marché aux fleurs

Place Léon Blum - Armissan



AVR
26



Balade au jardin des potiers

Amphoralis - Sallèles-d'Aude



AVR
27



Vide-grenier

Parking du Moulin - Gruissan





URBAN
DAY



1ER MAI : ORIGINES ET TRADITIONS D'UNE JOURNÉE SYMBOLIQUE 🌸

Chaque année, le 1er mai est une date clé sur le calendrier 📅 : jour férié en France et dans de nombreux pays 🌍, il est synonyme de repos pour certains 🛑 et de revendications sociales pour d'autres • . Mais d'où vient cette journée et comment est-elle célébrée ?

🔍 UNE ORIGINE OUVRIÈRE

La Fête du Travail trouve ses racines aux États-Unis, à la fin du XIXe siècle 🇺🇸. Le 1er mai 1886, un mouvement de grève d'ampleur est lancé à Chicago pour réclamer la journée de travail de 8 heures • . La répression policière entraîne plusieurs morts ⚠️, mais ce combat marque les esprits et, en 1889, l'Internationale socialiste fait du 1er mai une journée de mobilisation mondiale



🌍. En France 🇫🇷, c'est en 1919 que la loi fixe la durée du travail à 8 heures par jour, et en 1947 que le 1er mai devient officiellement un jour férié et payé. 🎉

🍀 LE MUGUET, UN SYMBOLE DE BONHEUR

Au fil des décennies, la Fête du Travail s'est associée à une autre tradition bien plus ancienne : celle du muguet • . Dès la Renaissance, cette fleur était offerte en guise de porte-bonheur • au printemps. •

Ce n'est qu'au XXe siècle que le muguet devient le symbole du 1er mai en France 🇫🇷, avec une coutume bien ancrée : s'offrir un brin de muguet pour souhaiter bonheur et prospérité à ses proches. ❤️



🌿 UNE JOURNÉE ENTRE RÉFLEXION ET DÉTENTE

Si la Fête du Travail reste une journée de mobilisation pour les syndicats 🗣️, avec des défilés et manifestations dans plusieurs villes 🏙️, elle est aussi un moment privilégié pour se retrouver en famille ou entre amis 🧑🏠. Certains en profitent pour flâner dans les parcs 🌳, chiner dans les brocantes 🛒 ou tout simplement se détendre.

Que vous soyez militant engagé 🙌 ou amateur de traditions ❤️, le 1er mai est avant tout un instant de partage et de mémoire, un hommage aux luttes passées qui ont façonné nos conditions de travail actuelles 🏢. Alors, cette année encore, pourquoi ne pas perpétuer la tradition en offrant un joli brin de muguet à ceux qui vous sont chers ? 🍀❤️

☀ Chers lecteurs et lectrices,

Un air de renouveau souffle sur L'Urban TV !

Les beaux jours s'installent doucement, apportant avec eux une vague de fraîcheur, de bonne humeur et de découvertes ! 🌿🍀

Dans cette édition, L'Urban TV célèbre les traditions, la nature et la joie de vivre. On démarre avec un air de fête : un Pâques haut en couleurs, entre le lapin stylé de Vap'Art 🐰🌟, les omelettes géantes offertes par les Halles de Narbonne (avec le Racing Club Narbonnais et la complicité de France Bénévolat Aude) et le grand jeu de la Réserve Africaine de Sigean – une aventure à ne pas manquer !

Puis vient le temps des fleurs, du muguet 🌸

Le 1er mai, ses origines, ses traditions... et la Journée Mondiale de la Terre, un appel à la conscience écologique.

À cette occasion, les enfants vont pouvoir se régaler avec des jeux malins et colorés : cherche & trouve, rébus, labyrinthe, mots mêlés, coloriage... tout un univers ludique pour les plonger avec légèreté dans les enjeux de notre planète, entre bouteilles en plastique cachées, gouttes d'eau à guider et messages secrets à décrypter 🌱

Les grands ne sont pas oubliés : jeux, idées sorties, détente et découvertes sont aussi au programme !

Et pour profiter pleinement des beaux jours, quoi de mieux qu'un bon spectacle ou une sortie en famille ? On vous partage les temps forts à ne pas manquer : les événements culturels & loisirs, les prochains spectacles de l'Arena de Narbonne, du Théâtre de la Poste « en tournée », du Théâtre Scène nationale de Narbonne, sans oublier les prochaines rencontres de pétanque qui sentent bon l'été 🍷🎉

L'Arena dévoile ses rendez-vous incontournables, SM Maisons et SM Rénovation & Extension vous invitent à imaginer demain, le vape & CBD shop Vap' Art vous souhaite de joyeuses fêtes printanières, et "En ville", l'association des commerçants du centre-ville de Narbonne, lève déjà le voile sur un été prometteur 🌟

Ce numéro est une bouffée d'air frais ; installez-vous confortablement, feuillotez les pages de ce numéro printanier... et laissez la belle saison vous inspirer.

L'équipe de L'Urban TV 🤝



NARBONNE ARENA



EXPO DINOS

03-04/05
2025



LORDS OF THE SOUND

13/05
2025



ELECTRO SYMPHONY

14/05
2025



COMÉDIES MUSICALES

15/05
2025



LE LAC DES CYGNES

16/05
2025



NOUVEAU
CLARA LUCIANI

07/02
2026

**DÉCOUVREZ TOUS
LES SPECTACLES**

SUR

narbonne-arena.fr



ET AUSSI

**LE CADRE NOIR
DU 12 AU 14 DÉC. 2025**

Narbonne
LE COEUR DES POSSIBLES

Narbonne Arena



TF1 <p>21.10 THE VOICE 23.40 The Voice, la suite</p>	france-2 <p>21.10 100 % LOGIQUE : LA RÉPONSE EST SOUS VOS YEUX 23.25 Quelle époque !</p>	france-3 <p>21.05 MEURTRES EN DENTELLES Téléfilm 22.35 Meurtres à Lille, téléfilm</p>	CANAL+ <p>21.05 RUGBY : RCT / ASM CLERMONT 23.20 Les 3 mousquetaires : Milady</p>	france-5 <p>21.00 ÉCHAPPEES BELLES Magazine 22.30 Échappées belles, mag.</p>	6 <p>21.10 NCIS Série 22.45 NCIS, série</p>
arte <p>20.55 LÉONARD DE VINCI Documentaire 22.20 Léonard de Vinci, doc.</p>	W9 <p>21.10 LA PETITE HISTOIRE DE FRANCE 23.00 La petite histoire de France, série</p>	TMC <p>21.15 COLUMBO Série 23.05 90' Enquêtes, mag.</p>	TFX <p>21.10 CHRONIQUES CRIMINELLES Série 23.00 Chroniques criminelles, mag.</p>	LCP <p>20.55 UN MONDE EN DOC Magazine 22.30 Enfants influenceurs..., doc.</p>	.4 X <p>21.00 LA PETITE BANDE ★ Film 22.40 Raiders of the Symphony</p>
C STAR <p>21.10 AU CŒUR DE L'ENQUÊTE Mag. 22.20 Au cœur de l'enquête, mag.</p>	LCI <p>21.05 THE MIDDLE Série 22.20 The Middle, série</p>	LCI <p>20.00 FACE À MARGOT HADDAD Magazine 22.00 22H Nivat - Cérin, mag.</p>	TF1 <p>21.10 JOSÉPHINE, ANGE GARDIEN Série 23.00 Joséphine, ange gardien, série</p>	C NEWS <p>21.00 FACE À MICHEL ONFRAY Magazine 22.00 100% politique week-end</p>	L'EQUIPE <p>21.00 MOTO : 24 HEURES MOTOS 22.55 L'Equipe du Soir, mag.</p>
6ter <p>21.10 LES VACANCES PRÉFÉRÉES... Mag. 23.10 Les vacances préférées...</p>	RMC <p>21.10 RETOUR À L'INSTINCT PRIMAIRE 23.00 100 jours avec la police municipale</p>	RMC <p>21.10 ALASKA : SEULS AU MONDE Doc. 22.10 Alaska : seuls au monde, doc.</p>	TF1 <p>21.05 DIX POUR CENT Série 22.10 Dix pour cent, série</p>	RTL9 <p>20.55 SOLEIL LEVANT ★ Film 23.10 Le dernier Samaritain ★</p>	AB1 <p>20.55 CATCH : WWE SMACKDOWN 2025 22.40 Catch : WWE SmackDown 2025</p>

