

**Dépôt presse**

**du**

**Samedi 07 Mars 2026**

**au**

**Vendredi 13 Mars 2026**

**Semaine n°11**

<div>06:00</div> <div>Okoo</div> <div>***</div> <div>06:00</div> <div>PYJAMASQUES - SAISON 4</div> <div>LES HEROS DU CIEL</div> <div>Ce programme est disponible en version sous-titrée</div> <div>***</div> <div>07:05</div> <div>Craig de la crique</div> <div>Le sol c'est de la lave</div> <div>Ce programme est disponible en version sous-titrée</div>	<div>10:40</div> <div>Chef Pays</div> <div>Espadon au bouillon de curcuma et gingembre, tombée d'épinards (I)</div> <div>Une production Eden.</div> <div>Avec la participation de France Télévisions</div> <div>Présenté par Brice Laurent Dubois</div> <div>"Chef Pays" met en lumière la richesse des gastronomies ultramarines. Ce programme célèbre les saveurs, le savoir-faire des Outre-mer en les associant à d'autres influences et valorise un patrimoine culinaire unique à travers des recettes emblématiques ou des produits typiques. Aux côtés de chefs renommés comme Leïla Albert, Sanjee, Louise Denisot, Anthony Limery, Yin-Line Chea ou encore Meidhy Galas, "Chef Pays" offre une immersion dans les traditions et influences croisées des cuisines ultramarines.</div> <div>On leur prête toute sorte de bienfaits. Tandis que le chef Anthony Limery nous démontre leurs qualités gustatives avec une recette d'espadon au bouillon de curcuma et gingembre, Brice Laurent Dubois évoque avec une diététicienne les idées reçues sur ces deux rhizomes.</div> <div>Ce programme est disponible en version sous-titrée</div>
<div>07:50</div> <div>Okoo samedi</div> <div>***</div> <div>07:50</div> <div>LES MYSTERIEUSES CITES D'OR - SAISON 4</div> <div>TOMBES DU CIEL</div> <div>Ce programme est disponible en version sous-titrée</div> <div>***</div> <div>08:35</div> <div>Teen Titans Go !</div> <div>L'eau des toilettes</div> <div>Ce programme est disponible en version sous-titrée</div> <div>***</div> <div>09:15</div> <div>LES DALTON</div> <div>LE DADA DES DALTON</div> <div>Ce programme est disponible en version sous-titrée</div> <div>***</div> <div>10:00</div> <div>LES QUIQUOI</div> <div>LE ZOO DES ANIMAUX MÉLANGÉS</div> <div>Ce programme est disponible en version sous-titrée</div>	<div>11:15</div> <div>Régions gourmandes</div> <div>Des découvertes gourmandes dans les différentes régions de France.</div> <div>11:45</div> <div>Météo</div> <div>Ce programme est disponible en version sous-titrée</div> <div>11:50</div> <div>Outremer.l'info</div> <div>Préparé et proposé par la Rédaction du Pôle Outre-mer</div> <div>Une production France Télévisions</div> <div>Présenté en alternance par Kessi Weishaupt et Laurence Theatin</div> <div>Le journal d'information qui vous emmène au cœur des Outre-mer et de leur actualité.</div>
<div>10:35</div> <div>Consomag</div> <div>Ce programme est disponible en version sous-titrée</div>	

<p>En 9 minutes, 7 jours sur 7, toute l'année, découvrez des reportages et des décryptages sur les enjeux et événements majeurs des 9 territoires, de Saint-Pierre-et-Miquelon à Wallis-et-Futuna, en passant par la Guadeloupe, la Martinique, la Guyane, Mayotte, La Réunion, la Polynésie française et la Nouvelle-Calédonie.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p><b>17:05</b> <b>Para Club</b></p> <p>Présenté par Laurent Luyat</p> <p>Laurent Luyat revient, avec les journalistes et consultants, sur les épreuves de la journée et accueille sur le plateau les médaillés français.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>
<p><b>12:00</b> <b>Enquêtes de région, le mag</b></p> <p>Chaque semaine, une rédaction régionale propose au cœur d'un territoire une enquête, un portrait, une révélation sur la société, l'économie, l'environnement ou la santé.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p><b>18:00</b> <b>Expression directe</b> <b>CFDT</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>
<p><b>12:15</b> <b>Ici 12/13</b></p> <p>12:20 12/13 METEO REGIONALE</p> <p>12:25 ICI 12/13</p>	<p><b>18:05</b> <b>Questions pour un champion</b></p> <p>Un jeu réalisé par Olivier Baudoin et Karl Grosse Produit par Fremantle, avec la participation de France 3</p> <p>Animé par Samuel Etienne</p> <p>Jeu emblématique construit autour de la culture générale, l'émission culte "Questions pour un champion" se déroule en trois manches :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Le "9 points gagnants" lors de laquelle la rapidité est de mise.</li> <li>- Le "4 à la suite" où dans un temps de 40 secondes maximum, le but est de donner 4 bonnes réponses à la suite sur un thème choisi.</li> <li>- Et le "Face-à-face", manche lors de laquelle plus vous répondez rapidement, plus vous marquez de points. Le premier candidat qui atteint 12 points remporte le match.</li> </ul> <p>Le champion pourra repartir avec ses gains (fonction de son nombre de victoires successives) ou revenir le lendemain affronter 3 nouveaux candidats et tenter de remporter la cagnotte au bout de 5 victoires successives et continuer ensuite indéfiniment (remportant 500€ à chaque victoire supplémentaire).</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>
<p><b>12:55</b> <b>Jeux paralympiques Milano-Cortina 2026</b></p> <p>En direct</p> <p>Présenté par Laurent Luyat Commenté par Alexandre Boyon, Christian Choupin, Martial Fernandez, Stéphane Lippert et Jeanne Meyer</p> <p>Du 6 au 15 mars 2026, France Télévisions, partenaire historique du sport paralympique en France, sera une nouvelle fois à l'heure du rendez-vous des Jeux.</p> <p>Pour le 50e anniversaire des premiers Jeux Paralympiques d'hiver, Milano-Cortina accueillera quelques-uns des 600 meilleurs athlètes au monde, prêts à se défier sur six sports :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Les sports de neige (ski alpin, ski de fond, biathlon et snowboard)</li> <li>- Les sports de glace (hockey sur glace adapté et curling en fauteuil)</li> </ul> <p>L'équipe de France, quatrième au classement des nations en 2022 avec 24 médailles à Pékin, aura cette année encore à cœur de briller.</p> <p>Au programme :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Para snowboard (Hommes et Femmes)</li> </ul> <p>Consultant : Mathias Menendez-Garcia</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée Ce programme est disponible en audiodescription</p>	<p><b>18:50</b> <b>Darooma</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p> <p><b>19:00</b> <b>Ici 19/20</b></p> <p>19:00 LE JOURNAL DES TALENTS</p> <p>19:10 19/20 METEO REGIONALE</p>

19:15 ICI 19/20	Nous découvrirons la Charente Maritime au travers des yeux d'Adrien, ostréiculteur et Piquithu, restaurateur, deux enfants du pays qui nous entraîneront à la rencontre de celles et ceux qui font vivre ce territoire.
19:45 <b>Météo Climat</b>	Nous visiterons le patrimoine du département avec le fort Boyard et la citadelle de Brouage, deux verrous défensifs bâtis avec la pierre locale.
Ce programme est disponible en version sous-titrée	Ce programme est disponible en version sous-titrée
19:55 <b>Stade 2 La Quotidienne</b>	<b>21:10</b> <b>Cassandra</b> <b>Les captives</b> <b>(I)</b>
Présenté par Marie Mamère ou Claire Vocquier-Ficot	Film de télévision, Policier (FRA) Créateurs de la série : Bruno Lecigne et Mathieu Masmondet Réalisé par Sophie Boudre Scénario et dialogues : Ida Mortemart Une production Barjac Production, Avec la participation de France Télévisions Productrices : Laurence Bachman et Marie Dupuy D'Angeac Directeurs de production : Didier Carteron et Cédric Eyssautier Direction littéraire : Anaïs Dagoret Musique : Axelle Renoir et Sathy Ngouane
Le magazine qui va au-delà du seul résultat sportif : histoires humaines, enjeux sociétaux, innovations, culture sport, inclusion, environnement... Un regard moderne et ouvert sur le sport d'aujourd'hui.	Avec : Gwendoline Hamon (Commissaire Florence Cassandra) Alexandre Varga (Capitaine Pascal Roche) Dominique Pinon (Lieutenant Jean-Paul Marchand) Jessy Ugolin (Nicky Maleva) Emmanuelle Bougerol (La Major Kerouac) Sören Prévost (Le procureur Etienne Chappaz) Luca Malinowski (Jules)
Ce programme est disponible en version sous-titrée	Et : Natacha Regnier (Delphine Gaillard), Philippe Duquesne (Daniel Fantoccini), Christophe Bouisse (Antoine Malpartis), Jérôme Chassieraud (Ida Malapeyre), Fiona Julien (Lucie Fantoccini), Caroline Garnier (Maude Gaillard), Nicole Biondi (petite dame d'un âge certain), Isabelle Sacristain (assistante Deslphine Gaillard)
20:10 <b>Para Club 2ème partie</b>	Le corps de Maude Gaillard, 52 ans, psychologue appréciée, est retrouvé sans vie dans le parc d'un hôtel luxueux. Très vite, les soupçons se portent sur Ida Malapeyre, une patiente instable placée sous contrôle judiciaire et dont le lien avec la victime pourrait être plus complexe qu'il n'y paraît...
Présenté par Laurent Luyat	Alors que l'équipe de Cassandra creuse cette piste, l'enquête prend une tournure inattendue : la Commandante Cassandra est enlevée ! Pour la sauver et faire éclater la vérité, l'équipe devra remonter le fil d'un passé que certains étaient prêts à tuer pour effacer.
Laurent Luyat revient, avec les journalistes et consultants, sur les épreuves de la journée et accueille sur le plateau les médaillés français.	Ce programme est disponible en version sous-titrée Ce programme est disponible en audiodescription
Ce programme est disponible en version sous-titrée	
20:25 <b>C'est bon à savoir</b>	
Ce programme est disponible en version sous-titrée	
20:30 <b>METEO REGIONALE</b>	
20:35 <b>Escales en France</b> <b>La Charente Maritime</b>	
Ce magazine va nous faire découvrir les régions françaises en plongeant le téléspectateur au cœur d'une ville, d'un département français, d'une région, et lui fera découvrir son histoire, ses richesses patrimoniales, ses spécialités gastronomiques, et ses lieux incontournables...	
« Escales en France » ira à la rencontre de ces français agriculteurs, marins pêcheurs, artisans, restaurateurs, éleveurs, guides touristiques, tous amoureux fous de leurs régions.	
« La Charente Maritime » :	

