



HEURE TITRE	SOUS-TITRE	CARACTERISTIQUES	DUREE
04:26:00 <b>Casse pas la tête</b>	10/03/2025		00:24:45
04:51:00 <b>Casse pas la tête</b>	11/03/2025 JEU SMS		00:00:33
04:52:00 <b>JOURNAL POLYNESIE (2025)</b>	09/03/25		00:25:00
05:18:00 <b>LE JOURNAL DE WALLIS ET FUTUNA [2025 V.F]</b>	Le Journal de Wallis & Futuna V.F 10 / 03 / 2025		00:13:00
Journal Télévisé reprenant l'actualité locale, régionale et nationale des infos			
05:32:00 <b>Journal de 19H30 de Nouvelle-Calédonie</b>	10/03/2025		00:25:00
05:58:00 <b>JOURNAL 20H</b>	Journal 20H /2025	⏮	00:51:10
07:08:00 <b>TOUT LE SPORT 2025</b>	10/03/2025 - Tout le Sport 2025		00:08:00
07:17:00 <b>FOOT - MAG LIGUE 1 2025</b>	10/03/2025 - Foot - Mag Ligue 1		00:04:00
07:22:00 <b>IMAGE DU JOUR SPORTS 2025</b>	10/03/2025 T6N - Images du jour		00:01:01
07:24:00 <b>TINA ET TONY S2</b>	A LA RECHERCHE DE L'ETOILE FILANTE		00:05:00
07:30:00 <b>7H30 INFOS NC</b>	11/03/2025		00:25:00
07:56:00 <b>OUTREMER.STORY [JANV 2025-JUIN 2025] 4 S4</b>	7		00:26:06
Dans ce nouvel épisode, Outremer.story vous emmène au cœur de la Guyane, à la découverte des communes de l'intérieur, dans l'immensité de la forêt amazonienne. Immersion dans un territoire où nature et culture cohabitent harmonieusement. Entre fleuves majestueux, biodiversité exceptionnelle, et savoir-faire ancestraux des peuples amérindiens et bushinengués, cet épisode explore un mode de vie unique, façonné par la forêt. De Maripasoula à Saül, en passant par les vestiges du bagne et les criques cachées, Outremer.story vous invite à plonger dans l'authenticité et la richesse de ces terres méconnues.			
08:25:00 <b>CRICKET INTER - TOURNOI 4 NATIONS FEM</b>	France-Vanuatu		03:00:00
11:26:00 <b>1ÈRE SANSASYON</b>	du 29/05/2024 S02 E18 velodrome BM		00:13:33
11:40:00 <b>Plein cadre</b>	10/03/2025		00:05:30
11:46:00 <b>RIDE IN 360 (SAISON 2)</b>	[N21] LONGBOARDEUSE A PORT LOUIS GUADELOUPE		00:03:44
Embarquez et découvrez les sports de glisse en images "360" et son aquatique "live". Une occasion de découvrir toutes ses pratiques avec des riders de tout niveau			
11:51:00 <b>ASTER CHEF DEC 2024 / JAN 2025</b>	23/12/24 L.VIRASSAMY - M - INFUSION BOUGAINVILLI		00:05:35
12:00:00 <b>Le journal de 12H00</b>	11/03/2025	⏮	00:30:00
12:31:00 <b>C PAS SI LOIN</b>	41		00:26:00
C pas si loin propose de comprendre et de décrypter le rôle des Outre-mer dans la construction de la France et leur place dans le monde.			
12:58:00 <b>PANTANAL (SAISON 1)</b>	31		00:47:42
13:46:00 <b>PANTANAL (SAISON 1)</b>	32		00:47:30
14:34:00 <b>Les arômes du cœur</b>	37	10	00:43:32
15:18:00 <b>CHICAGO MED - SAISON 2</b>	Chicago Med - S2 - Ep.20	10	00:41:00

HEURE TITRE	SOUS-TITRE	CARACTERISTIQUES	DUREE
Le quotidien mouvementé du personnel d'un des plus importants hôpitaux de Chicago. Leur mission : sauver des vies, en se confrontant aux cas médicaux les plus critiques. Seuls leur courage et leur compassion leur permet au quotidien de faire face aux challenges parfois insurmontables de la médecine, ainsi qu'aux dilemmes éthiques propres à leur noble discipline.			
Deuxième spin-off de la série Chicago Fire.			