TF1 <p>21.10 ASTÉRIX ET OBÉLIX : L'EMPIRE DU MILIEU 23.10 Une soirée avec Astérix et Obélix</p>	france-2 <p>21.10 LA FOLIE DES GRANDEURS ★★ 22.55 Beau Geste, mag.</p>	france-3 <p>21.05 MYSTÈRES AU PARADIS Série 22.05 Mystères au paradis, série</p>	CANAL+ <p>21.15 RUGBY : STADE FRANÇAIS PARIS / TOULOUSE Sport 23.30 Visions ★★, film</p>	france-5 <p>21.05 CAMILLA, LA REINE QUI NE VOULAIT PAS ÊTRE REINE Doc. 22.35 Elisabeth II, doc.</p>	6 <p>21.10 ZONE INTERDITE Magazine 23.10 Enquête exclusive, mag.</p>
arte <p>21.00 CLÉOPÂTRE Film 00.55 Reines de l'Égypte antique, doc.</p>	W9 <p>21.10 LE NOUVEAU JOUEUR ★ Film 23.20 Jumeaux mais pas trop ★, film</p>	TMC <p>21.15 ESPRITS CRIMINELS Série 22.55 Esprits criminels, série</p>	TFX <p>21.10 THE SPY CODE ★★ Film 23.10 Chroniques criminelles, mag.</p>	LCP <p>21.00 REMBOB'INA Mag. 23.00 Ces idées qui gouvernent le monde, mag.</p>	.4 X <p>21.00 JOYEUSES PÂQUES Spectacle 23.05 Harvey, spectacle</p>
C STAR <p>21.10 CHICAGO FIRE Série 22.45 Chicago Fire, série</p>	W9 <p>21.05 MONSTER HIGH Téléfilm 22.50 Monster High 2, téléfilm</p>	LCI <p>20.00 FACE À MARGOT HADDAD Magazine 22.00 22H Rochebin, mag.</p>	TF1 <p>21.10 MAMMA MIA ! HERE WE GO AGAIN 23.15 Abba mania, 50 ans de tubes</p>	C NEWS <p>21.00 EN QUÊTE D'ESPRIT Magazine 22.00 100% politique week-end</p>	L'EQUIPE <p>20.20 LE FILM DES 24 HEURES DU MANS 22.40 L'Equipe du Soir, mag.</p>
6ter <p>21.10 BUMBLEBEE ★ Film 23.20 Bones, série</p>	RMC <p>21.10 HABITATIONS EN PÉRIL Documentaire 23.00 100 jours avec les gendarmes</p>	RMC <p>21.10 FAITES ENTRER L'ACCUSÉ ★★ Doc. 22.50 Faites entrer l'accusé, doc.</p>	TF1 <p>21.05 LES PETITS MEURTRES D'AGATHA CHRISTIE 23.05 Les petits meurtres d'Agatha Christie</p>	RTL9 <p>20.55 LA GRANDE MURAILLE ★★ Film 22.35 A armes égales ★, film</p>	AB1 <p>20.55 LE LIVRE PERDU DES SORTILÈGES Série 22.40 Doctor Who, série</p>

Zen & Admin

ASSISTANTE
ADMINISTRATIVE

ENTREPRENEUR / ARTISAN / PROFESSIONNEL LIBÉRAL / DIRIGEANT / PARTICULIER



Organisation et gestion administrative



Finance et comptabilité simplifiées



Ressources humaines
et accompagnement humain



Communication et présence digitale



Contactez-moi !

MOI C'EST CORALIE



www.zenetadmin.fr



Coralie Stickann
coralie@zenetadmin.fr
06 66 25 76 82



CÉLINE IANNUCCI

« C'est pas compliqué d'être heureux »



1^{er} & 2 mai 2025

Café Théâtre – Foix

Spectacle à
21h00



Programmation et réservation sur : www.theatredelaposte-foix.fr

Une info, un conseil : 06 47 71 25 66

<p>TF1</p> <p>21.10</p>  <p>LE NOUNOU Série 22.55 New York, unité spéciale, série</p>	<p>france-2</p> <p>21.10</p>  <p>LA REBELLE - LES AVENTURES... 22.50 Et la montagne fleurira..., série</p>	<p>france-3</p> <p>21.05</p>  <p>FÊTE DE FAMILLE ★ Film 22.45 La ligne bleue, mag.</p>	<p>CANAL+</p> <p>21.10</p>  <p>CIMETIÈRE INDIEN 100 Série 23.20 Les enquêtes du département V</p>	<p>france-5</p> <p>21.05</p>  <p>UNE VIE DE CHATON Doc. 22.30 C ce soir, mag.</p>	<p>6</p> <p>21.10</p>  <p>MARIÉS AU PREMIER REGARD 23.25 Mariés au premier regard</p>
<p>arte</p> <p>20.55</p>  <p>JASON ET LES ARGONAUTES Film 22.40 L'invasion des profanateurs, film</p>	<p>W9</p> <p>21.10</p>  <p>SONIC 2, LE FILM ★ Film 23.20 Le filic de Beverly Hills 3</p>	<p>TMC</p> <p>21.25</p>  <p>STAR WARS - LES DERNIERS JEDI ★ 00.05 Star Wars - Le réveil de la Force</p>	<p>TFX</p> <p>21.10</p>  <p>APPELS D'URGENCE Mag. 23.20 Appels d'urgence, mag.</p>	<p>LCP</p> <p>20.25</p>  <p>L'AFFAIRE PICASSO Doc. 22.00 Sens Public, mag.</p>	<p>.4 X</p> <p>21.00</p>  <p>ADÉ À LA FLÈCHE D'OR Spectacle 22.00 Charlotte Cardin, spectacle</p>
<p>C STAR</p> <p>21.10</p>  <p>OLIVIER DE BENOIST - 0/40 ANS 22.40 Bérangère Krief - Amour, spectacle</p>	<p>RMC</p> <p>21.05</p>  <p>VIC LE VIKING ★ 22.40 Le Petit Nicolas - Qu'est-ce qu'on attend...</p>	<p>LCI</p> <p>20.00</p>  <p>FACE À DARIUS ROCHEBIN Magazine 22.00 22H Rochebin - Broussouloux</p>	<p>TF1</p> <p>21.10</p>  <p>DUNKERQUE ★ Film 23.05 The marine 6 : close quarters</p>	<p>C NEWS</p> <p>21.00</p>  <p>100 % POLITIQUE 23.30 Édition de la nuit</p>	<p>L'EQUIPE</p> <p>21.15</p>  <p>FOOT : FRANCE / ARGENTINE 2022 00.15 MMA : UFC Classiques, sport</p>
<p>6ter</p> <p>21.10</p>  <p>KAAMELOTT Série 22.20 Kaamelott, série</p>	<p>RMC</p> <p>21.10</p>  <p>LE NAUFRAGE DU TITANIC : NOUVELLES REVELATIONS Doc. 22.15 Titanic</p>	<p>RMC</p> <p>21.15</p>  <p>VINTAGE MECANIC Documentaire 22.45 Vintage Mecanic, doc.</p>	<p>TF1</p> <p>21.05</p>  <p>CRIMES 100 Documentaire 22.45 Crimes, doc.</p>	<p>RTL9</p> <p>20.55</p>  <p>SCREAM 4 ★ 100 Film 22.50 Spirits, film</p>	<p>AB1</p> <p>20.55</p>  <p>DR HOUSE 100 Série 22.30 Dr House, série</p>

<p>TF1</p> <p>21.10</p>  <p>KOH-LANTA - LA REVANCHE DES 4 TERRES Jeu 23.10 Koh-Lanta</p>	<p>france-2</p> <p>21.10</p>  <p>MAMMIFÈRES, LES CONQUÉRANTS DE L'EXTREME Doc. 22.45 Une planète...</p>	<p>france-3</p> <p>21.05</p>  <p>FACE À FACE Série 22.00 Face à face, série</p>	<p>CANAL+</p> <p>21.10</p>  <p>QUAND VIENT L'AUTOMNE ★★ Film 22.50 La colic, doc.</p>	<p>france-5</p> <p>21.05</p>  <p>LE JARDINAGE, ÇA RATISSE LARGE ! Documentaire 22.55 C ce soir, mag.</p>	<p>6</p> <p>21.10</p>  <p>ON N'EST PAS D'ACCORD ! Mag. 22.55 On n'est pas d'accord !, mag.</p>
<p>arte</p> <p>21.00</p>  <p>SYRIE, À L'ÉPREUVE DU POUVOIR Doc. 22.45 Mettre fin à la guerre ou bâtir</p>	<p>W9</p> <p>21.10</p>  <p>ASTERIX - LE DOMAINE DES DIEUX 22.40 Les 100 vidéos qui ont fait rire</p>	<p>TMC</p> <p>21.25</p>  <p>BOODER, LE NOUVEAU PRÉFÉRÉ DES FRANÇAIS Des 23.15 Booder is back</p>	<p>TFX</p> <p>21.10</p>  <p>SHREK LE TROISIÈME ★ Film 22.50 Shrek 2 ★★, film</p>	<p>LCP</p> <p>20.30</p>  <p>DÉBATDOC Documentaire 22.00 Sens Public, mag.</p>	<p>.4 X</p> <p>21.00</p>  <p>LA BOHÈME 2050 Spectacle 22.10 Miniatures françaises, spectacle</p>
<p>C STAR</p> <p>21.10</p>  <p>LA FOLIE DU CAMPING-CAR 22.50 La folie camping-car</p>	<p>RMC</p> <p>21.05</p>  <p>LE GRAND BÊTISIER DES ANIMAUX 22.40 Le grand bêtisier des animaux</p>	<p>LCI</p> <p>20.00</p>  <p>FACE À DARIUS ROCHEBIN Magazine 22.00 22H Rochebin - Broussouloux</p>	<p>TF1</p> <p>21.10</p>  <p>CAMPING PARADIS Série 23.00 Camping Paradis, série</p>	<p>C NEWS</p> <p>21.00</p>  <p>100 % POLITIQUE 23.30 Édition de la nuit</p>	<p>L'EQUIPE</p> <p>21.10</p>  <p>THE POISON ROSE 100 Film 22.55 L'Equipe du Soir, mag.</p>
<p>6ter</p> <p>21.10</p>  <p>MISSION : IMPOSSIBLE ★★ Film 23.10 Les Reines de la route, doc.</p>	<p>RMC</p> <p>21.10</p>  <p>ALIEN FICTION 100 Documentaire 22.00 Alien Fiction, doc.</p>	<p>RMC</p> <p>21.15</p>  <p>ENLÈVEMENT DEMANDÉ : LE QUOTIDIEN DES FOURRIÈRES Doc. 22.35 Embouteillages</p>	<p>TF1</p> <p>21.05</p>  <p>MASSACRE EN FAMILLE 100 Doc. 22.55 Snapped : les femmes tueuses</p>	<p>RTL9</p> <p>20.55</p>  <p>DOS AU MUR ★ Film 22.55 Identity ★, film</p>	<p>AB1</p> <p>20.55</p>  <p>CATCH : CATCH WWE PREMIUM LIVE EVENTS 2025 22.55 Catch</p>

AGRANDIR, MODERNISER, VALORISER. ON S'OCCUPE DE TOUT !