<p><b>22:40</b>  <b>Cassandra</b>  <b>Les sentiers de la mort</b></p> <p>Film de télévision, Policier (FRA)          Une série créée par Bruno Lecigne et Mathieu Masmondet          Réalisé par Pascale Guerre          Auteurs : Thomas Griffet et Jean-Marc Taba          Une production Barjac Productions          Avec la participation de France Télévisions          Productrices : Marie Dupuy d'Angeac et Laurence Bachman          Directeur de production : Didier Carteron          Direction littéraire : Lolita Franchet et Charlotte Faure          Musique : Axelle Renoir et Sathy Ngouane</p> <p>Avec :          Gwendoline Hamon (Commissaire Florence Cassandra)          Alexandre Varga (Capitaine Pascal Roche)          Dominique Pinon (Lieutenant Jean-Paul Marchand)          Jessy Ugolin (Nicky Maleva)          Emmanuelle Bougerol (La Major Kerouac)          Soren Prévost (Le Procureur Étienne Chappaz)          Luca Malinowski (Jules)          Vincent Jouan (Montferrat)          Rebecca Benhamour (Manon Choiseul)          Agnès Sourdillon (Judith)          Fanny Ami (Lili Roussel)</p> <p>Et :          Fanny Cottençon (Eva Delmont), Arthur Jugnot (Raphaël Delmont), Stéphanie de Crayencourt (Lucie Delmont), Philippe Nesme (Victor Lazzari), Alma Rosenbeck (Carmen Saunier)</p> <p>Cassandra enquête sur la mort de Xavier Delmont, 33 ans, bien connu dans la région pour être le propriétaire d'une marque de matériel de sport de montagne ayant le vent en poupe : "O2Climbers". Marque qui sponsorise "l'AlpsMan", un triathlon extrême dont le départ sera donné dans une semaine à Annecy... auquel Xavier devait participer !          Alors qui en voulait à Xavier ? Un concurrent ?          Cassandra et son équipe comprennent qu'il va falloir entrer dans le microcosme de la compétition de triathlon extrême et que des surprises les attendent. Car même si la société de Xavier sponsorisait des athlètes, ils n'en étaient pas moins concurrents pour "l'AlpsMan"...</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée          Ce programme est disponible en audiodescription</p>	<p>Photographie : Joseph Ruttenberg          Musique : Bronisław Kaper</p> <p>Récompenses du film :</p> <p>National Board of Review Awards 1944 :          - « Meilleure actrice » pour Ingrid Bergman</p> <p>Oscars 1945 :          - « Meilleure actrice » pour Ingrid Bergman          - « Meilleure direction artistique » : Cedric Gibbons, William Ferrari, Paul Huldschinsky et Edwin B. Willis</p> <p>Golden Globes 1945 :          - « Meilleure actrice » pour Ingrid Bergman</p> <p>Avec :          Charles Boyer (Gregory Anton)          Ingrid Bergman (Paula Alquist)          Joseph Cotten (Brian Cameron)          Dame May Whitty (Mlle Thwaites)          Angela Lansbury (Nancy)          Barbara Everest (Elizabeth)          Emil Rameau (Maestro Mario Guardi)          Edmund Breon (Huddleston)</p> <p>Durant ses vacances en Italie, Paula Alquist rencontre un pianiste charmant, Gregory Anton, qui la séduit. Ils se marient et Gregory propose à Paula d'aller vivre à Londres dans la demeure que la tante de Paula, mystérieusement assassinée, lui a léguée.</p> <p>Le couple vit heureux, mais peu à peu Paula est en proie à d'étranges hallucinations tandis que son mari devient froid et distant.          Entre-temps, un détective de Scotland Yard, amoureux de Paula, réexamine le dossier du meurtre obscur de la vieille dame.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée          Ce programme est disponible en version multilingue</p>
<p><b>00:20</b>  <b>Cinéma de minuit : Hantise</b></p> <p>Film long-métrage, Thriller, Noir &amp; blanc (USA, 1944)          Titre original : "Gaslight"          Réalisé par George Cukor          Scénario : John van Druten, Walter Reisch, John L. Balderston          D'après la pièce "Gas Light" de Patrick Hamilton (1938)</p>	<p><b>02:10</b>  <b>Météo climat</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p> <p><b>02:15</b>  <b>La p'tite librairie</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p> <p><b>02:20</b>  <b>Des racines &amp; des ailes</b>  <b>Passion patrimoine : Les anges gardiens du patrimoine (reprise)</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>

<div>04:20</div> <div>Outremer.story</div> <div>La vie sauvage des Outre-mer</div> <div>(reprise)</div> <div>Ce programme est disponible en version sous-titrée</div>	
<div>04:45</div> <div>Outremer.story</div> <div>Les gardiens de la terre</div> <div>(reprise)</div> <div>Ce programme est disponible en version sous-titrée</div>	
<div>05:15</div> <div>Les matinales</div>	
<div>05:20</div> <div>Questions pour un champion</div> <div>(reprise)</div> <div>Ce programme est disponible en version sous-titrée</div>	

<p><b>06:00</b> <b>Okoo</b></p> <p>***</p> <p><b>06:00</b> <b>LES PYJAMASQUES</b> <b>LE QG DES FARFELOUPS</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p> <p>***</p> <p><b>07:05</b> <b>Craig de la crique</b> <b>Le royaume des peluches</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p>Découverte d'un des plus anciens festivals du monde, Le Heiva, une grande fête culturelle polynésienne, où se mêlent danses, chants, et sports traditionnels</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>
<p><b>07:55</b> <b>Okoo dimanche</b></p> <p>***</p> <p><b>07:55</b> <b>LES MYSTERIEUSES CITES D'OR - SAISON 4</b> <b>MAIN DANS LA MAIN</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p> <p>***</p> <p><b>08:40</b> <b>LES DALTON</b> <b>PREMIERE EVASION</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p><b>09:55</b> <b>Jeux paralympiques Milano-Cortina 2026</b></p> <p>En direct</p> <p>Présenté par Laurent Luyat Commenté par Alexandre Boyon, Christian Choupin, Martial Fernandez, Stéphane Lippert et Jeanne Meyer</p> <p>Au programme : - Para biathlon (individuel Femmes et Hommes) Consultant : Benoît Gilly</p> <p>- Para snowboard (Hommes et Femmes) Consultant : Mathias Menendez-Garcia</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée Ce programme est disponible en audiodescription</p>
<p><b>09:25</b> <b>Outremer.story</b> <b>Fêtes traditionnelles : le cœur culturel des Outre-mer (I)</b></p> <p>Une production Edenpress Avec la participation de France Télévisions</p> <p>"Outremer.story" vous emmène chaque semaine dans un pays d'Outre-mer. Des hommes et des femmes qui vivent dans ces territoires sont vos guides pour découvrir les richesses culturelles, environnementales et patrimoniales des Outre-mer. Une immersion inédite faite d'explorations insolites, loin des sentiers battus et de portraits d'Ultramarins profondément attachés à leur terre.</p> <p>De la Martinique à la Polynésie, les fêtes traditionnelles sont bien plus que de simples réjouissances. Ces célébrations rythment l'année et sont attendues par tous les habitants. Voyage au cœur de ces festivités. En Martinique, le carnaval est un pilier de la culture créole. Héritier des temps de l'esclavage, il mêle musique, costumes et satire pour raconter l'histoire et les combats d'un peuple. Plongez le temps d'un week-end dans la foire de Bourail. Ce rendez-vous annuel célèbre le monde agricole calédonien et son mode de vie particulier : celui des broussards.</p>	<p><b>11:25</b> <b>Expression directe</b> <b>MEDEF</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p> <p><b>11:35</b> <b>Météo</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p> <p><b>11:40</b> <b>Outremer.l'info</b></p> <p>Préparé et proposé par la Rédaction du Pôle Outre-mer Une production France Télévisions</p> <p>Présenté en alternance par Kessi Weishaupt et Laurence Theatin</p> <p>Le journal d'information qui vous emmène au cœur des Outre-mer et de leur actualité.</p> <p>En 9 minutes, 7 jours sur 7, toute l'année, découvrez des reportages et des décryptages sur les enjeux et événements majeurs des 9 territoires, de Saint-Pierre-et-Miquelon à Wallis-et-Futuna, en passant par la Guadeloupe, la Martinique, la Guyane, Mayotte, La Réunion, la Polynésie française et la Nouvelle-Calédonie.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>

<p><b>11:55</b> <b>Dimanche en politique</b></p> <p>Proposé par la Direction des magazines de l'information de France Télévisions Réalisé par Tristan Nolin Rédactrice en chef : Claire Sébastien</p> <p>Présenté par Francis Letellier</p> <p>L'émission politique dominicale leader propose dès 11h40 un face-à-face avec un(e) invité(e) politique. Puis à 11h55, Francis Letellier reçoit un(e) autre invité(e) avec la Carte Blanche des journalistes politiques qui interviennent régulièrement dans l'émission. Ainsi que la rubrique « Quelle semaine » qui donne la parole aux Français et le reportage tourné dans le sillage de l'invité, l'occasion de découvrir les coulisses de la vie politique.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p>"Vivement dimanche" sur France 3 reste fidèle à son concept célèbre et populaire. Ce rendez-vous incontournable du dimanche met en lumière les talents d'hier, d'aujourd'hui et de demain : chanteurs, acteurs, humoristes...</p> <p>Une fois par mois, un hommage sera rendu à nos chers disparus. Un de ses proches légitime sera aux côtés de Michel pour en parler et retracer les grands moments de sa carrière.</p> <p>Le mythique canapé rouge accueillera les comédiens qui font le succès éblouissant des fictions de France Télévisions, les rôles principaux, mais également les seconds rôles qui sont les têtes d'affiche de demain.</p> <p>Le caricaturiste et dessinateur de presse Chaunu sera de nouveau aux côtés de Michel pour refaire la carrière de l'invité(e) principal(e).</p> <p>Enfin, l'émission continuera de recevoir les humoristes qui ont fait le succès de "Vivement dimanche", comme Anne Roumanoff, Olivier de Benoist, Mathieu Madénian, Willy Rovelli mais aussi Alex Vizorek et les nouveaux visages du rire.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>
<p><b>12:30</b> <b>Ici 12/13</b></p> <p>12:30 12/13 METEO REGIONALE</p> <p>12:35 ICI 12/13</p>	<p><b>14:30</b> <b>Vivement dimanche (I)</b></p> <p>Un divertissement proposé par Michel Drucker et Françoise Coquet Réalisé par Dominique Colonna, Richard Valverde et Fred Pommier</p> <p>Présenté par Michel Drucker</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>
<p><b>12:55</b> <b>Jeux paralympiques Milano-Cortina 2026</b></p> <p>En direct</p> <p>Présenté par Laurent Luyat Commenté par Alexandre Boyon, Christian Choupin, Martial Fernandez, Stéphane Lippert et Jeanne Meyer</p> <p>Au programme : - Para snowboard (Hommes et Femmes) Consultant : Mathias Menendez-Garcia</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée Ce programme est disponible en audiodescription</p>	<p><b>15:30</b> <b>Cyclisme Paris-Nice 2026</b></p> <p>EN DIRECT</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>
<p><b>13:35</b> <b>Vivement dimanche (I)</b></p> <p>Un divertissement proposé par Michel Drucker et Françoise Coquet Réalisé par Dominique Colonna, Richard Valverde et Fred Pommier</p> <p>Présenté par Michel Drucker</p>	<p><b>17:20</b> <b>Para Club</b></p> <p>Présenté par Laurent Luyat</p> <p>Laurent Luyat revient, avec les journalistes et consultants, sur les épreuves de la journée et accueille sur le plateau les médaillés français.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>

<p><b>18:00</b> <b>La p'tite librairie</b></p> <p>Une émission proposée et écrite par François Busnel Produite par Rosebud Productions avec la participation de France Télévisions</p> <p>François Busnel propose chaque jour de vous faire découvrir ou redécouvrir une œuvre française ou étrangère : roman, essai, grand classique ou encore bande dessinée.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p><b>19:00</b> <b>Ici 19/20</b></p> <p>19:00 LE JOURNAL DES TALENTS</p> <p>19:10 19/20 METEO REGIONALE</p> <p>19:15 ICI 19/20</p>
<p><b>18:05</b> <b>Questions pour un champion</b></p> <p>Un jeu réalisé par Olivier Baudoin et Karl Grosse Produit par Fremantle, avec la participation de France 3</p> <p>Animé par Samuel Etienne</p> <p>Jeu emblématique construit autour de la culture générale, l'émission culte "Questions pour un champion" se déroule en trois manches :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Le "9 points gagnants" lors de laquelle la rapidité est de mise.</li> <li>- Le "4 à la suite" où dans un temps de 40 secondes maximum, le but est de donner 4 bonnes réponses à la suite sur un thème choisi.</li> <li>- Et le "Face-à-face", manche lors de laquelle plus vous répondez rapidement, plus vous marquez de points. Le premier candidat qui atteint 12 points remporte le match.</li> </ul> <p>Le champion pourra repartir avec ses gains (fonction de son nombre de victoires successives) ou revenir le lendemain affronter 3 nouveaux candidats et tenter de remporter la cagnotte au bout de 5 victoires successives et continuer ensuite indéfiniment (remportant 500€ à chaque victoire supplémentaire).</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p><b>19:45</b> <b>Météo climat</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p> <p><b>19:55</b> <b>C'est bon à savoir</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>
<p><b>18:50</b> <b>Darooma</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p><b>20:00</b> <b>METEO REGIONALE</b></p>
<p><b>18:55</b> <b>Le journal des talents</b></p> <p>Magazine d'information consacré aux personnes talentueuses et aux héros du quotidien en région.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p><b>20:05</b> <b>Stade 2</b></p> <p>Présenté par Cécile Grès et Matthieu Lartot.</p> <p>Stade 2 vous propose chaque fin de semaine des portraits, des grands reportages, des interviews en plateau ou en duplex, des enquêtes, des résultats.</p> <p>Au menu : du football, du rugby, du tennis, du cyclisme, des sports mécaniques bien sûr mais pas seulement. Le magazine sportif s'intéresse à tous les sports et à tout ce qui concerne le sport.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p> <p><b>21:10</b> <b>Mystères au paradis</b> <b>La Lettre d'adieu</b> <b>(I)</b></p> <p>Film de télévision, Policier (GBR) Titre original : "Beyond Paradise" Série créée par Robert Thorogood et Tony Jordan Basé sur les personnages de "Meurtres au Paradis" créé par Robert Thorogood Réalisé par Sandy Johnson Scénario : Rebecca Wojciechowski, Tony Jordan Une production Red Planet Pictures pour BritBox et BBC Distributeur : BBC Studios Diffusion Productrice : Lindsay Hughes</p>