16:00:00 <b>CHICAGO MED - SAISON 2</b>	Chicago Med - S2 - Ep.21		00:40:43
Le quotidien mouvementé du personnel d'un des plus importants hôpitaux de Chicago. Leur mission : sauver des vies, en se confrontant aux cas médicaux les plus critiques. Seuls leur courage et leur compassion leur permet au quotidien de faire face aux challenges parfois insurmontables de la médecine, ainsi qu'aux dilemmes éthiques propres à leur noble discipline.			
Deuxième spin-off de la série Chicago Fire.			
16:41:00 <b>MOI A TON AGE</b>	J'ADORAIS AVOIR PEUR !		00:11:20
16:53:00 <b>ANATOLE LATUILE - SAISON 2</b>	CACHE-CACHE VACCIN		00:12:35
17:06:00 <b>IL ETAIT UNE FOIS CES DROLES D'OBJETS</b>	Il était une fois la balance		00:07:00
Pour l'anniversaire de leur papa, Petite Psi et Petit Pierrot concoctent un gâteau au chocolat, avec l'aide de Maestro. Mais au moment de peser la farine, Maestro se souvient qu'il a prêté sa balance. Il file en chercher une autre à travers le temps. D'abord en Egypte, il y a 7 000 ans ! Puis en Italie où la balance romaine envahit les étals, grâce à son système de contrepoids. Au 17ème siècle, la « balance Roberval » devient l'instrument de pesage le plus utilisé jusqu'au 20ème siècle. C'est une balance automatique qui permet enfin à Maestro de peser sa farine.			
17:14:00 <b>SCOOBY-DOO ET LES MYSTERES DE LA NATURE</b>	LES BOULES DE FEU DU MEKONG		00:04:59
17:20:00 <b>LIGNE DIRECTE LA SUITE 2025</b>	11/03/2025		00:20:00
17:41:00 <b>Simplement Ana</b>	ANA DE NADIE (version 23') - Ep.167		00:23:00
Ana, épouse et mère dévouée, doit réinventer sa vie après avoir divorcé de son mari volage. Lorsqu'elle rencontre Joaquín, un homme beaucoup plus jeune qu'elle, dont elle tombe amoureuse, sa famille et son avenir changent à jamais.			
18:05:00 <b>Simplement Ana</b>	ANA DE NADIE (version 23') - Ep.168		00:23:00
Ana, épouse et mère dévouée, doit réinventer sa vie après avoir divorcé de son mari volage. Lorsqu'elle rencontre Joaquín, un homme beaucoup plus jeune qu'elle, dont elle tombe amoureuse, sa famille et son avenir changent à jamais.			
18:29:00 <b>Bon ap</b>	Gateau claquette		00:03:39
Direction Koné à la rencontre de Rahmaniah qui nous présente sa recette du "gâteau claquette" ( le kueh lapis).			
18:33:00 <b>UN SI GRAND SOLEIL</b>	EPISODE 1557		00:21:44
18:55:00 <b>Casse pas la tête</b>	11/03/2025		00:25:22
19:20:00 <b>Casse pas la tête</b>	11/03/2025 JEU SMS		00:00:33
19:21:00 <b>Plein cadre</b>	16/03/2025		00:05:30
19:27:00 <b>Prévision météo nuit</b>	11/03/2025		00:01:30
19:29:30 <b>Journal de 19H30 de Nouvelle-Calédonie</b>	11/03/2025		00:30:00
20:01:00 <b>Itinéraires</b>	25/03 IN NO MAORI ALLOWED		00:01:00
20:02:00 <b>NO MAORI ALLOWED</b>	NO MAORI ALLOWED		00:44:16

HEURE TITRE	SOUS-TITRE	CARACTERISTIQUES	DUREE
<p>Quand des souvenirs douloureux ont été cachés et qu'ils sont liés à la ségrégation, qu'il s'agit d'actes racistes, avec des gestes de violence, doit-on les taire ? Non, pense un professeur dans ce film néo-zélandais. Une ville est confrontée à un passé difficile à accepter, à raconter. Mais « l'histoire n'appartient à personne », et chacun en a ses propres souvenirs et sa propre interprétation.</p> <p>Quand des souvenirs douloureux ont été cachés et qu'ils sont liés à la ségrégation, qu'il s'agit d'actes racistes, avec des gestes de violence, doit-on les taire ? Non, pense un professeur dans ce film néo-zélandais. Une ville est confrontée à un passé difficile à accepter, à raconter. Mais « l'histoire n'appartient à personne »</p>			
20:46:00	Itinéraires	25/03 OUT NO MORI ALLOWED	00:01:00