SM

DEPUIS 1979
RÉNOVATION
& EXTENSION

Lionel TARRIUS

Née de la société SM Maisons, SM Rénovation & Extension est spécialisée dans la rénovation et l'agrandissement de votre habitat.

Un service **clé-en-main** et un **interlocuteur unique**.

- Service commercial · Service administratif · Bureau d'étude interne · Conducteur de travaux · Service Après-Vente

AVANT



APRÈS

AVANT



APRÈS

CONTACTEZ-NOUS : 04 68 65 03 55

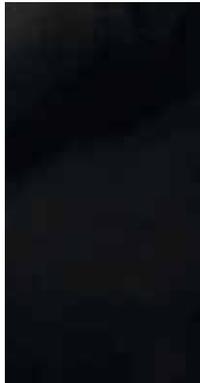
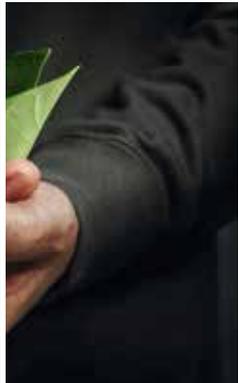
www.sm-maisons.com

<p>TF1</p> <p>21.10</p>  <p>GREY'S ANATOMY Série 22.50 Grey's Anatomy : Station 19, série</p>	<p>france-2</p> <p>21.10</p>  <p>CETTE NUIT-LA Série 22.50 Justice en France, mag.</p>	<p>france-3</p> <p>21.05</p>  <p>DES RACINES & DES AILES Magazine 23.10 Enquêtes de région OU La France en vrai</p>	<p>CANAL+</p> <p>21.10</p>  <p>GUILLERMO GUIZ - « OZZY » Spectacle 22.35 SNULS, de toute façon...</p>	<p>france-5</p> <p>21.05</p>  <p>LA GRANDE LIBRAIRIE Magazine 22.35 C ce soir, mag.</p>	<p>6</p> <p>21.10</p>  <p>TOP CHEF Jeu 23.35 Top chef, jeu</p>
<p>arte</p> <p>21.00</p>  <p>LES LEÇONS PERSANES Film 23.00 Emilie Schindler, doc.</p>	<p>W9</p> <p>21.10</p>  <p>ENQUÊTES CRIMINELLES 23.10 Enquêtes criminelles, mag.</p>	<p>TMC</p> <p>21.25</p>  <p>MAIS OÙ EST DONC PASSEE LA 7ÈME COMPAGNIE ★ 23.10 90' Enquêtes</p>	<p>TFX</p> <p>21.10</p>  <p>SUPER NANNY 23.00 Super Nanny</p>	<p>LCP</p> <p>20.35</p>  <p>DÉBATDOC Documentaire 22.00 Sens Public, mag.</p>	<p>.4 X</p> <p>21.00</p>  <p>CORSU MEZU MEZU, LE CONCERT 22.30 Gulaan en concert à Nouméa</p>
<p>C STAR</p> <p>21.10</p>  <p>LOLO ★ Film 22.55 The tourist ★, film</p>	<p>RMC</p> <p>21.05</p>  <p>MA FAMILLE D'ABORD Série 22.15 Ma famille d'abord, série</p>	<p>LCI</p> <p>20.00</p>  <p>FACE A DARIUS ROCHEBIN Magazine 22.00 22H Rochebin - Broussouloux</p>	<p>TF1</p> <p>21.10</p>  <p>OCEAN'S 13 ★ Film 23.20 Ocean's twelve ★, film</p>	<p>C NEWS</p> <p>21.00</p>  <p>100 % POLITIQUE 23.30 Édition de la nuit</p>	<p>L'EQUIPE</p> <p>21.10</p>  <p>AMERICAN NIGHT Téléfilm 23.25 L'Équipe du Soir, mag.</p>
<p>6ter</p> <p>21.10</p>  <p>CASSE-NOISETTE ET LES QUATRE ROYAUMES ★ Film 22.50 Kaamelott, série</p>	<p>RMC</p> <p>21.10</p>  <p>TANGO & CASH ★ Documentaire 23.00 V pour Vendetta ★★, doc.</p>	<p>RMC</p> <p>21.15</p>  <p>FLIC STORY 22.40 100 jours avec les gendarmes du Médoc, doc.</p>	<p>TF1</p> <p>21.05</p>  <p>CASTLE Série 22.45 Castle, série</p>	<p>RTL9</p> <p>20.55</p>  <p>LA NUIT AU MUSEE ★ Film 22.50 Bienvenue dans la jungle ★, film</p>	<p>AB1</p> <p>20.55</p>  <p>CATCH: CATCH WWE PREMIUM LIVE EVENTS 2025 22.55 Catch</p>

<p>TF1</p> <p>21.10</p>  <p>LÉO MATTEI - BRIGADE DES MINEURS Série 23.00 Léo Matteï</p>	<p>france-2</p> <p>21.10</p>  <p>ENVOYÉ SPECIAL Magazine 23.00 Complément d'enquête, mag.</p>	<p>france-3</p> <p>21.05</p>  <p>POULETTS GRILLES Série 22.45 La France en vrai, doc.</p>	<p>CANAL+</p> <p>21.10</p>  <p>DALE L'INFILTRÉ Doc. 23.20 L'enfant de la forêt au Népal</p>	<p>france-5</p> <p>21.05</p>  <p>APRÈS LA MÉTÉORITE, LE MONDE DES SURVIVANTS 22.40 C ce soir, mag.</p>	<p>6</p> <p>21.10</p>  <p>LES TRAITRES Jeu 23.40 Les Traîtres : révélations sur la suite...</p>
<p>arte</p> <p>20.55</p>  <p>NO MAN'S LAND Série 22.40 No Man's Land, série</p>	<p>W9</p> <p>21.10</p>  <p>NANNY MCPHEE ET LE BIG BANG ★ 23.10 Nanny Mcphee ★, film</p>	<p>TMC</p> <p>21.25</p>  <p>L'AGENCE NOUVELLES DESTINATIONS Mag. 23.00 L'Agence Nouvelles Destinations, mag.</p>	<p>TFX</p> <p>21.10</p>  <p>WONDER WOMAN ★ Film 23.30 Chroniques criminelles, mag.</p>	<p>LCP</p> <p>20.30</p>  <p>DÉBATDOC Documentaire 22.00 Sens Public, mag.</p>	<p>.4 X</p> <p>21.00</p>  <p>SEPULTURA - CELEBRATING LIFE THROUGH DEATH 22.45 Heaven Shall Burn</p>
<p>C STAR</p> <p>21.10</p>  <p>Y'A QUE LA VERITE QUI COMPTE 23.05 Y'a que la vérité qui compte</p>	<p>W9</p> <p>21.05</p>  <p>POP DOC Documentaire 22.30 Pop Doc, doc.</p>	<p>LCI</p> <p>20.00</p>  <p>FACE A DARIUS ROCHEBIN Magazine 22.00 22H Rochebin - Broussouloux</p>	<p>TF1</p> <p>21.10</p>  <p>NEW YORK SECTION CRIMINELLE 22.50 New York section criminelle, série</p>	<p>C NEWS</p> <p>21.00</p>  <p>100 % POLITIQUE 23.30 Édition de la nuit</p>	<p>L'EQUIPE</p> <p>21.05</p>  <p>FLECHETTES: PREMIER LEAGUE 00.00 L'Équipe du Soir, mag.</p>
<p>6ter</p> <p>21.10</p>  <p>LA FAMILLE A REMONTER LE TEMPS 22.50 L'école à remonter le temps</p>	<p>RMC</p> <p>21.10</p>  <p>LA MAGIE DE DISNEY Doc. 22.55 Disneyland Paris : les secrets...</p>	<p>RMC</p> <p>21.15</p>  <p>CRASH DE LA GERMANWINGS... 22.15 Les 10 aéroports les plus dangereux</p>	<p>TF1</p> <p>21.05</p>  <p>LA FILLE DU PUISATIER ★ Film 23.10 Tanguy, le retour ★, film</p>	<p>RTL9</p> <p>20.55</p>  <p>THE PROFESSIONAL ★ 22.30 Tokarev ★, film</p>	<p>AB1</p> <p>20.55</p>  <p>CATCH: WWE RAW Sport 22.10 Catch : WWE Raw, sport</p>