<p>Avec :</p> <p>Kris Marshall (Inspecteur Humphrey Goodman)</p> <p>Sally Bretton (Martha Lloyd)</p> <p>Zahra Ahmadi (Sergent Esther Williams)</p> <p>Dylan Llewellyn (Agent Kelby Hartford)</p> <p>Felicity Montagu (Margo Martins)</p> <p>Barbara Flynn (Anne Lloyd)</p>	
<p>Saison 2</p> <p>Maisie Morgan accompagne ses trois beaux-fils lors d’une sortie en mer et disparaît en laissant derrière elle une lettre d’adieu. Alors que des recherches sont entamées pour retrouver son corps, Humphrey et Esther enquêtent sur la disparition.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p> <p>Ce programme est disponible en version multilingue</p>	<p><b>23:05</b></p> <p><b>Mystères au paradis</b></p> <p><b>Trois petits cochons</b></p> <p>Film de télévision, Policier (GBR)</p> <p>Titre original : "Beyond Paradise"</p> <p>Série créée par Robert Thorogood et Tony Jordan</p> <p>Basé sur les personnages de "Meurtres au Paradis" créé par Robert Thorogood</p> <p>Réalisé par Matt Carter</p> <p>Scénario : Chloë Mi Lin Ewart</p> <p>Une production Red Planet Pictures pour BritBox et BBC</p> <p>Distributeur : BBC Studios Diffusion</p> <p>Productrice : Lindsay Hughes</p>
<p><b>22:10</b></p> <p><b>Mystères au paradis</b></p> <p><b>Le Diable des rochers</b></p> <p><b>(I)</b></p> <p>Film de télévision, Policier (GBR)</p> <p>Titre original : "Beyond Paradise"</p> <p>Série créée par Robert Thorogood et Tony Jordan</p> <p>Basé sur les personnages de "Meurtres au Paradis" créé par Robert Thorogood</p> <p>Réalisé par Sandy Johnson</p> <p>Scénario : Ian Jarvis</p> <p>Une production Red Planet Pictures pour BritBox et BBC</p> <p>Distributeur : BBC Studios Diffusion</p> <p>Productrice : Lindsay Hughes</p>	<p>Avec :</p> <p>Kris Marshall (Inspecteur Humphrey Goodman)</p> <p>Sally Bretton (Martha Lloyd)</p> <p>Zahra Ahmadi (Sergent Esther Williams)</p> <p>Dylan Llewellyn (Agent Kelby Hartford)</p> <p>Felicity Montagu (Margo Martins)</p> <p>Barbara Flynn (Anne Lloyd)</p> <p>Jamie Bamber (Archie Hughes)</p>
<p>Saison 1</p> <p>Trois incendies à douze heures d’intervalle, avec à chaque fois le mot "Porc" peint sur les lieux, conduisent Humphrey à penser que le pyromane utilise le conte pour enfants "Les Trois petits cochons" comme mobile, car il n’y a aucun lien entre les victimes. Un bouton en argent trouvé lors du premier incendie est le seul indice.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p> <p>Ce programme est disponible en version multilingue</p>	<p><b>00:05</b></p> <p><b>Mystères au paradis</b></p> <p><b>Coup de théâtre</b></p> <p><b>(reprise)</b></p> <p>Film de télévision, Policier (GBR)</p> <p>Titre original : "Beyond Paradise"</p> <p>Série créée par Robert Thorogood et Tony Jordan</p> <p>Basé sur les personnages de "Meurtres au Paradis" créé par Robert Thorogood</p> <p>Réalisé par Claire Tailyour</p> <p>Scénario : Tony Jordan</p> <p>Une production Red Planet Pictures pour BritBox et BBC</p> <p>Distributeur : BBC Studios Diffusion</p> <p>Productrice : Lindsay Hughes</p>
<p>Avec :</p> <p>Kris Marshall (Inspecteur Humphrey Goodman)</p> <p>Sally Bretton (Martha Lloyd)</p> <p>Zahra Ahmadi (Sergent Esther Williams)</p> <p>Dylan Llewellyn (Agent Kelby Hartford)</p> <p>Felicity Montagu (Margo Martins)</p> <p>Barbara Flynn (Anne Lloyd)</p>	
<p>Saison 2</p> <p>Le père Michael, un professeur de Saint Barnabas, a disparu à Cannon's Cove. Son comportement étrange quelques jours avant sa disparition et la découverte de billets sur la plage rendent l'enquête d'Esther et Humphrey encore plus complexe.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p> <p>Ce programme est disponible en version multilingue</p>	<p>Avec :</p> <p>Kris Marshall (Inspecteur Humphrey Goodman)</p> <p>Sally Bretton (Martha Lloyd)</p> <p>Zahra Ahmadi (Sergent Esther Williams)</p> <p>Dylan Llewellyn (Agent Kelby Hartford)</p>

<p>Felicity Montagu (Margo Martins) Barbara Flynn (Anne Lloyd)</p> <p>Saison 2 Humphrey et Esther acceptent de jouer le rôle de policiers dans la pièce de théâtre amateur de la troupe de Margo qui doit se dérouler à bord d'un train à vapeur... mais l'acteur censé jouer le mort est véritablement assassiné lors de la répétition générale. Une enquête à la Agatha Christie va les mener à découvrir une terrible tragédie.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée Ce programme est disponible en version multilingue</p>	<p><b>02:40</b> <b>Secrets d'histoire</b> <b>Jean-Paul II : L'athlète de Dieu</b> <b>(reprise)</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p> <p><b>04:25</b> <b>Un si grand soleil</b> <b>(reprise)</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p> <p><b>04:50</b> <b>Enquêtes de région, le mag</b> <b>(reprise)</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p> <p><b>05:05</b> <b>Les matinales</b></p> <p><b>05:20</b> <b>Questions pour un champion</b> <b>(reprise)</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>
<p><b>01:00</b> <b>Meurtres en eaux troubles</b> <b>Crime rituel</b></p> <p>Film de télévision, Policier (DEU, AUT) Réalisé par Michael Schneider Scénario : Timo Berndt Une production A Rowboat Film- and TV- production GmbH en co-production avec Graf Filmproduction GmbH, ZDF et ORF</p> <p>Avec : Matthias Koeberlin (Micha Oberländer) Nora von Waldstätten (Hannah Zeiler) Peter Kremer (Karsten Brandstatter) Stefan Pohl (Thomas Egger) Bernadette Heerwagen (Lisa Weidinger) Bela gabor Lenz (Lukas Weidinger) Barbara Romaner (Natascha Scharzler) Michael A. Grimm (Docteur Aloys Hartl) Sophie Stockinger (Manuela Frick)</p> <p>Le cadavre de Sebastian Weidinger, un ingénieur forestier, est retrouvé, entravé à l'aide de menottes médiévales dans les bois. Micha Oberlander et Hannah Zeiler pensent tout d'abord à un crime rituel. Après avoir soupçonné son beau-fils Lucas, puis le professeur de celui-ci, Aloys Hartl, l'équipe de policiers germano-autrichienne, s'intéresse à la disparition de Noah, le premier mari de sa maîtresse Natascha Schwärzler...</p> <p>Déconseillé aux moins de 10 ans</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée Ce programme est disponible en version multilingue</p>	<p><b>02:35</b> <b>Météo climat</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>

<p><b>06:00</b>  <b>La cuisine des mousquetaires</b>  <b>SALADE DE RADIS ET HARENG</b></p> <p>Une production France 3 Occitanie  Réalisé par Guillaume Corona</p> <p>Présenté par le chef Fabrice Mignot et Caroline Estremo</p> <p>Le chef Fabrice Mignot et l'humoriste Caroline Estremo font revivre "La Cuisine des Mousquetaires", émission culte des années 1980. Ils proposent des recettes accessibles à tous, les astuces du chef, des découvertes de produits du terroir de qualité, des témoignages de producteurs qui aiment leur métier...</p> <p>Fabrice Mignot et Caroline Estremo font renaître "La Cuisine des Mousquetaires" et vous invitent à passer à table, en multipliant les clins d'œil à Maïté, ils vous entraînent dans un tourbillon de rires et de bonne humeur.</p> <p>Asseyez-vous à la table de "La Cuisine des Mousquetaires" et bon appétit !</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p><b>09:20</b>  <b>Jeux paralympiques Milano-Cortina 2026</b></p> <p>En direct</p> <p>Présenté par Laurent Luyat  Commenté par Alexandre Boyon, Christian Choupin, Martial Fernandez, Stéphane Lippert et Jeanne Meyer</p> <p>Au programme :  - Para ski alpin (Super-G Femmes)  Consultant : Vincent Gauthier-Manuel</p> <p>- Curling sur chaise (double mixte)  Consultant : Cyril Moré</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée  Ce programme est disponible en audiodescription</p>
<p><b>06:30</b>  <b>Ici matin</b></p> <p>De 6h30 à 9h, « Ici Matin » est votre premier rendez-vous de la journée avec l'information de proximité. Elle ouvre les matinées 100 % régionales de France 3.</p> <p>Au programme, des journaux d'information en hyper proximité tous les quarts d'heure, des points météo et trafic réguliers, de l'interactivité avec les auditeurs et téléspectateurs, et surtout une grande bouffée de bonne humeur pour démarrer la journée du bon pied !</p>	<p><b>09:55</b>  <b>Ici dans votre région</b></p> <p>Des magazines ou documentaires proposés par votre antenne régionale.</p> <p><b>10:45</b>  <b>Consomag</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>
<p><b>09:00</b>  <b>On vous emmene ici</b></p> <p>Une production par les rédactions régionales de France 3</p> <p>Présenté en alternance par Raphaëlle Tavernier et Grégoire Bouscambert</p> <p>Chaque jour, on prendra le temps...</p> <p>Le temps d'un reportage pour raconter nos territoires, s'arrêter dans un site remarquable, un lieu emblématique, un patrimoine à découvrir...</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p><b>10:50</b>  <b>La cuisine des mousquetaires</b></p> <p>Une production France 3 Occitanie  Réalisé par Guillaume Corona</p> <p>Présenté par le chef Fabrice Mignot et Caroline Estremo</p> <p>Le chef Fabrice Mignot et l'humoriste Caroline Estremo font revivre "La Cuisine des Mousquetaires", émission culte des années 1980. Ils proposent des recettes accessibles à tous, les astuces du chef, des découvertes de produits du terroir de qualité, des témoignages de producteurs qui aiment leur métier...</p> <p>Fabrice Mignot et Caroline Estremo font renaître "La Cuisine des Mousquetaires" et vous invitent à passer à table, en multipliant les clins d'œil à Maïté, ils vous entraînent dans un tourbillon de rires et de bonne humeur.</p> <p>Asseyez-vous à la table de "La Cuisine des Mousquetaires" et bon appétit !</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>
<p><b>09:05</b>  <b>Le journal des talents</b></p> <p>Magazine d'information consacré aux personnes talentueuses et aux héros du quotidien en région.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	