20:48:00	THERESE BAILLIF, DE LA COLONIE AUX HONNEURS DE LA REPUBLIQUE	THERESE BAILLIF, DE LA COLONIE AUX HONNEURS DE L	00:52:00
<p>Quand, en août 1930, les époux Lucas accueillent leur premier enfant, La Réunion est une colonie. La fillette, prénommée Thérèse, naît aux Avirons, petite commune rurale des Hauts de l'Ouest, qui compte un peu moins de 2000 habitants. Le sort de Thérèse Lucas semble tracé à l'avance : comme toutes les filles des familles modestes du coin, elle n'ira pas à l'école et devra s'occuper de nombreux enfants qui naîtront après elle, puis elle se mariera et aura à son tour une tripotée d'enfants. Or, Thérèse échappera à tous ces déterminismes. Quel est le secret de son parcours hors du commun ? Quelles étaient les motivations de cette jeune fille frêle et timide ?</p> <p>Quand, en août 1930, les époux Lucas accueillent leur premier enfant, La Réunion est une colonie. La fillette, prénommée Thérèse, naît aux Avirons, petite commune rurale des Hauts de l'Ouest, qui compte un peu moins de 2000 habitants. Le sort de Thérèse Lucas semble tracé à l'avance : comme toutes les filles des familles modestes du coin, elle n'ira pas à l'école et devra s'occuper de nombreux enfants qui naîtront après elle, puis elle se mariera et aura à son tour une tripotée d'enfants... Or, Thérèse échappera à tous ces déterminismes. Quel est le secret de son parcours hors du commun ? Quelles étaient les motivations de cette jeune fille frêle et timide ?</p>			
21:41:00	DANS LES YEUX D'OLIVIER	MAUVAISES VICTIMES	01:31:34
<p>Olivier Delacroix aborde des sujets sociétaux et sensibles. Il part à la rencontre de femmes et d'hommes au destin singulier et partage leur quotidien, reçoit leurs confidences. Il pose un regard sur la société bien loin des stéréotypes et, avec tact et bienveillance, il rend la parole plus libre.</p>			
23:14:00	Météo Nouvelle-Calédonie	11/03/2025	00:04:00
23:19:00	JOURNAL 13H	JOURNAL 13H 11/03/25	00:39:00
23:59:00	OUTREMER L'INFO	OUTREMER L'INFO 11/03/2025	00:09:00
00:10:00	PRENEZ SOIN DE VOUS !	PRENEZ SOIN DE VOUS ! vos artères	01:30:00
<p>Avec plus de 10 millions de personnes concernées l'hypertension artérielle (HTA) est la première maladie chronique en France. 14/9 c'est au-dessus de ce seuil, qu'on parle d'hypertension artérielle. Mais elle avance masquée, et progresse souvent sans aucun symptôme ni signe particulier. Cette pression trop élevée du sang dans les artères est l'une des principales causes de complications cardiovasculaires et neurodégénératives. C'est la première cause évitable d'AVC. Prendre soin de ses artères, c'est se donner une chance de lutter au mieux contre les maladies cardiovasculaires. L'application cumulée de l'ensemble des conseils préventifs durant 3 mois (poids normal, consommation limitée d'alcool et de tabac, activité physique) diviserait par 2 le risque de développer une HTA chronique</p>			
01:41:00	TOUS ENSEMBLE	TOUS ENSEMBLE	01:20:49
<p>Concert présenté par Sidji regroupant 12 artistes calédoniens de toutes les communautés qui peuplent le territoire.</p> <p>Concert présenté par Sidji regroupant 12 artistes calédoniens de toutes les communautés qui peuplent le territoire.</p>			
03:03:00	C PAS SI LOIN	41	00:26:00
<p>C pas si loin propose de comprendre et de décrypter le rôle des Outre-mer dans la construction de la France et leur place dans le monde.</p>			
03:30:00	CLIPS CALEDONIE	LINDA TERII : Tamahine o te moana	00:04:12
03:35:00	CLIPS CALEDONIE	OCEANIA : Meetings the message	00:04:29
03:40:00	CLIPS CALEDONIE	KAPA KAPA : Lami roro	00:05:01

HEURE TITRE	SOUS-TITRE	CARACTERISTIQUES	DUREE
03:45:00 LIGNE DIRECTE 2025	11/03/2025		00:45:00
PRESENTE PAR JERUSCHA WAIA			