URBAN
DAY



LE JOUR DE LA TERRE UN APPEL URGENT POUR NOTRE PLANÈTE 🌿

Chaque 22 avril, le monde entier célèbre le Jour de la Terre 🌍, une journée dédiée à la sensibilisation environnementale et à la protection de notre planète. Mais en 2025, peut-on encore se contenter de simples bonnes intentions ? Face à l'urgence climatique, il est temps d'ouvrir les yeux et d'agir. 🌱

📅 UNE MOBILISATION NÉE EN 1970

Le Jour de la Terre a vu le jour en 1970 aux États-Unis, sous l'impulsion du sénateur Gaylord Nelson, préoccupé par les ravages de la pollution industrielle 🏭. L'initiative prend rapidement de l'ampleur et devient, en 1990, un mouvement mondial rassemblant des millions de personnes dans plus de 140 pays 🌍. Aujourd'hui, plus d'un milliard d'individus participent chaque année à des actions pour protéger l'environnement. 🌱🌿

🔥 RÉCHAUFFEMENT CLIMATIQUE DES CHIFFRES QUI PARLENT D'EUX-MÊMES

Si certains climatosceptiques persistent à minimiser le problème, les données scientifiques sont sans appel :

! +1,2°C 📉 : C'est l'augmentation moyenne de la température mondiale depuis l'ère préindustrielle. Et si rien ne change, nous atteindrons les +2°C dès 2050.

! Les 8 dernières années ont été les plus chaudes jamais enregistrées 📈. 2023 a battu tous les records avec un été où la température mondiale a dépassé 1,5°C au-dessus des normales.

! Les glaciers fondent à une vitesse alarmante 🏔️ : entre 1994 et 2023, la Terre a perdu 28 000 milliards de tonnes de glace, entraînant une montée des eaux qui menace des millions de personnes 🌊.

! Un million d'espèces animales et végétales sont en danger d'extinction 🦋🐾, selon l'ONU. La biodiversité, pourtant essentielle à notre survie, disparaît 1000 fois plus vite qu'en temps normal.

🌱 CHACUN PEUT AGIR, DÈS MAINTENANT !

Bonne nouvelle : il n'est pas trop tard pour inverser la tendance ! Chaque geste compte, et la transition écologique repose sur des actions collectives et individuelles :

- Réduire sa consommation d'énergie ⚡ : privilégier les ampoules LED, éteindre les appareils en veille, isoler son logement.
- Privilégier une alimentation durable 🌿 : moins de viande 🍖, plus de produits locaux et de saison 🍏.

🚲 Repenser nos modes de transport 🚶 : privilégier le vélo 🚲, la marche 🚶 et les transports en commun 🚇.

🗑️ Limiter les déchets 🗑️ : refuser le plastique à usage unique, recycler au maximum, composter ses biodéchets.

- Économiser l'eau 💧 : fermer le robinet en se brossant les dents, récupérer l'eau de pluie, installer des mousseurs.

🌍 LE FUTUR EST ENTRE NOS MAINS

Le Jour de la Terre, ce n'est pas juste une date symbolique, c'est un rappel que nous avons le pouvoir de changer les choses 🌱. Si chacun fait un pas, l'impact sera immense. Alors, cette année, passons à l'action ! •



TF1  DANSE AVEC LES STARS 23.40 Danse avec les stars, la suite	france-2  TROPIQUES CRIMINELS Série 22.45 Tarata 100 % live	france-3  L'AMOUR CHEZ LES AUTRES 22.55 Le Splendid, l'incroyable...	CANAL+  L'AMOUR OUF ★★ Film 00.10 Joker : folie à deux ★, film	france-5  UNE JOURNEE PARTICULIERE 22.50 Marcello Mastroianni..., doc.	6  EIFFEL ★ Film 23.05 Eiffel, les derniers secrets, doc.
arte  LE VENGEUR MASQUE Téléfilm 22.30 Mort ou vif ★, film	W9  ENQUETE D'ACTION Mag. 23.00 Enquête d'action, mag.	TMC  DUCOBU 3 ★ Film 23.15 La tête dans les étoiles ★, film	TFX  BABY BOOM Documentaire 22.35 Baby Boom, doc.	LCP  LETTRE A L'ENFANT QUE TU NOUS AS DONNE Doc. 22.00 1945, la chute	.4 X  CERTE MATHURIN - LA FIEVRE Spectacle 22.00 Éphémère, le concert, spectacle
C STAR  GREG GUILLOTIN : LE PIRE STAGIAIRE 22.45 Greg Guillotin : le pire gendre	 RIO ★ Film 22.55 Ma famille d'abord, série	LCI  FACE A MARGOT HADDAD Magazine 22.00 22H Nivat - Cérin, mag.	TF1  NEW YORK UNITE SPECIALE Série 22.50 New York, unité spéciale, série	C NEWS  100 % POLITIQUE 23.30 Edition de la nuit	L'EQUIPE  THE YACHT Téléfilm 22.55 L'Equipe du Soir, mag.
6ter  BONES Série 22.40 Bones, série	RMC  LE BIGDIL, LE RE-TOUR EVENEMENT 22.35 Le Bigdil, le re-tour événement	RMC  THE GRAND TOUR AVEC JEREMY CLARKSON Doc. 22.20 The Grand Tour	HERITAGES  HÉRITAGES Magazine 22.55 Héritages, mag.	RTL9  NUMÉRO QUATRE ★ Film 22.45 Sans un bruit ★★, film	AB 1  LUCIFER Série 22.55 Lucifer, série

TF1  THE VOICE Divertissement 22.30 The Voice	france-2  QUI RESTERA DANS LA LUMIERE ? Divertissement 23.25 Quelle époque !	france-3  MEURTRES A CHANTILLY Téléfilm 22.35 Meurtres à Aix-en-Provence, téléfilm	CANAL+  RUGBY : TOP 14 23.20 Jérémy Ferrari - Anesthésie générale, spectacle	france-5  ÉCHAPPÉES BELLES Magazine 22.30 Echappées belles, mag.	6  NCIS Série 22.45 NCIS, série
arte  L'ODYSSÉE DES CHIFFRES Doc. 22.40 L'odyssée des chiffres, doc.	W9  LA PETITE HISTOIRE DE FRANCE 23.00 La petite histoire de France, série	TMC  COLUMBO Série 23.00 90' Enquêtes, mag.	TFX  CHRONIQUES CRIMINELLES Mag. 23.00 Chroniques criminelles, mag.	LCP  LE GRAND CHARLES Téléfilm 22.40 Le Grand Charles, téléfilm	.4 X  JACKIE ★★ Film 22.35 La belle saison ★, film
C STAR  AU CŒUR DE L'ENQUÊTE 22.55 Au cœur de l'enquête, mag.	 LEGO MASTERS USA : LES ROIS DE LA BRIQUE 22.45 Lego Masters USA	LCI  FACE A MARGOT HADDAD Magazine 22.00 22H Nivat - Cérin, mag.	TF1  JOSÉPHINE, ANGE GARDIEN Série 23.00 Joséphine, ange gardien, série	C NEWS  FACE A MICHEL ONFRAY Magazine 22.00 100 % politique week-end	L'EQUIPE  FOOTBALL : FC BARCELONE / REAL MADRID 00.40 UFC Classiques
6ter  LES VACANCES PRÉFÉRÉES DES FRANÇAIS 23.20 Les vacances préférées des Français	RMC  RETOUR À L'INSTINCT PRIMAIRE 22.55 Flic Story, doc.	RMC  ALASKA : SEULS AU MONDE Doc. 22.00 Alaska : seuls au monde, doc.	HERITAGES  DIX POUR CENT Série 22.10 Dix pour cent, série	RTL9  COUVRE-FEU ★ Film 22.55 Non-stop ★, film	AB 1  CATCH : WWE SMACK-DOWN 2025 22.40 Catch : WWE SmackDown 2025

LE PROGRAMME SPECTACLES

**SORTEZ
VIVEZ
SOURIEZ**

09/05/25
20H00

A PARTIR DE
35€



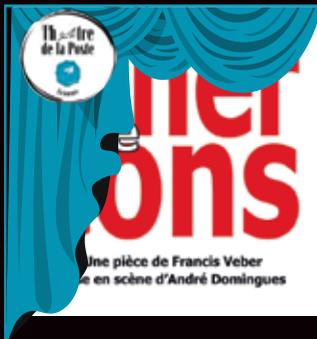
"UNE HEURE À TUER"

WALY DIA

Arena - NARBONNE

25/04/25
20H30

25€



"LE DINER DE CONS"

Francis Veber - André Domingues

La Parenthèse, Ch. de la Pascale - SERVIAN

02&03 /05/25
20H30

8-21€



"À CIEL OUVERT"

Cirque Aïtal

Stade Saint-Salvyre - NARBONNE

13/05/25
20H00

A PARTIR DE
25€



"MUSIC IS COMING"