<p><b>11:20</b> <b>Flavie en France</b> <b>Sens</b> <b>(I)</b></p> <p>Une production R&amp;G Productions</p> <p>Présenté par Flavie Flament, accompagnée de Victor Dekyvère qui apportera un éclairage culturel, historique ou décalé vis-à-vis des sujets abordés et de Valentine Sled qui partagera sur le terrain ses coups de cœur souvent gourmands</p> <p>"Flavie en France", la nouvelle émission itinérante de France 3.</p> <p>Dans cette nouvelle aventure, Flavie Flament invite les téléspectateurs à explorer les richesses de nos territoires. Une animatrice curieuse et chaleureuse, des chroniqueurs dynamiques et passionnés, et bien sûr des invités ancrés dans leur territoire... La recette d'un moment de bonne humeur à partager ensemble.</p> <p>"Flavie en France", c'est aussi le retour d'un jeu mythique dans une version revisitée : le Schmilblic. À découvrir par les jeunes générations, à revivre pour les plus anciens ! Tout au long de la semaine, le public de la ville est invité à participer au jeu. L'objectif : deviner un objet ou l'origine d'un son à partir d'un indice visuel ou sonore.</p> <p>Découverte, divertissement et bonne humeur : voilà le cocktail de votre fin de matinée sur France 3.</p> <p>Au programme : Sens</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p>En 9 minutes, 7 jours sur 7, toute l'année, découvrez des reportages et des décryptages sur les enjeux et événements majeurs des 9 territoires, de Saint-Pierre-et-Miquelon à Wallis-et-Futuna, en passant par la Guadeloupe, la Martinique, la Guyane, Mayotte, La Réunion, la Polynésie française et la Nouvelle-Calédonie.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>
<p><b>12:00</b> <b>Météo</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p><b>12:15</b> <b>Ici 12/13</b></p> <p>12:20 12/13 METEO REGIONALE</p> <p>12:25 ICI 12/13</p>
<p><b>12:05</b> <b>Outremer.l'info</b></p> <p>Préparé et proposé par la Rédaction du Pôle Outre-mer Une production France Télévisions</p> <p>Présenté en alternance par Kessi Weishaupt et Laurence Theatin</p> <p>Le journal d'information qui vous emmène au cœur des Outre-mer et de leur actualité.</p>	<p><b>12:55</b> <b>Jeux paralympiques Milano-Cortina 2026</b></p> <p>En direct</p> <p>Présenté par Laurent Luyat Commenté par Alexandre Boyon, Christian Choupin, Martial Fernandez, Stéphane Lippert et Jeanne Meyer</p> <p>Au programme : - Curling sur chaise (double mixte) Consultant : Cyril Moré</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée Ce programme est disponible en audiodescription</p>
<p><b>12:10</b> <b>Cyclisme</b> <b>Paris-Nice 2026</b></p> <p>EN DIRECT</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p><b>15:10</b> <b>Para Club</b></p> <p>Présenté par Laurent Luyat</p> <p>Laurent Luyat revient, avec les journalistes et consultants, sur les épreuves de la journée et accueille sur le plateau les médaillés français.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>
<p><b>18:05</b> <b>Météo climat</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p><b>18:05</b> <b>Météo climat</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>

<p><b>18:15</b> <b>Ici 19/20 spécial municipales 2026</b></p> <p>18:15 DEBATS EN REGIONS</p> <p>Dans le cadre des prochaines échéances électorales municipales, les antennes régionales ICI France Télévisions proposent une centaine de débats à partir du mercredi 4 mars à 18h15. Chaque semaine, les 24 rédactions programmeront des débats « municipales » avec les principaux candidats.</p> <p>19:05 ICI 19/20 METEO REGIONALE</p> <p>19:07 ICI 19/20 EDITION LOCALE</p> <p>19:15 ICI 19/20</p>	<p><b>20:40</b> <b>METEO REGIONALE</b></p> <p><b>20:45</b> <b>Un si grand soleil (I)</b></p> <p>Film de télévision, Faits de société (FRA) Une série créée et produite par Toma de Matteis et Olivier Szulzynger Scénario : Olivier Szulzynger, Eline Le Fur, Stéphanie Tchou-Cotta, Cristina Arellano Une coproduction de France.tv studio, Epeios Production / France Télévisions, avec la participation de TV5 Monde Musique générique : Talisco</p> <p>Episode 1874 Tandis que Caroline concrétise son installation à Montpellier, Lucie débarque chez Yann.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>
<p><b>20:00</b> <b>Stade 2 La Quotidienne</b></p> <p>Présenté par Fabien Lévêque</p> <p>Le magazine qui va au-delà du seul résultat sportif : histoires humaines, enjeux sociétaux, innovations, culture sport, inclusion, environnement... Un regard moderne et ouvert sur le sport d'aujourd'hui.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p><b>21:10</b> <b>Les Miens (I)</b></p> <p>Film long-métrage, Drame (FRA, 2022) Réalisé par Roschdy Zem Scénario : Roschdy Zem et Maïwenn Photographie : Julien Poupard Musique : Maxence Dussère</p> <p>Avec : Sami Bouajila (Moussa) Roschdy Zem (Ryad) Meriem Serbah (Samia) Maïwenn (Emma) Rachid Bouchareb (Salah) Abel Jafri (Adil) Carl Malapa (Amir) Nina Zem (Nesrine) Anaïde Rozam (Anna)</p> <p>Moussa a toujours été doux, altruiste et présent pour sa famille. À l'opposé de son frère Ryad, présentateur télé à la grande notoriété qui se voit reprocher son égoïsme par son entourage. Seul Moussa, qui éprouve pour son frère une grande admiration, le défend. Un jour Moussa chute et se cogne violemment la tête. Il souffre d'un traumatisme crânien. Méconnaissable, il parle désormais sans filtre et balance à ses proches leurs quatre vérités. Il finit ainsi par se brouiller avec tout le monde, sauf avec Ryad...</p> <p>Déconseillé aux moins de 10 ans</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée Ce programme est disponible en audiodescription</p>
<p><b>20:15</b> <b>Stade 2 Ligue 1</b></p> <p>Présenté par Fabien Lévêque</p> <p>Page quotidienne inédite entièrement dédiée à la Ligue 1 de football, offrant une immersion totale au cœur du championnat de France : dernières actualités, résultats, informations sur les clubs et joueurs du championnat de France de football.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	
<p><b>20:20</b> <b>Para Club 2ème partie</b></p> <p>Présenté par Laurent Luyat</p> <p>Laurent Luyat revient, avec les journalistes et consultants, sur les épreuves de la journée et accueille sur le plateau les médaillés français.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	

<p><b>22:35</b> <b>Météo climat</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p>Pour cette femme engagée, la lutte pour l'IVG et la contraception, aussi essentielle soit-elle, ne représente que la partie émergée de l'iceberg. Pour émanciper totalement les femmes, il faut révolutionner la façon dont celles-ci sont globalement perçues et traitées, et tout particulièrement dans le milieu médical.</p>
<p><b>22:45</b> <b>La ligne bleue</b> <b>Dugong blues, les dernières sirènes de Mayotte</b></p> <p>Un documentaire écrit et réalisé par Christophe Castagne Une production Bleu Iroise Avec la participation de France Télévisions</p> <p>En danger d'extinction, le dugong est un mammifère maritime herbivore. A Mayotte, cet animal rare suscite parfois le doute auprès des habitants quant à son existence. Victime de braconnage et menacé par le développement de l'archipel, des efforts de sensibilisation et de protection se mettent en place. Cependant, face aux projets d'innovations de l'île, les inquiétudes s'accroissent pour l'avenir de cet animal emblématique.</p> <p>On plonge avec les membres actifs du réseau de surveillance du dugong. On suit les scientifiques mobilisés dans la protection du dugong qui cherchent à répondre à une autre question : comment le dugong mahorais perdure-t-il avec aussi peu d'individus ? La réponse se trouve peut-être à Mohéli, distante de 150 kilomètres de Mayotte. En comparant les prélèvements effectués à Mohéli avec ceux de Mayotte, on saura peut-être bientôt si les dugongs mahorais et comoriens sont finalement les mêmes.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p>Remariée à un professeur agrégé de philosophie, cette militante infatigable côtoie les grandes figures du féminisme comme Simone de Beauvoir et Gisèle Halimi. En 1972, Jacqueline Manicom intervient en tant que témoin de moralité au célèbre procès de Bobigny, et plaide pour le droit à l'avortement. Figure de proue du combat pour les droits sexuels et reproductifs, elle consigne son expérience dans deux livres, "Mon examen de Blanc" et "La Graine : journal d'une sage-femme", où elle expose les carences du système médical et la souffrance des femmes en couches.</p> <p>Ses engagements ne seront pourtant jamais reconnus à leur juste valeur. Née femme, pauvre et racisée, celle qui aura passé chaque minute de sa vie à lutter pour les droits des femmes ne parviendra pas complètement à faire reconnaître les siens, et mettra fin à ses jours le 22 avril 1976.</p> <p>Près d'un demi-siècle après, à travers la voix et les images, Jacqueline Manicom se raconte. Grâce aux témoignages exceptionnels de ses proches et de personnalités publiques, retour sur le combat d'une sage-femme, autrice et militante féministe, oubliée de l'Histoire. L'occasion de replacer cette pionnière au centre du récit national français.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>
<p><b>23:35</b> <b>Outremer.ledoc</b> <b>Jacqueline Manicom, une voix pour les femmes (I)</b></p> <p>Un documentaire réalisé par Martine Delumeau Une production Incognita</p> <p>Originaire de Guadeloupe, Jacqueline Manicom grandit au sein d'une famille modeste. Contrainte d'assumer les responsabilités familiales et de veiller sur ses frères et sœurs, l'aînée de la fratrie renonce à son rêve de devenir médecin. Mais sa vocation d'aider les autres ne faiblit pas. Devenue sage-femme, elle décroche son premier poste à l'hôpital Bichat, en région parisienne, au cours de l'année 1958. Une profession qui changera le cours de sa vie. Dévouée et attentionnée, Jacqueline Manicom mettra au monde plus de six mille bébés durant sa carrière.</p> <p>De retour en Guadeloupe, c'est une révolte viscérale qui la pousse à fonder sur son île le tout premier centre de planning familial des Outre-mer en 1964.</p>	<p><b>00:30</b> <b>Le Nom sur le mur (reprise)</b></p> <p>Un documentaire réalisé par Bernard Faroux Ecrit par Hervé Le Tellier D'après son livre "Le Nom sur le mur", éditions Gallimard Une production Scénario 42 - Médéric Albouy Avec la participation de France Télévisions, Centre National du Cinéma et de l'Image Animée Avec le soutien de la PROCIREP- Société des producteurs et de l'ANGO Conseiller Historique : Pascal Ory Musique originale : Dany Plaud, Sylvain Logeai et Eric Blanc Illustrations : Mahaut de Prat</p> <p>Avec Charles Berling (narrateur et interprète du texte original d'Hervé Le Tellier)</p> <p>« Le nom sur le mur », c'est celui d'un jeune maquisard tué en août 1944. André Chaix. Il avait vingt ans.</p>

André Chaix est ce nom gravé à la pointe dans le crépi du mur d'une vieille maison de village de la Drôme, près de Dieulefit. Celui qui y vit maintenant s'appelle Hervé Le Tellier, et c'est pendant le confinement de mars 2020, en corrigeant les épreuves de son roman « l'Anomalie » pour lequel il obtiendra le prix Goncourt quelques mois plus tard, que l'écrivain l'a aperçu.

Le Tellier a posé des questions, enquêté, découvert des dizaines de fragments de sa si brève existence. Il a voulu raconter cette époque, raconter un jeune homme qui va mourir parce qu'il en a pris le risque, malgré son amour d'une femme et de la vie. Un livre est né de ce voyage dans les années de guerre, et ce livre devient aujourd'hui un film.