Lords of the Sound

Arena - NARBONNE

<p>TF1</p> <p>21.10  SHAZAM ! ★ Film 23.25 Shazam ! La rage des dieux, film</p>	<p>france-2</p> <p>21.10  ANTOINETTE DANS LES CÉVENNES Film 22.45 Beau Geste, mag.</p>	<p>france-3</p> <p>21.05  MYSTÈRES AU PARADIS Série 22.05 Mystères au paradis, série</p>	<p>CANAL+</p> <p>21.05  RUGBY : TOP 14 Elyas ★, film 23.20 film</p>	<p>france-5</p> <p>21.05  CRIMES CONTRE L'HUMANITÉ Doc. 22.00 Crimes contre l'humanité, doc.</p>	<p>6</p> <p>21.10  CAPITAL Magazine 23.15 Enquête exclusive, mag.</p>
<p>arte</p> <p>21.00  L'ÉCHANGE ★ Film 23.20 Mia Farrow, en clair-obscur, doc.</p>	<p>W9</p> <p>21.10  LUCKY Film 22.40 La petite histoire de France, série</p>	<p>TMC</p> <p>21.15  ESPRITS CRIMINELS Série 22.00 Esprits criminels, série</p>	<p>TFX</p> <p>21.10  RTT ★ Film 22.50 Les visiteurs en Amérique ★, film</p>	<p>LCP</p> <p>21.00  REMBOB'INA Magazine 23.00 Ces idées qui gouvernent le monde</p>	<p>.4 X</p> <p>21.00  LES GROS PATINENT BIEN Spectacle 22.30 Blizzard, spectacle</p>
<p>C STAR</p> <p>21.10  CHICAGO FIRE Série 22.45 Chicago Fire, série</p>	<p>W9</p> <p>21.05  TINY HOUSE NATION 22.45 Tiny House Nation, doc.</p>	<p>LCI</p> <p>20.00  FACE À MARGOT HADDAD Magazine 22.00 22H Rochebin, mag.</p>	<p>TF1</p> <p>21.10  LE CLUB DES CINQ Téléfilm 23.00 Mort sur le Nil ★, film</p>	<p>C NEWS</p> <p>21.00  EN QUÊTE D'ESPRIT Magazine 22.00 100 % politique week-end</p>	<p>L'EQUIPE</p> <p>21.05  VANQUISH Film 22.40 L'Équipe du Soir, mag.</p>
<p>6ter</p> <p>20.50  ASTÉRIX ET LE COUP DU MENCHIR 22.15 Astérix chez les Bretons ★, film</p>	<p>RMC</p> <p>21.10  100 JOURS AVEC LES GENDARMES D'AJAX-EN-PROVENCE Film 22.25 Flic Story, doc.</p>	<p>RMC</p> <p>21.10  FAITES ENTRER L'ACCUSÉ Doc. 22.55 Faites entrer l'accusé, doc.</p>	<p>TF1</p> <p>21.05  LES PETITS MEURTRES D'AGATHA CHRISTIE 23.00 Les petits meurtres d'Agatha Christie</p>	<p>RTL9</p> <p>20.55  TAKERS ★ Film 22.45 Incassable ★, film</p>	<p>AB1</p> <p>20.55  LE LIVRE PERDU DES SORTILÈGES 22.35 Le livre perdu des sortilèges, série</p>

<p>TF1</p> <p>21.10  SAM Série 22.05 Sam, série</p>	<p>france-2</p> <p>21.10  CEREMONIE DES MOLIERES 2025 00.05 Le Dragon, spectacle</p>	<p>france-3</p> <p>21.05  MEURTRES À MULHOUSE Téléfilm 22.35 Meurtres à Rocamadour</p>	<p>CANAL+</p> <p>21.10  CIMETIERE INDIEN Série 22.45 Hot Ones</p>	<p>france-5</p> <p>21.05  ON MANGE QUOI ? Documentaire 22.40 C ce soir, mag.</p>	<p>6</p> <p>21.10  MARIES AU PREMIER REGARD 23.25 Mariés au premier regard...</p>
<p>arte</p> <p>20.55  VIPERE AU POING ★ Film 22.35 L'homme qui voulait savoir, film</p>	<p>W9</p> <p>21.10  SISTER ACT ★ Film 23.10 Sonic 2, le film ★, film</p>	<p>TMC</p> <p>21.25  STAR WARS : L'ASCENSION DE SKYWALKER 23.50 Star Wars : Les derniers Jedi</p>	<p>TFX</p> <p>21.10  APPELS D'URGENCE Film 22.15 Appels d'urgence, mag.</p>	<p>LCP</p> <p>20.30  DEBATDOC - LES COULISSES DE L'HISTOIRE Doc. 22.00 Sens Public, mag.</p>	<p>.4 X</p> <p>21.00  CULTUREBOX, LE SHOW Div. 22.20 Planète Rap, mag.</p>
<p>C STAR</p> <p>21.10  LE GALA DE PAUL MIRABEL Spectacle 23.05 Laura Felpin - « Ça passe », spec.</p>	<p>W9</p> <p>21.05  WOODY WOODPECKER Téléfilm 22.55 Le meilleur des What The fun games</p>	<p>LCI</p> <p>20.00  FACE À DARIUS ROCHEBIN Magazine 22.00 22H Rochebin - Broussouloux</p>	<p>TF1</p> <p>21.10  POKEMON : DÉTECTIVE PIKACHU ★ 23.00 Mission Pays Basque ★, film</p>	<p>C NEWS</p> <p>21.00  100 % POLITIQUE Magazine 23.30 Édition de la nuit</p>	<p>L'EQUIPE</p> <p>21.15  L'ÉQUIPE VINTAGE FOOTBALL 23.30 Hounds of War, film</p>
<p>6ter</p> <p>21.10  KAAMELOTT Série 22.40 Kaamelott, série</p>	<p>RMC</p> <p>21.10  LES SORCIERES DE SALEM 22.05 L'énigme des témoins de Jéhovah, doc.</p>	<p>RMC</p> <p>21.15  VINTAGE MECANIC Documentaire 22.45 Vintage Mecanic, doc.</p>	<p>TF1</p> <p>21.05  CRIMES Documentaire 22.45 Crimes, doc.</p>	<p>RTL9</p> <p>20.55  L'EXPERIENCE INTERDITE ★ Film 22.55 Scream 4 ★, film</p>	<p>AB1</p> <p>20.55  DR HOUSE Série 22.30 Dr House, série</p>



VENEZ FÊTER PÂQUES À LA RÉSERVE AFRICAINE !

DE NOMBREUSES ACTIVITÉS VOUS SERONT PROPOSÉES :

- ACTIVITÉS LUDIQUES AUTOUR DES ŒUFS ET DES PLUMES
 - JEU DE PISTE
 - TATTOOS PAILLETES POUR PETITS ET GRANDS
- ... ET BIEN D'AUTRES SURPRISES À VENIR DÉCOUVRIR EN FAMILLE OU ENTRE AMIS !

DIMANCHE 20 ET LUNDI 21 AVRIL 2025 DE 10H À 16H30.

DES ŒUFS EN CHOCOLAT SONT À GAGNER !

**ACTIVITÉS ACCESSIBLES UNIQUEMENT
AVEC LE BILLET D'ENTRÉE DU PARC,
À RÉSERVER SUR LE SITE INTERNET
DE LA RÉSERVE AFRICAINE**



JEUX POUR ENFANTS

JOURNÉE DE LA

CHERCHE & TROUVE

LA PLANÈTE EN DANGER !

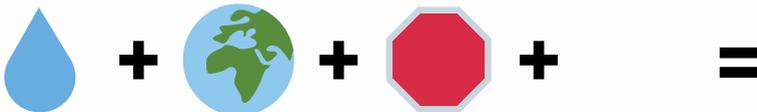
DANS CETTE IMAGE, PLUSIEURS OBJETS NUISIBLES À LA NATURE SE SONT CACHÉS : UNE BOUTEILLE EN PLASTIQUE. UN SAC EN PLASTIQUE. UNE PILE USAGÉE. UN VIEUX PNEU. UNE CANETTE ET DES SACS-POUBELLE TROUÉS AVEC DES DÉCHETS. TROUVEZ-LES ET ENTOUREZ-LES EN ROUGE !



RÉBUS

LE MESSAGE SECRET DE LA TERRE

DÉCODE CE RÉBUS POUR DÉCOUVRIR UN MESSAGE IMPORTANT SUR LA PROTECTION DE NOTRE PLANÈTE !

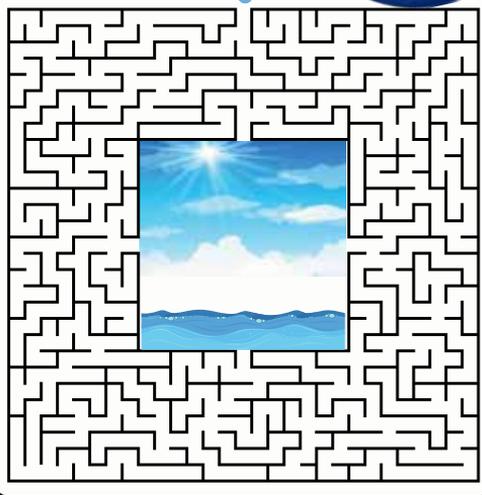


----- !



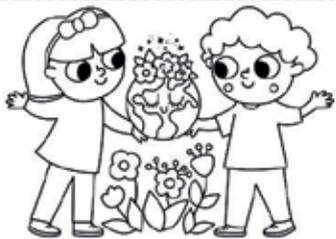
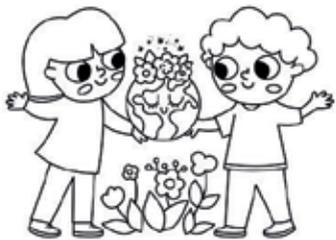
LABYRINTHE

SAUVE LA PLANÈTE !
 AIDE CETTE GOUTTE D'EAU À
 TRAVERSER LE LABYRINTHE POUR
 ARRIVER À L'OcéAN SANS ÊTRE
 POLLUÉE PAR LES DÉCHETS !



COLORIAGE & DIFFÉRENCES

PROTÉGEONS LA TERRE
 COLORIE EN UTILISANT DES COULEURS VIVES POUR
 REPRÉSENTER UN MONDE PLUS VERT !
 ENSUITE, TROUVE LES 10 DIFFÉRENCES ENTRE CES DEUX
 IMAGES



MOTS MÊLÉS

LA JOURNÉE MONDIALE DE LA TERRE

TROUVE LES MOTS SUIVANTS :

- TERRE
- PLANÈTE
- AVRIL
- RECYCLAGE
- ARBRE
- ENVIRONNEMENT
- SENSIBILISATION
- ÉCOSYSTÈMES
- BIODIVERSITÉ
- PROTECTION
- RESPONSABILITÉ
- CLIMAT
- GRAINES



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





URBAN RECETTES



Côté salé

🌿 FORÊT COMESTIBLE 🌿

Un millefeuille élégant, avec des couches colorées rappelant les strates de la Terre. Une recette 100% végétale et éco-friendly, parfaite pour une entrée raffinée ! 🌿

INGRÉDIENTS (POUR 4 PERSONNES)

- 🥑 2 avocats bien mûrs
- 🍷 1 petite betterave crue (ou cuite, selon préférence)
- 🧀 150 g de fromage de chèvre frais
- 🍯 1 cuillère à soupe de miel
- 🌰 1 poignée de noix concassées
- 🫒 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- 🧂 1 pincée de sel et de poivre
- 🌱 Quelques jeunes pousses pour la déco

PRÉPARATION

- 1 Coupez les avocats en fines tranches et arrosez-les d'un filet de jus de citron 🍋 pour éviter qu'ils noircissent.
 - 2 Râpez la betterave en fines lamelles ou coupez-la en tranches ultra-fines à la mandoline pour une texture délicate.
 - 3 Mélangez le fromage de chèvre avec le miel et les noix pour obtenir une mousse légère et parfumée.
 - 4 Montez le millefeuille en alternant une tranche d'avocat, une tranche de betterave et une couche de mousse de chèvre. Répétez l'opération trois fois pour un effet visuel bluffant ! 😍
 - 5 Terminez avec quelques jeunes pousses, un filet d'huile d'olive et un peu de fleur de sel.
- 🌍 Un plat frais, coloré et 100% nature, comme un petit bout de Terre dans l'assiette ! 🍀



🍀 POURQUOI CES RECETTES ?

- **Engagement éco-responsable 🌿** : des produits bruts, peu transformés, et zéro gaspillage !
- **Effet waouh visuel 😍** : des jeux de textures et de couleurs qui rappellent notre belle planète.
- **Un maximum de saveurs 😋** : entre croquant, fondant et douceur, un vrai hommage aux richesses de la Terre.

Côté sucré

🌿 NID DE LA TERRE 🍷

Un dessert à couper le souffle, où une sphère en chocolat noir abrite une mousse onctueuse à la noisette 🍪 et un cœur coulant praliné. Un clin d'œil à notre planète aux multiples couches et saveurs !

INGRÉDIENTS (POUR 4 PERSONNES)

- 🌍 **Pour la coque chocolat :**
- 🍫 200 g de chocolat noir pâtisseries 70%
- Pour la mousse noisette
- 🥛 250 g de crème liquide entière
- 🍪 50 g de purée de noisette
- ❄️ 20 g de sucre glace
- 🌿 1 feuille de gélatine (ou agar-agar pour une version végane)

- 🍷 **Pour le cœur coulant :**
- 🍪 50 g de praliné maison ou du commerce

PRÉPARATION

- 1 Faites fondre le chocolat au bain-marie et tapissez l'intérieur de moules demi-sphères en silicone avec une fine couche. Laissez figer au frais. ❄️
 - 2 Montez la crème liquide en chantilly, ajoutez le sucre glace et la purée de noisette. Incorporez la gélatine fondue et mélangez délicatement. 🍪
 - 3 Remplissez chaque demi-sphère de mousse noisette et insérez une petite cuillère de praliné au centre. Fermez avec une autre demi-sphère en chocolat pour former une boule complète. 🍪
 - 4 Laissez reposer au réfrigérateur au moins 2 heures avant de servir.
- 🌿 Astuce déco : Servez votre "planète chocolat" sur un lit de crumble cacao 🍫 et ajoutez quelques éclats de noisettes caramélisées pour un effet encore plus gourmand ! 😍

Les 19 & 20 avril 2025

Pâques aux Halles

SAMEDI 19 & DIMANCHE 20 AVRIL à partir de 10h

Omelettes Géantes

Offertes en dégustation aux clients

Défi relevé par le Racing
Club Narbonnais avec
la complicité de France
Bénévolat Aude.

DIMANCHE 20 AVRIL
à partir de 10h

Ambiance
Fanfare

BANZAÏ
la fanfare survoltée !

AVICELLE SOUTIEN DE



www.narbonne.halles.fr

POUR LES GRANDS

MOTS FLÉCHÉS

DALLAGE NAVETE	SEVRA LANGUE BENTONNE	GAZ TOXIQUE CUIVRE	PROVI- SENS SILANDE BALSIFER	INDICA- TION
S'OUV IMPROU- VATION VOCALE		FILIN DE GRAPPIN		
VILLE DU JAPON TELEGE		FILETS DE PÊCHE PIÈCES DE COMPLÈTES	ID EST FOINT	
EXPLOSI- F	PARF- TEUR CORPSE- MENT	CONVIC- TION EXTORPA		
TORTUE MARINE TERRO- VESSAS	AFFLUENT DE LA SEINE INDUSTRIE	ÉTAIN- PERICIE DE POP- NATION		
NOVICE	POSSÈS- SIF ÉTANQ ÉTANQ		MOULIN	
BAIR DIVIS-ON DE PIÈCE		CREUX		
			EAU DE- VIE	
				QUENOTTE

MOT MYSTÈRE

Rayez dans la grille les mots de la liste pour découvrir le MOT MYSTÈRE dont voici la définition :
FAIT UN TOUR DE CHAMP (7 lettres)

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

ABSTENTION	HEBREU	POURVOI
AIRELLE	HYSOPE	RANCIO
ALPINE	INERTIE	RECULER
ANOBLIR	KIPPER	RÉTIVE
ARVINE	LÉGÈRE	REVÊCU
BAQUET	LISIÈRE	SANTÉ
BONNET	LUTRIN	SCAROLE
CANARI	MAATJE	SHTETL
CERTES	MANQUE	SOCIABLE
CYNOCÉPHALE	MARBRIERIE	SURIMI
DIVERGENCE	MARSEILLAISE	TAURES
ÉCURIE	PARITÉ	TREMOLOS
ÉTRAVE	PLEURS	VOULUE

BINARY DIFFICILE

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

Remplissez les grilles avec des 0 et des 1. On ne peut trouver plus de deux 0 ou 1 à la suite. Sur chaque ligne et chaque colonne il y a le même nombre de 0 et de 1. 2 lignes ou 2 colonnes ne peuvent être identiques.