Le documentaire est construit autour d'un dispositif inédit, mélangeant images d'archives, souvenirs de la Drôme, objets personnels d'André Chaix et interprétation du texte original d'Hervé Le Tellier par Charles Berling.

Ce programme est disponible en version sous-titrée

**01:40**

**La p'tite librairie**

Ce programme est disponible en version sous-titrée

**01:45**

**Des racines & des ailes**

**En Normandie, sur le sentier des douaniers**

**(reprise)**

Ce programme est disponible en version sous-titrée

**03:40**

**LES CARNETS DE JULIE**

**A LA TABLE DE MONTAIGNE**

**(reprise)**

Ce programme est disponible en version sous-titrée

**04:35**

**LES CARNETS DE JULIE**

**A LA TABLE DE CATHERINE DE MEDICIS**

**(reprise)**

Ce programme est disponible en version sous-titrée

**05:30**

**Les matinales**

**05:35**

**Un si grand soleil**

**(reprise)**

Ce programme est disponible en version sous-titrée

<p><b>06:00</b> <b>La cuisine des mousquetaires</b> <b>EFFILOCHE DE COCHON NOIR HOUMOUS HARICOTS</b> <b>TARBAIS</b></p> <p>Une production France 3 Occitanie Réalisé par Guillaume Corona</p> <p>Présenté par le chef Fabrice Mignot et Caroline Estremo</p> <p>Le chef Fabrice Mignot et l'humoriste Caroline Estremo font revivre "La Cuisine des Mousquetaires", émission culte des années 1980. Ils proposent des recettes accessibles à tous, les astuces du chef, des découvertes de produits du terroir de qualité, des témoignages de producteurs qui aiment leur métier... Fabrice Mignot et Caroline Estremo font renaître "La Cuisine des Mousquetaires" et vous invitent à passer à table, en multipliant les clins d'œil à Maïté, ils vous entraînent dans un tourbillon de rires et de bonne humeur. Asseyez-vous à la table de "La Cuisine des Mousquetaires" et bon appétit !</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p><b>09:55</b> <b>Ici dans votre région</b></p> <p>Des magazines ou documentaires proposés par votre antenne régionale.</p>
<p><b>06:30</b> <b>Ici matin</b></p> <p>De 6h30 à 9h, « Ici Matin » est votre premier rendez-vous de la journée avec l'information de proximité. Elle ouvre les matinées 100 % régionales de France 3. Au programme, des journaux d'information en hyper proximité tous les quarts d'heure, des points météo et trafic réguliers, de l'interactivité avec les auditeurs et téléspectateurs, et surtout une grande bouffée de bonne humeur pour démarrer la journée du bon pied !</p>	<p><b>10:45</b> <b>Consomag</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>
<p><b>08:55</b> <b>Jeux paralympiques Milano-Cortina 2026</b></p> <p>En direct</p> <p>Présenté par Laurent Luyat Commenté par Alexandre Boyon, Christian Choupin, Martial Fernandez, Stéphane Lippert et Jeanne Meyer</p> <p>Au programme : - Para ski alpin (Super-G Femmes) Consultant : Vincent Gauthier-Manuel</p> <p>- Curling sur chaise (équipe mixte) Consultant : Cyril Moré</p> <p>- Para ski de fond (sprint classique Femmes) Consultant : Benoît Gilly</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée Ce programme est disponible en audiodescription</p>	<p><b>10:50</b> <b>La cuisine des mousquetaires</b></p> <p>Une production France 3 Occitanie Réalisé par Guillaume Corona</p> <p>Présenté par le chef Fabrice Mignot et Caroline Estremo</p> <p>Le chef Fabrice Mignot et l'humoriste Caroline Estremo font revivre "La Cuisine des Mousquetaires", émission culte des années 1980. Ils proposent des recettes accessibles à tous, les astuces du chef, des découvertes de produits du terroir de qualité, des témoignages de producteurs qui aiment leur métier... Fabrice Mignot et Caroline Estremo font renaître "La Cuisine des Mousquetaires" et vous invitent à passer à table, en multipliant les clins d'œil à Maïté, ils vous entraînent dans un tourbillon de rires et de bonne humeur. Asseyez-vous à la table de "La Cuisine des Mousquetaires" et bon appétit !</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p> <p><b>11:20</b> <b>Flavie en France</b> <b>Sens</b> <b>(I)</b></p> <p>Une production R&amp;G Productions</p> <p>Présenté par Flavie Flament, accompagnée de Victor Dekyvère qui apportera un éclairage culturel, historique ou décalé vis-à-vis des sujets abordés et de Valentine Sled qui partagera sur le terrain ses coups de cœur souvent gourmands</p> <p>"Flavie en France", la nouvelle émission itinérante de France 3.</p> <p>Dans cette nouvelle aventure, Flavie Flament invite les téléspectateurs à explorer les richesses de nos territoires. Une animatrice curieuse et chaleureuse, des chroniqueurs dynamiques et passionnés, et bien sûr des invités ancrés dans leur territoire... La recette d'un moment de bonne humeur à partager ensemble.</p> <p>"Flavie en France", c'est aussi le retour d'un jeu mythique dans une version revisitée : le Schmilblic. À découvrir par les jeunes générations, à revivre pour les plus anciens !</p>

<p>Tout au long de la semaine, le public de la ville est invité à participer au jeu. L'objectif : deviner un objet ou l'origine d'un son à partir d'un indice visuel ou sonore.</p> <p>Découverte, divertissement et bonne humeur : voilà le cocktail de votre fin de matinée sur France 3.</p> <p>Au programme : Sens</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p>Au programme : - Para ski alpin (slalom Femmes et Hommes) Consultant : Vincent Gauthier-Manuel</p> <p>- Curling sur chaise (demi-finale double mixte) Consultant : Cyril Moré</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée Ce programme est disponible en audiodescription</p>
<p><b>12:00</b> <b>Météo</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p><b>15:10</b> <b>Cyclisme</b> <b>Paris-Nice 2026</b></p> <p>EN DIRECT</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>
<p><b>12:05</b> <b>Outremer.l'info</b></p> <p>Préparé et proposé par la Rédaction du Pôle Outre-mer Une production France Télévisions</p> <p>Présenté en alternance par Kessi Weishaupt et Laurence Theatin</p> <p>Le journal d'information qui vous emmène au cœur des Outre-mer et de leur actualité.</p> <p>En 9 minutes, 7 jours sur 7, toute l'année, découvrez des reportages et des décryptages sur les enjeux et événements majeurs des 9 territoires, de Saint-Pierre-et-Miquelon à Wallis-et-Futuna, en passant par la Guadeloupe, la Martinique, la Guyane, Mayotte, La Réunion, la Polynésie française et la Nouvelle-Calédonie.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p><b>17:15</b> <b>Para Club</b></p> <p>Présenté par Laurent Luyat</p> <p>Laurent Luyat revient, avec les journalistes et consultants, sur les épreuves de la journée et accueille sur le plateau les médaillés français.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>
<p><b>12:15</b> <b>Ici 12/13</b></p> <p>12:20 12/13 METEO REGIONALE</p> <p>12:25 ICI 12/13</p>	<p><b>17:55</b> <b>La p'tite librairie</b></p> <p>Une émission proposée et écrite par François Busnel Produite par Rosebud Productions avec la participation de France Télévisions</p> <p>François Busnel propose chaque jour de vous faire découvrir ou redécouvrir une œuvre française ou étrangère : roman, essai, grand classique ou encore bande dessinée.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>
<p><b>12:55</b> <b>Jeux paralympiques Milano-Cortina 2026</b></p> <p>En direct</p> <p>Présenté par Laurent Luyat Commenté par Alexandre Boyon, Christian Choupin, Martial Fernandez, Stéphane Lippert et Jeanne Meyer</p>	<p><b>18:00</b> <b>Slam</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>
	<p><b>18:50</b> <b>Météo climat</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>

<div><div>19:00</div><div>Ici 19/20</div><div>19:05</div><div>19/20 METEO REGIONALE</div><div>19:07</div><div>ICI 19/20 EDITION LOCALE</div><div>19:15</div><div>ICI 19/20</div></div>	<div><div>20:45</div><div>Un si grand soleil</div><div>(I)</div><div>Film de télévision, Faits de société (FRA)</div><div>Une série créée et produite par Toma de Matteis et Olivier Szulzynger</div><div>Scénario : Olivier Szulzynger, Eline Le Fur, Stéphanie Tchou-Cotta, Cristina Arellano</div><div>Une coproduction de France.tv studio, Epeios Production / France Télévisions, avec la participation de TV5 Monde</div><div>Musique générique : Talisco</div></div>
<div><div>20:00</div><div>Stade 2 La Quotidienne</div><div>Présenté par Fabien Lévêque</div><div>Le magazine qui va au-delà du seul résultat sportif : histoires humaines, enjeux sociétaux, innovations, culture sport, inclusion, environnement... Un regard moderne et ouvert sur le sport d'aujourd'hui.</div><div>Ce programme est disponible en version sous-titrée</div></div>	<div><div>Episode 1875</div><div>Alors que Flore se heurte à la réalité du travail à la ferme, une tragédie plonge Yann en plein cauchemar.</div><div>Ce programme est disponible en version sous-titrée</div></div>
<div><div>20:15</div><div>Stade 2 Ligue 1</div><div>Présenté par Fabien Lévêque</div><div>Page quotidienne inédite entièrement dédiée à la Ligue 1 de football, offrant une immersion totale au cœur du championnat de France : dernières actualités, résultats, informations sur les clubs et joueurs du championnat de France de football.</div><div>Ce programme est disponible en version sous-titrée</div></div>	<div><div>21:10</div><div>Le fantôme des Saintes</div><div>Film de télévision, Policier (FRA)</div><div>Réalisé par Marc Barrat</div><div>Scénario : Pierre Le Gall et Sarah Malléon</div><div>Une production Eloa Prod</div><div>Avec la participation de France Télévisions</div><div>Producteurs : France Zobda et Jean-Lou Monthieux</div><div>Directeur de production : Jean-Christophe Cardineau</div><div>Avec :</div><div>Anne Décis (Gaëlle Boissaux)</div><div>Denis Maréchal (Ludovic Augustin)</div><div>Audrey Postel (Diane Da Silva)</div><div>France Zobda (Nicole Joy)</div><div>Olivier Chantreau (Régis Boissaux)</div><div>Romane Jousset (Suzanne)</div><div>Julien Bérarnis (Marcus)</div><div>Elisa Servier (Solange)</div><div>Nathaly Coualy (Patricia)</div></div>
<div><div>20:20</div><div>Para Club 2ème partie</div><div>Ce programme est disponible en version sous-titrée</div></div>	
<div><div>20:40</div><div>METEO REGIONALE</div></div>	<div><div>L'archipel paradisiaque des Saintes. Le corps de Caroline Boissaux, propriétaire de l'Hôtel Tourment d'Amour, est retrouvé en bas d'une falaise. Comme la légende de Caroline : une Saintoise amoureuse du Chevalier de Fréminville qui par dépit amoureux, s'est jetée de la même falaise 200 ans plus tôt. L'enquête de la Capitaine Gaëlle Boissaux, originaire de Terre-de-Haut, prend une tournure personnelle quand son amour de jeunesse, Ludovic Augustin, originaire de Terre-de-Bas, est mandaté sur l'île pour l'épauler. Et les enquêteurs ne sont pas au bout de leurs surprises : en plus d'une enquête romanesque qui résonne avec leur histoire passée, ils doivent appréhender un fantôme qui terrorise la population ! Certains disent qu'il s'agirait du fantôme de Caroline...</div><div>Ce programme est disponible en version sous-titrée</div><div>Ce programme est disponible en audiodescription</div></div>