<p>TF1</p> <p>21.10</p> <p>KOH-LANTA Jeu 22.40 Koh-Lanta</p> <p>arte</p> <p>21.00</p> <p>VIETNAM, LA NAISSANCE D'UNE NATION 22.45 Vietnam, la naissance d'une nation</p> <p>C STAR</p> <p>21.10</p> <p>LA FOLIE CAMPING-CAR 23.05 La folie camping-car, doc.</p> <p>6ter</p> <p>21.10</p> <p>MISSION : IMPOSSIBLE 2 ★ Film 23.30 Les reines de la route, doc.</p>	<p>france-2</p> <p>21.10</p> <p>RENDEZ-VOUS EN TERRE INCONNUE 00.25 Rendez-vous en terre inconnue</p> <p>W9</p> <p>21.10</p> <p>LA BELLE ET LA BÊTE ★ Film 23.30 Nanny McPhee et le Big Bang ★</p> <p>RMC</p> <p>21.05</p> <p>LES MITCHELL CONTRE LES MACHINES 23.05 Le meilleur des What The fun games</p> <p>RMC</p> <p>21.10</p> <p>ALIEN FICTION Documentaire 22.00 Alien Fiction, doc.</p>	<p>france-3</p> <p>21.05</p> <p>FACE À FACE Série 22.00 Face à face, série</p> <p>TMC</p> <p>21.25</p> <p>90' ENQUÊTES Magazine 22.40 90' Enquêtes, mag.</p> <p>LCI</p> <p>20.00</p> <p>FACE A DARIUS ROCHEBIN Magazine 22.00 22H Rochebin - Broussouloux</p> <p>RMC</p> <p>21.15</p> <p>LE QUOTIDIEN DES FOURRIÈRES Doc. 22.35 Embouteillages, parkings...</p>	<p>CANAL+</p> <p>21.10</p> <p>LEE MILLER ★ Film 23.05 Faut voir ! L'hebdô cinéma</p> <p>TFX</p> <p>21.10</p> <p>LE CHAT POTTE 2 : LA DERNIÈRE QUÊTE 23.00 Shrek le troisième ★, film</p> <p>TF1</p> <p>21.10</p> <p>CAMPING PARADIS Série 22.00 Camping Paradis, série</p> <p>6ter</p> <p>21.05</p> <p>MASSACRE EN FAMILLE Doc. 22.55 Snapped : les femmes tueuses</p>	<p>france-5</p> <p>21.05</p> <p>ÇA PASSE CREME ? 21.35 Les fromages du Nord gardent le cap, doc.</p> <p>LCP</p> <p>20.30</p> <p>DÉBATDOC Documentaire 22.00 Sens Public, mag.</p> <p>C NEWS</p> <p>21.00</p> <p>100 % POLITIQUE Magazine 23.30 Édition de la nuit</p> <p>RTL9</p> <p>20.55</p> <p>BLINDÉS ★ Film 22.40 The Professional ★, film</p>	<p>6</p> <p>21.10</p> <p>ARNAQUES ! Magazine 23.05 Arnaques ! mag.</p> <p>4 X</p> <p>21.00</p> <p>SOIRÉE MAURICE BÉJART Spectacle 22.00 Islands, spectacle</p> <p>L'EQUIPE</p> <p>21.00</p> <p>LA GRANDE SOIRÉE Magazine 22.00 L'Équipe du Soir, mag.</p> <p>AB1</p> <p>20.55</p> <p>PERSON OF INTEREST Série 22.35 Person of Interest, série</p>
---	---	---	--	---	---

<p>TF1</p> <p>21.10</p> <p>GREY'S ANATOMY Série 22.50 Grey's Anatomy : Station 19, série</p> <p>arte</p> <p>21.00</p> <p>LES TEMPS MODERNES Film 22.25 Chaplin et "Les temps modernes", doc.</p> <p>C STAR</p> <p>21.10</p> <p>RAMBO ★ Film 22.55 Big game ★, film</p> <p>6ter</p> <p>21.10</p> <p>L'ÉTUDIANTE ET MONSIEUR HENRI 23.00 La petite histoire de France, série</p>	<p>france-2</p> <p>21.10</p> <p>CETTE NUIT-LÀ Série 22.00 Cette nuit-là, série</p> <p>W9</p> <p>21.10</p> <p>ENQUÊTES CRIMINELLES Magazine 22.10 Enquêtes criminelles, mag.</p> <p>RMC</p> <p>21.05</p> <p>MALCOLM Série 22.15 Malcolm, série</p> <p>RMC</p> <p>21.10</p> <p>NINJA TURTLES ★ Film 22.55 Futuroscape : la techno des attractions, doc.</p>	<p>france-3</p> <p>21.05</p> <p>CORSE, L'ÉPOPEE D'UNE ÎLE Doc. 22.35 Chroniques d'en haut, mag.</p> <p>TMC</p> <p>21.25</p> <p>ON A RETROUVE LA 7^e COMPAGNIE 22.10 Mais où est donc passée la 7^e Compagnie ?</p> <p>LCI</p> <p>20.00</p> <p>FACE A DARIUS ROCHEBIN Magazine 22.00 22H Rochebin - Broussouloux</p> <p>RMC</p> <p>21.15</p> <p>FLIC STORY Documentaire 22.35 100 jours avec les gendarmes</p>	<p>CANAL+</p> <p>21.00</p> <p>FOOTBALL : CHAMPIONS LEAGUE 22.35 Canal Champions Club, mag.</p> <p>TFX</p> <p>21.10</p> <p>SUPER NANNY Magazine 23.00 Super Nanny</p> <p>TF1</p> <p>21.10</p> <p>KRYPTO ET LES SUPER-ANIMAUX 23.05 Pokémon: Détective Pikachu</p> <p>6ter</p> <p>21.05</p> <p>CASTLE Série 22.45 Castle, série</p>	<p>france-5</p> <p>21.05</p> <p>LA GRANDE LIBRAIRIE Magazine 22.35 C ce soir, mag.</p> <p>LCP</p> <p>20.30</p> <p>DÉBATDOC Documentaire 22.00 Sens Public, mag.</p> <p>C NEWS</p> <p>21.00</p> <p>100 % POLITIQUE Magazine 23.30 Édition de la nuit</p> <p>RTL9</p> <p>20.55</p> <p>LA NUIT AU MUSÉE 2 ★ Film 22.45 La nuit au musée ★, film</p>	<p>6</p> <p>21.10</p> <p>TOP CHEF Jeu 23.30 Top chef, jeu</p> <p>4 X</p> <p>21.00</p> <p>AMY WINEHOUSE Spectacle 21.50 Deluxe, spectacle</p> <p>L'EQUIPE</p> <p>21.00</p> <p>LA GRANDE SOIRÉE Magazine 23.00 L'Équipe du Soir, mag.</p> <p>AB1</p> <p>20.55</p> <p>CATCH : WWE RAW Sport 22.10 Catch : WWE Raw, sport</p>
--	---	---	---	--	---

ENVILLE
Commerçants du Cœur de Narbonne

AVRIL

ÉVÈNEMENTS & ANIMATIONS

0
5

LANCEMENT DU PRINTEMPS

BATUCADA
AVEC MIZIKARAÏB

1
2

LES COMMERÇANTS
FÊTENT PAQUES

DEAMBULATION

AVEC CHARLIE &
LA CHOCOLATERIE

1
9

LES COMMERÇANTS
FÊTENT PAQUES

DEAMBULATION

AVEC LES GOURMANDISES

12
&
19

LES COMMERÇANTS
FÊTENT PAQUES

**CHASSE AU
TRÉSOR**

AVEC INDICES DANS LES
BOUTIQUES ADHÉRENTES
& PARTICIPANTES

ENVILLENARBONNE

<p>TF1</p> <p>21.10</p>  <p>LÉO MATTÉI - BRIGADE DES MINEURS </p> <p>22.05 Léo Mattéi - Brigade des mineurs</p>	<p>france-2</p> <p>21.10</p>  <p>FORT BOYARD Jeu</p> <p>23.20 Fort Boyard tous jours plus fort</p>	<p>france-3</p> <p>21.05</p>  <p>PEUR SUR LA BASE Téléfilm</p> <p>22.45 La France en vrai, doc.</p>	<p>CANAL+</p> <p>21.00</p>  <p>FOOTBALL : EUROPA LEAGUE</p> <p>22.55 Soir d'Europe, mag.</p>	<p>france-5</p> <p>21.05</p>  <p>LES PYRAMIDES PERDUES DES ROIS SOLEIL Doc.</p> <p>22.40 C ce soir, mag.</p>	<p>6</p> <p>21.10</p>  <p>LES TRAITRES Jeu</p> <p>23.20 Les Traîtres : révélations sur la suite...</p>
<p>arte</p> <p>20.55</p>  <p>I KNOW YOUR SOUL Série</p> <p>22.35 I Know Your Soul, série</p>	<p>W9</p> <p>21.10</p>  <p>MISS PEREGRINE ET LES ENFANTS PARTICULIERS</p> <p>23.30 Coyote girls ★</p>	<p>TMC</p> <p>21.25</p>  <p>DUCOBU 3 ★ Film</p> <p>23.05 Ducobu 3 ★, film</p>	<p>TFX</p> <p>21.10</p>  <p>TATTOO COVER : SAUVEURS DE TATOUAGES </p> <p>22.10 Tattoo Cover</p>	<p>LCP</p> <p>20.35</p>  <p>DEBATDOC Documentaire</p> <p>22.00 1945, la chute du Reich, doc.</p>	<p>4 X</p> <p>21.00</p>  <p>THE KILLS Spectacle</p> <p>22.00 The Hives, spectacle</p>
<p>C STAR</p> <p>21.10</p>  <p>Y'A QUE LA VÉRITÉ QUI COMPTE</p> <p>23.05 Y'a que la vérité qui compte</p>	<p>POP DOC</p> <p>21.05</p>  <p>POP DOC Documentaire</p> <p>22.30 Pop Doc, doc.</p>	<p>LCI</p> <p>20.00</p>  <p>FACE À DARIUS ROCHEBIN Magazine</p> <p>22.00 22H Rochebin - Broussouloux</p>	<p>TF1</p> <p>21.10</p>  <p>NEW YORK SECTION CRIMINELLE</p> <p>21.55 New York Section Criminelle</p>	<p>C NEWS</p> <p>21.00</p>  <p>100 % POLITIQUE Magazine</p> <p>23.30 Édition de la nuit</p>	<p>L'EQUIPE</p> <p>21.05</p>  <p>FLECHETTES : PREMIER LEAGUE</p> <p>00.00 L'Équipe du Soir, mag.</p>
<p>6ter</p> <p>21.10</p>  <p>LA FAMILLE À REMONTER LE TEMPS</p> <p>22.50 L'école à remonter le temps</p>	<p>RMC</p> <p>21.10</p>  <p>LEGO : DANS LES COULISSES DU N°1 DU JOUET</p> <p>22.05 Lego : les 30 constructions les plus incroyables</p>	<p>RMC</p> <p>21.15</p>  <p>10 CATASTROPHES QUI ONT MARQUÉ LA PLANÈTE</p> <p>22.15 10 catastrophes qui ont marqué la planète</p>	<p>TF1</p> <p>21.05</p>  <p>LES YEUX JAUNES DES CROCODILES ★ Film</p> <p>23.25 Signes ★, film</p>	<p>RTL9</p> <p>20.55</p>  <p>LE COLLECTIONNEUR ★  Film</p> <p>23.00 Spirits, film</p>	<p>AB1</p> <p>20.55</p>  <p>PERSON OF INTEREST Série</p> <p>22.35 Person of Interest, série</p>

<p>TF1</p> <p>21.10</p>  <p>MASK SINGER Divertissement</p> <p>22.30 Mask Singer</p>	<p>france-2</p> <p>21.10</p>  <p>TROPIQUES CRIMINELS  Série</p> <p>22.00 Tropiques criminels, série</p>	<p>france-3</p> <p>21.05</p>  <p>LA CARTE AUX TRÉSORS Jeu</p> <p>23.20 La carte aux trésors</p>	<p>CANAL+</p> <p>21.10</p>  <p>LA PETITE VALDROUILLE ★★ Film</p> <p>22.45 Le larbin ★, film</p>	<p>france-5</p> <p>21.05</p>  <p>TANDEM Film</p> <p>22.35 Six personnages en quête d'auteur, doc.</p>	<p>6</p> <p>21.10</p>  <p>OSS 117 : ALERTE ROUGE EN AFRIQUE NOIRE ★</p> <p>23.20 Top Gun : Maverick</p>
<p>arte</p> <p>20.55</p>  <p>VICTIME DU SILENCE Téléfilm</p> <p>22.30 Vanilla Sky ★, film</p>	<p>W9</p> <p>21.10</p>  <p>ENQUÊTE D'ACTION </p> <p>23.00 Enquête d'action, mag.</p>	<p>TMC</p> <p>21.25</p>  <p>DISNEYLAND PARIS : LES SECRETS DU N°1 DES PARCS D'ATTRACTION</p> <p>23.20 90' Enquêtes</p>	<p>TFX</p> <p>21.10</p>  <p>BABY BOOM Documentaire</p> <p>22.40 Baby Boom, doc.</p>	<p>LCP</p> <p>21.00</p>  <p>MAMAN, J'AI ARRÊTÉ L'AVION !</p> <p>22.00 Bosnie-Herzégovine, une paix si fragile, doc.</p>	<p>4 X</p> <p>21.00</p>  <p>CAMILLE CHAMOUX, LE TEMPS DE VIVRE</p> <p>22.35 Kungs av Francofilles de La Rochelle</p>
<p>C STAR</p> <p>21.10</p>  <p>GREG GUILLOTIN : LE PIRE STAGIAIRE !</p> <p>22.55 Greg Guillotin : le pire stagiaire</p>	<p>W9</p> <p>21.05</p>  <p>UN JOUR SANS FIN ★ Film</p> <p>23.00 Ma famille d'abord, série</p>	<p>LCI</p> <p>20.00</p>  <p>FACE À MARGOT HADDAD Magazine</p> <p>22.00 22H Nivat - Cérin, mag.</p>	<p>TF1</p> <p>21.10</p>  <p>NEW YORK UNITÉ SPECIALE  Série</p> <p>21.55 New York Unité Spéciale, série</p>	<p>C NEWS</p> <p>21.00</p>  <p>100 % POLITIQUE Magazine</p> <p>23.30 Édition de la nuit</p>	<p>L'EQUIPE</p> <p>21.05</p>  <p>LE CROCODILE DU BOTSWANGA ★  Film</p> <p>23.00 L'Équipe du Soir</p>
<p>6ter</p> <p>21.10</p>  <p>BONES Série</p> <p>22.40 Bones, série</p>	<p>RMC</p> <p>21.10</p>  <p>LE BIGDIL DES ANNÉES 90 Div.</p> <p>22.50 Le Bigdil des années 90</p>	<p>RMC</p> <p>20.55</p>  <p>FOOTBALL : 125 ANS DE L'OM</p> <p>23.15 100 jours avec les dépanneurs de l'autoroute</p>	<p>TF1</p> <p>21.05</p>  <p>HÉRITAGES  Magazine</p> <p>22.55 Héritages, mag.</p>	<p>RTL9</p> <p>20.55</p>  <p>REAL STEEL ★ Film</p> <p>23.05 Star Trek ★★, film</p>	<p>AB1</p> <p>20.55</p>  <p>LUCIFER  Série</p> <p>23.00 Lucifer, série</p>

ENVIËVE
Commerçants du Centre de Narbonne

MAI

ÉVÈNEMENTS & ANIMATIONS

09

SOIRÉE ANNÉES 80

**NUIT DES
COMMERÇANTS**

DJ PETIT NICO - DÉFILÉ
& D'AUTRES ANIMATIONS

**15
AU
18**

PARTICIPATION

**SALON DU
LIVRE**

MISE EN AVANT DE L'ASSO
& DES ADHÉRENTS

24

JOURNÉE ADHÉRENTS

**DÉFILÉ - MARCHÉ
COURSE DES
SERVEURS**

SPÉCIAL FÊTE DES MÈRES

27

LANCEMENT

**CONCOURS DE
VITRINES**

FAITES LA PLUS JOLIE
VITRINE DU CENTRE VILLE
DE NARBONNE

@CHVILLENARBONNE

LE PROGRAMME PÉTANQUE



DE L'AUDE

14H00

SAMEDI 19 AVRIL 2025 - QUILLAN
AUDE DOUBLETES JEU PROVENÇAL

09H00

Dimanche 20 Avril 2025 - QUILLAN
AUDE DOUBLETES JEU PROVENÇAL

08H00

SAMEDI 26 AVRIL 2025 - AZILLE
AUDE DOUBLETES JEU PROVENÇAL

08H00

DIMANCHE 27 AVRIL 2025 - AZILLE
AUDE DOUBLETES JEU PROVENÇAL

MARDI 29 AVRIL 2025
1ERE JOURNEE
C.D.C VÉTÉRANS

source : <https://www.cd11-pjp.fr/>

JOYEUSES PÂQUES

VAP'ART

Vape & CBD Shop



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

10 Bd Docteur Lacroix - Narbonne

04 68 70 91 05

NARBONNE ARENA

• **EXPO DINOS**
3 ET 4 MAI 25

• **FERRARI / TSAMERE /
LECAPLAIN**
**LA TOURNÉE
DU TRIO**
10 MAI 2025

• **LORDS
OF THE SOUND**
13 MAI 2025

• **ELECTRO
SYMPHONY**
14 MAI 2025

• **LES COMEDIES
MUSICALE**
15 MAI 2025

• **LE LAC DES
CYGNES**
16 MAI 2025

• **NADAU**
7 JUIN 2025

• **THE WORLD
OF QUEEN**
3 OCT. 2025

• **SCOTT BRADLEE'S
POSTMODERN
JUKEBOX**
18 OCT. 2025

• **VITAA**
25 OCT. 2025

• **FIESTA VINO**
7, 8 ET 9 NOV. 2025

• **BELINDA DAVIDS**
14 NOV. 2025

• **ULTRA VOMIT
& TAGADA
JONES**
15 NOV. 2025

• **NINO ARIAL**
21 NOV. 2025

• **LE CADRE NOIR**
12 > 14 DÉC. 2025

• **CARMINA
BURANA**
16 DÉC. 2025

• **CASSE-
NOISETTE**
20 JAN. 2026

• **LE GANG
DES CHIEUSES**
23 JAN. 2026

• **GÉNÉRATION
CELINE**
24 JAN. 2026

NOUVEAU
• **TRIAL INDOOR
SHOW INTERNATIONAL**
30 JAN. 2026

NOUVEAU
• **CLARA LUCIANI**
7 FÉV. 2026

• **GOLDMEN**
14 FÉV. 2026

• **PAUL MIRABEL**
26 FÉV. 2026

NOUVEAU
• **THE WORLD OF
HANS ZIMMER**
THE IMMERSIVE
SYMPHONY
13 MARS 2026

• **MESSMER**
15 MARS 2026

• **KENDJI
GIRAC**
26 MARS 2026

• **COVERTRAMP**
28 MARS 2026

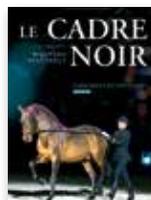
• **MICHEL JONASZ**
29 MARS 2026

NOUVEAU
• **IRISH CELTIC**
2 AVR. 2026

NOUVEAU
• **LA LEGENDE DE
MONTE-CRISTO**
18 AVR. 2026

• **ELENA
NAGAPETYAN**
23 AVR. 2026

NOUVEAU
• **15 000 VOIX POUR
LES LEGENDES
DU ROCK**
06 JUIN 2026



**LE CADRE
NOIR**
12 > 14 DÉC.
2025



VITAA
25 OCT. 2025

Billetterie
dans les points de
vente habituels

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



ET SUR

narbonne-arena.fr