<div><div>22:40</div><div>Meurtres en Martinique</div><div>Film de télévision, Policier (FRA) Réalisé par Philippe Niang Scénario et Dialogues : Philippe Niang, Alain Agat et Franck Thilliez Une production Eloa Prod en coproduction avec BE-Films et la RTBF Avec la participation de France 3 Directeur de la photographie : Jean-Pierre Hervé Chef décorateur : Jimmy Vansteenkiste Ingénieur du son : Jean Minondo Montage : Jean-Daniel Fernandez Qundez</div><div>Avec : Olivier Marchal (Paul Ventura) Sara Martins (Léna Valrose) France Zobda (Magaly Bredas) Gunther Germain (Boris Darcheville) Luc Bernard (Claude Bernard) Eric Delor (Théo) Olivier Ho-Hio-Hen (Didier Chan) Gloriah Bonheur (Fleur Grosbis) Daniély Francisque (Catherine Rosier) Philippe Lavil (Lacoste)</div><div>Le cadavre d'une jeune femme est trouvé par des randonneurs sur les flancs de la Montagne Pelée, en Martinique. Deux policiers mènent l'enquête : une jeune femme de la police scientifique, tout juste arrivée de Paris, et un vieux roublard de la police locale. Pendant les investigations, des forces mystérieuses du volcan révèlent peu à peu que leur rencontre sur ce lieu chargé d'Histoire n'est en rien le fruit du hasard...</div><div>Ce programme est disponible en version sous-titrée Ce programme est disponible en audiodescription</div></div>	<div><div>00:35</div><div>Libre court Les Oscars</div><div>***</div><div>00:35</div><div>Perfectly a strangeness (Une étrangeté parfaite) (I)</div><div>Film court et moyen-métrage, Environnement (CAN) Réalisé par Alison McAlpine Sélectionné au Oscars 2026</div><div>Avec : Palomo, Ruperto et Palaye</div><div>Dans l'incandescence éblouissante d'un désert inconnu, trois ânes découvrent un observatoire astronomique abandonné... et l'univers. Une exploration sensorielle et cinématographique de ce qu'un récit peut être.</div><div>***</div><div>00:50</div><div>Amarela</div><div>Film court et moyen-métrage, Drame, VOST (BRA) Réalisé par André Hayato Saito</div><div>Festival International de Clermont-Ferrand 2025 - En compétition Festival de Cannes - Compétition officielle 2024 Shortlisté aux Oscars 2026</div><div>Avec : Naoki Takeda, Bernardo Antonio, Joana Amaral, Lorena Castro, Kadu Oliveira</div><div>Le jour de la finale de la Coupe du Monde qui opposait le Brésil à la France, une adolescente nipponne-brésilienne fait l'expérience d'une violence qui semble invisible et plonge dans une mer d'émotions douloureuses.</div><div>Ce programme est diffusé en version originale sous-titrée</div><div>***</div><div>01:00</div><div>Paris 70 (I)</div><div>Film court et moyen-métrage, Drame psychologique, VOST (ESP) Réalisé par Dani Feixas Roca Shortlisté aux Oscars 2025</div><div>Avec : Luisa Gavasa (Angela) Alain Hernandez (Jan) Neus Asensi (Marta)</div></div>
<div><div>00:25</div><div>Météo climat</div><div>Ce programme est disponible en version sous-titrée</div></div>	
<div><div>00:30</div><div>Le pitch cinéma</div><div>Ce programme est disponible en version sous-titrée</div></div>	

<p>« Paris 70 » est une histoire touchante et optimiste sur l'amour familial entre un fils et sa mère atteinte de démence.</p> <p>Jan, un aidant familial inexpérimenté qui, pour soulager la souffrance de sa mère, recourt à de petits mensonges et entreprend un voyage émotionnel à travers les souvenirs de famille à Paris.</p> <p>Ce programme est diffusé en version originale sous-titrée</p> <hr/> <p><b>01:20</b> <b>Secrets d'histoire</b> <b>Philippe V : Les démons du roi d'Espagne...</b> <b>(reprise)</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p> <hr/> <p><b>03:00</b> <b>La p'tite librairie</b> <b>(reprise)</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p> <hr/> <p><b>03:10</b> <b>Animalement Vôtre</b> <b>Avec Eric Antoine</b> <b>(reprise)</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p> <hr/> <p><b>03:55</b> <b>Animalement Vôtre</b> <b>Avec Philippe Geluck</b> <b>(reprise)</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p> <hr/> <p><b>04:35</b> <b>Les matinales</b></p> <hr/> <p><b>04:55</b> <b>Un si grand soleil</b> <b>(reprise)</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p> <hr/> <p><b>05:20</b> <b>Slam</b> <b>(reprise)</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p> <hr/>	
--	--

<p><b>06:00</b> <b>La cuisine des mousquetaires</b> <b>BANOFFEE</b></p> <p>Une production France 3 Occitanie Réalisé par Guillaume Corona</p> <p>Présenté par le chef Fabrice Mignot et Caroline Estremo</p> <p>Le chef Fabrice Mignot et l'humoriste Caroline Estremo font revivre "La Cuisine des Mousquetaires", émission culte des années 1980. Ils proposent des recettes accessibles à tous, les astuces du chef, des découvertes de produits du terroir de qualité, des témoignages de producteurs qui aiment leur métier...</p> <p>Fabrice Mignot et Caroline Estremo font renaître "La Cuisine des Mousquetaires" et vous invitent à passer à table, en multipliant les clins d'œil à Maïté, ils vous entraînent dans un tourbillon de rires et de bonne humeur.</p> <p>Asseyez-vous à la table de "La Cuisine des Mousquetaires" et bon appétit !</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p><b>10:40</b> <b>Consomag</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>
<p><b>06:30</b> <b>Ici matin</b></p> <p>De 6h30 à 9h, « Ici Matin » est votre premier rendez-vous de la journée avec l'information de proximité. Elle ouvre les matinées 100 % régionales de France 3.</p> <p>Au programme, des journaux d'information en hyper proximité tous les quarts d'heure, des points météo et trafic réguliers, de l'interactivité avec les auditeurs et téléspectateurs, et surtout une grande bouffée de bonne humeur pour démarrer la journée du bon pied !</p>	<p><b>10:50</b> <b>La cuisine des mousquetaires</b></p> <p>Une production France 3 Occitanie Réalisé par Guillaume Corona</p> <p>Présenté par le chef Fabrice Mignot et Caroline Estremo</p> <p>Le chef Fabrice Mignot et l'humoriste Caroline Estremo font revivre "La Cuisine des Mousquetaires", émission culte des années 1980. Ils proposent des recettes accessibles à tous, les astuces du chef, des découvertes de produits du terroir de qualité, des témoignages de producteurs qui aiment leur métier...</p> <p>Fabrice Mignot et Caroline Estremo font renaître "La Cuisine des Mousquetaires" et vous invitent à passer à table, en multipliant les clins d'œil à Maïté, ils vous entraînent dans un tourbillon de rires et de bonne humeur.</p> <p>Asseyez-vous à la table de "La Cuisine des Mousquetaires" et bon appétit !</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>
<p><b>09:00</b> <b>On vous emmene ici</b></p> <p>Une production par les rédactions régionales de France 3</p> <p>Présenté en alternance par Raphaëlle Tavernier et Grégoire Bouscambert</p> <p>Chaque jour, on prendra le temps...</p> <p>Le temps d'un reportage pour raconter nos territoires, s'arrêter dans un site remarquable, un lieu emblématique, un patrimoine à découvrir...</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p><b>11:20</b> <b>Flavie en France</b> <b>Sens</b> <b>(I)</b></p> <p>Une production R&amp;G Productions</p> <p>Présenté par Flavie Flament, accompagnée de Victor Dekyvère qui apportera un éclairage culturel, historique ou décalé vis-à-vis des sujets abordés et de Valentine Sled qui partagera sur le terrain ses coups de cœur souvent gourmands</p> <p>"Flavie en France", la nouvelle émission itinérante de France 3.</p> <p>Dans cette nouvelle aventure, Flavie Flament invite les téléspectateurs à explorer les richesses de nos territoires. Une animatrice curieuse et chaleureuse, des chroniqueurs dynamiques et passionnés, et bien sûr des invités ancrés dans leur territoire... La recette d'un moment de bonne humeur à partager ensemble.</p> <p>"Flavie en France", c'est aussi le retour d'un jeu mythique dans une version revisitée : le Schmilblic. À découvrir par les jeunes générations, à revivre pour les plus anciens !</p>
<p><b>09:15</b> <b>Ici dans votre région</b></p> <p>Des magazines ou documentaires proposés par votre antenne régionale.</p>	<p>Tout au long de la semaine, le public de la ville est invité à participer au jeu. L'objectif : deviner un objet ou l'origine d'un son à partir d'un indice visuel ou sonore.</p>

<p>Découverte, divertissement et bonne humeur : voilà le cocktail de votre fin de matinée sur France 3.</p> <p>Au programme : Sens</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p>- Curling sur chaise (Double mixte petite finale et finale) Consultant : Cyril Moré</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée Ce programme est disponible en audiodescription</p>
<p><b>12:00</b> <b>Météo</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p><b>15:10</b> <b>Cyclisme</b> <b>Paris-Nice 2026</b></p> <p>EN DIRECT</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>
<p><b>12:05</b> <b>Outremer.l'info</b></p> <p>Préparé et proposé par la Rédaction du Pôle Outre-mer Une production France Télévisions</p> <p>Présenté en alternance par Kessi Weishaupt et Laurence Theatin</p> <p>Le journal d'information qui vous emmène au cœur des Outre-mer et de leur actualité.</p> <p>En 9 minutes, 7 jours sur 7, toute l'année, découvrez des reportages et des décryptages sur les enjeux et événements majeurs des 9 territoires, de Saint-Pierre-et-Miquelon à Wallis-et-Futuna, en passant par la Guadeloupe, la Martinique, la Guyane, Mayotte, La Réunion, la Polynésie française et la Nouvelle-Calédonie.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p><b>17:15</b> <b>Para Club</b></p> <p>Présenté par Laurent Luyat</p> <p>Laurent Luyat revient, avec les journalistes et consultants, sur les épreuves de la journée et accueille sur le plateau les médaillés français.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>
<p><b>12:15</b> <b>Ici 12/13</b></p> <p>12:20 12/13 METEO REGIONALE</p> <p>12:25 ICI 12/13</p>	<p><b>18:05</b> <b>Météo climat</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>
<p><b>12:55</b> <b>Jeux paralympiques Milano-Cortina 2026</b></p> <p>En direct</p> <p>Présenté par Laurent Luyat Commenté par Alexandre Boyon, Christian Choupin, Martial Fernandez, Stéphane Lippert et Jeanne Meyer</p> <p>Au programme : - Para ski de fond (10km classique Hommes) Consultant : Benoît Gilly</p>	<p><b>18:15</b> <b>Ici 19/20 spécial municipales 2026</b></p> <p>18:15 DEBATS EN REGIONS</p> <p>Dans le cadre des prochaines échéances électorales municipales, les antennes régionales ICI France Télévisions proposent une centaine de débats à partir du mercredi 4 mars à 18h15. Chaque semaine, les 24 rédactions programmeront des débats « municipales » avec les principaux candidats.</p> <p>19:05 ICI 19/20 METEO REGIONALE</p> <p>19:07 ICI 19/20 EDITION LOCALE</p> <p>19:15 ICI 19/20</p>

<p><b>20:00</b> <b>Stade 2 La Quotidienne</b></p> <p>Présenté par Fabien Lévêque</p> <p>Le magazine qui va au-delà du seul résultat sportif : histoires humaines, enjeux sociétaux, innovations, culture sport, inclusion, environnement... Un regard moderne et ouvert sur le sport d'aujourd'hui.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p><b>21:10</b> <b>Des racines &amp; des ailes</b> <b>Passion patrimoine : Terroirs d'excellence en Ardèche</b></p> <p>Rédactrice en chef : Hélène Frandon Réalisé par Jean-Luc Orabona Une production France 3</p> <p>Une émission présentée par Carole Gaessler</p> <p><b>PASSION PATRIMOINE : TERROIRS D'EXCELLENCE EN ARDECHE</b> Réalisé par Caroline Conte Une coproduction Troisième Œil Productions et France Télévisions</p> <p>Pour ce numéro de « Des racines &amp; des ailes », Carole Gaessler nous emmène en Ardèche, réputée pour ses gorges impressionnantes, ses villages nichés au creux des vallées et ses montagnes dominant la vallée du Rhône. Après 12 années de travaux titanesques, Patricia Demangeon a réussi à restaurer la forteresse médiévale de Hautségur. Une restauration exemplaire qu'elle a menée seule, avec pour projet d'ouvrir des chambres d'hôtes.</p> <p>Florian Descours, un jeune chef cuisinier, se distingue en privilégiant les produits locaux. Nous le suivrons dans la préparation d'un barbecue gastronomique dans un restaurant éphémère proposé par Laure Colombo et son mari Dimitri.</p> <p>Ce jeune couple de viticulteurs déborde de projets pour travailler de manière naturelle sur leur domaine. En collaboration avec Brice Lemaire, ingénieur agronome, ils ont installé un grand nid artificiel pour attirer les oiseaux au cœur de leurs vignes.</p> <p>Quentin Bonnetain, double champion du monde de kayak, parcourt les gorges de l'Ardèche, terrain de prédilection qu'il connaît depuis son enfance. Aujourd'hui, il fait découvrir ce canyon spectaculaire aux amateurs de sensations fortes.</p> <p>Maité Prompt, une jeune bergère, perpétue la tradition des transhumances avec son troupeau de 300 brebis. Leur laine est vendue à Ardelaine, une coopérative perpétuant un savoir-faire ancestral comme la confection de matelas et de vêtements.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>
<p><b>20:15</b> <b>Stade 2 Ligue 1</b></p> <p>Présenté par Fabien Lévêque</p> <p>Page quotidienne inédite entièrement dédiée à la Ligue 1 de football, offrant une immersion totale au cœur du championnat de France : dernières actualités, résultats, informations sur les clubs et joueurs du championnat de France de football.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	
<p><b>20:20</b> <b>Para Club 2ème partie</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	
<p><b>20:40</b> <b>METEO REGIONALE</b></p>	
<p><b>20:45</b> <b>Un si grand soleil</b> <b>(I)</b></p> <p>Film de télévision, Faits de société (FRA) Une série créée et produite par Toma de Matteis et Olivier Szulzynger Scénario : Olivier Szulzynger, Eline Le Fur, Stéphanie Tchou-Cotta, Cristina Arellano Une coproduction de France.tv studio, Epeios Production / France Télévisions, avec la participation de TV5 Monde Musique générique : Talisco</p> <p>Episode 1876 Sabine découvre que son père a donné un coup de pouce à Caroline. De son côté, Muriel s'inquiète pour Lucie.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p><b>23:05</b> <b>Les héros du patrimoine</b> <b>Les jeunes à la rescousse</b> <b>(I)</b></p> <p>Une coproduction France Télévisions et Grand Angle Productions Réalisé par Jean-Christophe Chatton, François Guillaume, Herlé Jouon et Eric Michaud</p> <p>Présenté par Adrien Gavazzi</p>

<p>Le mot « Patrimoine » est souvent associé à notion de « temps libre » et donc de « retraite ». Ce soir, « Les Héros du Patrimoine » mettent en avant des combats de jeunes, amoureux de leur patrimoine. Adrien Gavazzi nous offre un vent de fraîcheur, entre passion et transmission, des Hauts-de-France au Pays Basque, en passant par le Cantal... Revigorant !</p> <p>Avec ses lunettes rondes, elle a des faux airs d'Harry Potter. Sa peau est marquée par la suie, qui s'échappe de la locomotive qu'elle chouchoute tous les jours pendant l'été. Valentine a 20 ans et passe l'essentiel de ses week-ends à Puget-Théniers, dans les Alpes-Maritimes. Elle apprend aux côtés de Daniel, un vétéran de l'association. Quand s'élance la bête, chacun a son rôle. Valentine chauffe la machine pour maintenir la vitesse de croisière. « Je suis tellement heureuse quand on roule. On a sauvé cette locomotive centenaire. Un morceau de patrimoine européen. Elle a été construite en Allemagne et a fait toute sa carrière au Portugal, là où on l'a récupéré en vrac. Quelle fierté de la voir crapahuter aujourd'hui ! ».</p> <p>Combien d'heures de travail ? Beaucoup mais rien à côté de ce qui a été réalisé au chevet de l'Hermione, la réplique de la frégate qui a permis à Lafayette de rallier l'Amérique. Depuis 4 ans, elle est en cale sèche à Anglet, gangrénée par un champignon insidieux qui a attaqué tout l'avant de la coque. Ils sont venus de toute la France, charpentier de marine, menuisiers, tous jeunes bénévoles pour tenter de sauver la belle. Mais le combat est aussi financier et désormais judiciaire. Il manque 5 millions d'euros à la Fondation Hermione que préside Emilie Beau pour boucler le budget et provoquer ce qui ressemble aujourd'hui à un miracle. « Mais tout reste encore jouable. On a jusqu'au 28 mars pour convaincre. Les dons sont dé-fiscalisables alors j'y crois. Un jour, on verra l'Hermione naviguer à nouveau. Et pourquoi pas l'imaginer rejoindre Los Angeles pour les JO 2028 ? Ce serait le plus beau des messages ! »</p> <p>Dans son périple au cœur d'une jeunesse convaincue, Adrien Gavazzi passera également par Lyon. Il rencontre Paola qui vient de reprendre avec son amie Fatima un Bouchon, tenu par des femmes depuis plus de 130 ans ! Quand vous entrez chez Paola et Fatima, un univers de nappes à carreaux rouges et une carte traditionnelle qui donne l'eau à la bouche. Comme les plats que s'apprête à servir Lola, 17 ans. Elle participe pour la première fois au concours du meilleur maître d'hôtel au Sirha de Lyon. La native de Saint-Nazaire fait partie de cette jeunesse que Denis Férault, créateur du concours, chérit. « Ils sont l'avenir de la Gastronomie Française, classée à l'Unesco. Et avec elle, pas de souci à se faire. Elle est en de très bonnes mains ! ».</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p><b>00:00</b>  <b>Des racines &amp; des ailes</b>  <b>Passion patrimoine : Au fil de la Seine (reprise)</b></p> <p>Une production France TV Studio  Rédactrice en chef : Karine Abderrahim  Réalisation : Jean-Luc Orabona</p> <p>Une émission présentée par Carole Gaessler</p> <p>"Passion patrimoine : Au fil de la Seine"  Réalisé par Arcadie Varlamoff  Une production Troisième Œil Productions, avec la participation de France Télévisions</p> <p>Pour ce numéro, « Des racines &amp; des ailes » vous propose un voyage au fil de la Seine, du département de l'Aube jusqu'à son embouchure à Honfleur. Nous découvrirons les différents visages de ce fleuve chargé d'histoire, bordé d'un exceptionnel patrimoine architectural et naturel. Ces trésors sont protégés par des acteurs engagés et passionnés.</p> <p>Catherine Cornu, la première femme pilote de port, connaît tous les écueils des boucles de la Seine, en Normandie, là où le fleuve dessine de grands méandres sur près de 70 kilomètres. Elle est en première ligne pour guider les cargos vers Rouen.</p> <p>À Troyes, la restauratrice des vitraux de Notre-Dame de Paris, Flavie Serrières Vincent-Petit, nous ouvre les portes de son atelier, où elle perpétue un savoir-faire millénaire. Nous assisterons à la création d'un vitrail contemporain pour l'église de La Chapelle-Saint-Luc.</p> <p>À quelques kilomètres au sud de la capitale se dressent les « Affolantes », des maisons de villégiature spectaculaires édifiées pour de riches Parisiens à la fin du XIXe siècle. Cette « Riviera » sur la Seine attira les artistes et les grands noms de la littérature, comme Victor Hugo. Nous aurons le privilège de pénétrer dans la villa La Roselière, avec son confort moderne et sa splendide verrière de 7 mètres de haut.</p> <p>À Paris, sur 13 kilomètres, la Seine est enjambée par trente-sept ponts. Des trésors d'art et d'ingénierie, à l'histoire parfois chaotique, comme celle du pont au Change, détruit au XVIIe siècle par un terrible incendie et rebâti plusieurs fois.</p> <p>Olivier Mériel, photographe naturaliste amoureux du fleuve, travaille exclusivement à l'ancienne dans l'esprit des pionniers. Il nous partage sa quête de la lumière singulière des rives de la Seine.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>
--	--

<b>02:00</b> <b>Météo climat</b>  Ce programme est disponible en version sous-titrée	
<b>02:05</b> <b>Julien, un chamelier chez les ch'tis</b> <b>(reprise)</b>  Ce programme est disponible en version sous-titrée	
<b>03:00</b> <b>Animalement Vôtre</b> <b>Avec Agathe Lecaron</b> <b>(reprise)</b>  Ce programme est disponible en version sous-titrée	
<b>03:45</b> <b>Animalement Vôtre</b> <b>Avec Gwendoline Hamon</b> <b>(reprise)</b>  Ce programme est disponible en version sous-titrée	
<b>04:30</b> <b>La p'tite librairie</b>  Ce programme est disponible en version sous-titrée	
<b>04:35</b> <b>Chef pays</b> <b>Curry de gambas à la citronnelle</b> <b>(reprise)</b>  Ce programme est disponible en version sous-titrée	
<b>05:00</b> <b>Chef pays</b> <b>Rouleaux de chou chinois, bouillon soja épicé</b> <b>(reprise)</b>  Ce programme est disponible en version sous-titrée	
<b>05:30</b> <b>Les matinales</b>	
<b>05:35</b> <b>Un si grand soleil</b> <b>(reprise)</b>  Ce programme est disponible en version sous-titrée	

<p><b>06:00</b> <b>La cuisine des mousquetaires</b> <b>ALIGOT</b></p> <p>Une production France 3 Occitanie Réalisé par Guillaume Corona</p> <p>Présenté par le chef Fabrice Mignot et Caroline Estremo</p> <p>Le chef Fabrice Mignot et l'humoriste Caroline Estremo font revivre "La Cuisine des Mousquetaires", émission culte des années 1980. Ils proposent des recettes accessibles à tous, les astuces du chef, des découvertes de produits du terroir de qualité, des témoignages de producteurs qui aiment leur métier...</p> <p>Fabrice Mignot et Caroline Estremo font renaître "La Cuisine des Mousquetaires" et vous invitent à passer à table, en multipliant les clins d'œil à Maïté, ils vous entraînent dans un tourbillon de rires et de bonne humeur.</p> <p>Asseyez-vous à la table de "La Cuisine des Mousquetaires" et bon appétit !</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p><b>10:45</b> <b>Consomag</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>
<p><b>06:30</b> <b>Ici matin</b></p> <p>De 6h30 à 9h, « Ici Matin » est votre premier rendez-vous de la journée avec l'information de proximité. Elle ouvre les matinées 100 % régionales de France 3.</p> <p>Au programme, des journaux d'information en hyper proximité tous les quarts d'heure, des points météo et trafic réguliers, de l'interactivité avec les auditeurs et téléspectateurs, et surtout une grande bouffée de bonne humeur pour démarrer la journée du bon pied !</p>	<p><b>10:50</b> <b>La cuisine des mousquetaires</b></p> <p>Une production France 3 Occitanie Réalisé par Guillaume Corona</p> <p>Présenté par le chef Fabrice Mignot et Caroline Estremo</p> <p>Le chef Fabrice Mignot et l'humoriste Caroline Estremo font revivre "La Cuisine des Mousquetaires", émission culte des années 1980. Ils proposent des recettes accessibles à tous, les astuces du chef, des découvertes de produits du terroir de qualité, des témoignages de producteurs qui aiment leur métier...</p> <p>Fabrice Mignot et Caroline Estremo font renaître "La Cuisine des Mousquetaires" et vous invitent à passer à table, en multipliant les clins d'œil à Maïté, ils vous entraînent dans un tourbillon de rires et de bonne humeur.</p> <p>Asseyez-vous à la table de "La Cuisine des Mousquetaires" et bon appétit !</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>
<p><b>08:55</b> <b>Jeux paralympiques Milano-Cortina 2026</b></p> <p>En direct</p> <p>Présenté par Laurent Luyat Commenté par Alexandre Boyon, Christian Choupin, Martial Fernandez, Stéphane Lippert et Jeanne Meyer</p> <p>Au programme : - Para ski alpin (Slalom géant Femmes manche 1) Consultant : Vincent Gauthier-Manuel</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée Ce programme est disponible en audiodescription</p>	<p><b>11:20</b> <b>Flavie en France</b> <b>Sens</b> <b>(I)</b></p> <p>Une production R&amp;G Productions</p> <p>Présenté par Flavie Flament, accompagnée de Victor Dekyvère qui apportera un éclairage culturel, historique ou décalé vis-à-vis des sujets abordés et de Valentine Sled qui partagera sur le terrain ses coups de cœur souvent gourmands</p> <p>"Flavie en France", la nouvelle émission itinérante de France 3.</p> <p>Dans cette nouvelle aventure, Flavie Flament invite les téléspectateurs à explorer les richesses de nos territoires. Une animatrice curieuse et chaleureuse, des chroniqueurs dynamiques et passionnés, et bien sûr des invités ancrés dans leur territoire... La recette d'un moment de bonne humeur à partager ensemble.</p> <p>"Flavie en France", c'est aussi le retour d'un jeu mythique dans une version revisitée : le Schmilblic. À découvrir par les jeunes générations, à revivre pour les plus anciens !</p> <p>Tout au long de la semaine, le public de la ville est invité à participer au jeu. L'objectif : deviner un objet ou l'origine d'un son à partir d'un indice visuel ou sonore.</p>
<p><b>09:55</b> <b>Ici dans votre région</b></p> <p>Des magazines ou documentaires proposés par votre antenne régionale.</p>	

<p>Découverte, divertissement et bonne humeur : voilà le cocktail de votre fin de matinée sur France 3.</p> <p>Au programme : Sens</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p>- Para hockey sur glace (match de classement pour les 5-8) Consultant : Cyril Moré</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée Ce programme est disponible en audiodescription</p>
<p><b>12:00</b> <b>Météo</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p><b>15:10</b> <b>Cyclisme</b> <b>Paris-Nice 2026</b></p> <p>EN DIRECT</p>
<p><b>12:05</b> <b>Outremer.l'info</b></p> <p>Préparé et proposé par la Rédaction du Pôle Outre-mer Une production France Télévisions</p> <p>Présenté en alternance par Kessi Weishaupt et Laurence Theatin</p> <p>Le journal d'information qui vous emmène au cœur des Outre-mer et de leur actualité.</p> <p>En 9 minutes, 7 jours sur 7, toute l'année, découvrez des reportages et des décryptages sur les enjeux et événements majeurs des 9 territoires, de Saint-Pierre-et-Miquelon à Wallis-et-Futuna, en passant par la Guadeloupe, la Martinique, la Guyane, Mayotte, La Réunion, la Polynésie française et la Nouvelle-Calédonie.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p> <p><b>17:15</b> <b>Para Club</b></p> <p>Présenté par Laurent Luyat</p> <p>Laurent Luyat revient, avec les journalistes et consultants, sur les épreuves de la journée et accueille sur le plateau les médaillés français.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>
<p><b>12:15</b> <b>Ici 12/13</b></p> <p>12:20 12/13 METEO REGIONALE</p> <p>12:25 ICI 12/13</p>	<p><b>17:55</b> <b>La p'tite librairie</b></p> <p>Une émission proposée et écrite par François Busnel Produite par Rosebud Productions avec la participation de France Télévisions</p> <p>François Busnel propose chaque jour de vous faire découvrir ou redécouvrir une œuvre française ou étrangère : roman, essai, grand classique ou encore bande dessinée.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>
<p><b>12:55</b> <b>Jeux paralympiques Milano-Cortina 2026</b></p> <p>En direct</p> <p>Présenté par Laurent Luyat Commenté par Alexandre Boyon, Christian Choupin, Martial Fernandez, Stéphane Lippert et Jeanne Meyer</p> <p>Au programme : - Para ski alpin (Slalom géant Femmes manche 1) Consultant : Vincent Gauthier-Manuel</p> <p>- Curling sur chaise (équipe mixte) Consultant : Cyril Moré</p>	<p><b>18:00</b> <b>Slam</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p> <p><b>18:50</b> <b>Météo climat</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p> <p><b>19:00</b> <b>Ici 19/20</b></p> <p>19:05 19/20 METEO REGIONALE</p> <p>19:07 ICI 19/20 EDITION LOCALE</p>

<p>19:15 ICI 19/20</p>	
<p><b>20:00</b> <b>Stade 2 La Quotidienne</b></p> <p>Présenté par Fabien Lévêque</p> <p>Le magazine qui va au-delà du seul résultat sportif : histoires humaines, enjeux sociétaux, innovations, culture sport, inclusion, environnement... Un regard moderne et ouvert sur le sport d'aujourd'hui.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p><b>21:10</b> <b>Meurtres dans les trois vallées</b></p> <p>Film de télévision, Policier (FRA) Réalisé par Emmanuel Rigaut Scénario : Emmanuel Rigaut et Sylvain Saada Producteurs : Dominique Besnehard, Michel Feller et Antoine Le Carpentier Une production Médiawan et Mon voisin productions, avec la participation de France Télévisions</p> <p>Avec : Line Renaud (Gabrielle Sandraz) Samuel Labarthe (Alexandre) Sophie de Fürst (Chloé) Hubert Roulleau (Vincent Rossi) Mathieu Metral (Thomas) Caroline Bourg (Agnès) Goeffroy Thiebaut (Vincent)</p>
<p><b>20:15</b> <b>Stade 2 Ligue 1</b></p> <p>Présenté par Fabien Lévêque</p> <p>Page quotidienne inédite entièrement dédiée à la Ligue 1 de football, offrant une immersion totale au cœur du championnat de France : dernières actualités, résultats, informations sur les clubs et joueurs du championnat de France de football.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p>Une jeune femme est retrouvée morte au pied d'un pic rocheux à l'aube, les mains croisées sur la poitrine, le visage apaisé. Accident ? Crime ? Pourquoi cette mise en scène ? Pourquoi ressemble-t-elle tant au suicide de cette jeune femme morte en pleine guerre de 14, retrouvée exactement au même endroit et dans les mêmes circonstances ?</p>
<p><b>20:20</b> <b>Para Club 2ème partie</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p>Le Commandant Godard, depuis un an seulement à la tête du peloton de gendarmerie, démarre une enquête étrange, qui va le conduire dans le passé et la grande histoire de la guerre, comme au présent industriel à la pointe de la technologie dans la vallée.</p>
<p><b>20:40</b> <b>METEO REGIONALE</b></p>	<p>Mais ce sera encore et toujours Gabrielle, à la croisée de toutes les histoires, gardienne des destins de tous, qui le mettra sur la piste d'un événement oublié.</p>
<p><b>20:45</b> <b>Un si grand soleil (I)</b></p> <p>Film de télévision, Faits de société (FRA) Une série créée et produite par Toma de Matteis et Olivier Szulzynger Scénario : Olivier Szulzynger, Eline Le Fur, Stéphanie Tchou-Cotta, Cristina Arellano Une coproduction de France.tv studio, Epeios Production / France Télévisions, avec la participation de TV5 Monde Musique générique : Talisco</p> <p>Episode 1877 Johanna se voit confier une nouvelle affaire qui ne plait pas à Yann. Côté ferme, Flore s'engage dans une course-poursuite effrénée.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p>Un événement lié à une grande et folle histoire d'amour née autour d'un secret que renferme cette montagne depuis des milliers d'années...</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée Ce programme est disponible en audiodescription</p> <hr/> <p><b>22:45</b> <b>Météo climat</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p> <hr/> <p><b>22:50</b> <b>La France en vrai</b></p> <p>À chaque région son documentaire.</p>

<p><b>00:35</b> <b>L'Humour à la française</b> <b>(reprise)</b></p> <p>Un documentaire écrit et réalisé par Gwendoline Chesnais Co-écrit par Daniela Lumbroso et Nathalie Poingt Une production Degel Prod Avec la participation de France Télévisions Productrice : Daniela Lumbroso Avec la voix de Daniela Lumbroso</p> <p>Avec la participation de : Pascal Légitimus, Les Chevaliers du Fiel, Caroline Vigneaux, Anthony Kavanagh, Mado la Niçoise, Patrick Bosso, Jeanfi Janssens, Pierre Thevenoux, Philippe Chevallier, Gérémy Crédeville et Zize Dupanier.</p> <p>Une rétrospective des sketches d'humoristes français qui se moquent de l'hexagone, sa culture, son histoire, ses habitudes, ses régions, ses habitants.</p> <p>La France, les humoristes l'ont autant dans le viseur que dans le cœur. Jouant sur nos comportements ils sont devenus au fil du temps, les meilleurs observateurs de la France et de nos vies.</p> <p>Qui aime bien châtie bien ! Au-delà de l'autodérision, c'est certainement par amour que nos humoristes taquinent l'hexagone, sa culture, ses régions, et ses habitants.</p> <p>Il existe même une tradition d'artistes issus de milieux populaires qui, parce qu'ils sont attachés à leurs régions, savent mieux que personne se moquer de la France et des Français.</p> <p>De Dany Boon aux Inconnus, de Gad Elmaleh à Elodie Poux, leur humour est une loupe grossissante qui nous renvoie à ceux que nous sommes en poussant plus ou moins le trait.</p> <p>Alors, à quoi ressemblons-nous vraiment ? En quoi sommes-nous restés les mêmes ? En quoi avons-nous changé ?</p> <p>Grâce à des sketches devenus cultes de Muriel Robin à Elie Kakou, des Bodin's à Raymond Devos, de Sylvie Joly à Jamel Debbouze... c'est à une autre analyse de la France que nous invite ce documentaire hilarant, pour rire ensemble de nos travers, et pour défendre la plus grande de nos qualités : notre sens de l'humour... à la française !</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p><b>03:15</b> <b>Samedi d'en rire</b> <b>(reprise)</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p> <p><b>04:05</b> <b>La p'tite librairie</b> <b>(reprise)</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p> <p><b>04:15</b> <b>Château</b> <b>(reprise)</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p> <p><b>04:40</b> <b>Les matinales</b></p> <p><b>04:55</b> <b>Un si grand soleil</b> <b>(reprise)</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p> <p><b>05:20</b> <b>Slam</b> <b>(reprise)</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>
<p><b>02:25</b> <b>Samedi d'en rire</b> <b>(reprise)</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	

<p><b>06:00</b> <b>La cuisine des mousquetaires</b> <b>CARPACCIO DE SAINT JACQUES GIN ET AGRUMES</b></p> <p>Une production France 3 Occitanie Réalisé par Guillaume Corona</p> <p>Présenté par le chef Fabrice Mignot et Caroline Estremo</p> <p>Le chef Fabrice Mignot et l'humoriste Caroline Estremo font revivre "La Cuisine des Mousquetaires", émission culte des années 1980. Ils proposent des recettes accessibles à tous, les astuces du chef, des découvertes de produits du terroir de qualité, des témoignages de producteurs qui aiment leur métier...</p> <p>Fabrice Mignot et Caroline Estremo font renaître "La Cuisine des Mousquetaires" et vous invitent à passer à table, en multipliant les clins d'œil à Maïté, ils vous entraînent dans un tourbillon de rires et de bonne humeur.</p> <p>Asseyez-vous à la table de "La Cuisine des Mousquetaires" et bon appétit !</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p><b>10:45</b> <b>Consomag</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>
<p><b>06:30</b> <b>Ici matin</b></p> <p>De 6h30 à 9h, « Ici Matin » est votre premier rendez-vous de la journée avec l'information de proximité. Elle ouvre les matinées 100 % régionales de France 3.</p> <p>Au programme, des journaux d'information en hyper proximité tous les quarts d'heure, des points météo et trafic réguliers, de l'interactivité avec les auditeurs et téléspectateurs, et surtout une grande bouffée de bonne humeur pour démarrer la journée du bon pied !</p>	<p><b>10:50</b> <b>La cuisine des mousquetaires</b></p> <p>Une production France 3 Occitanie Réalisé par Guillaume Corona</p> <p>Présenté par le chef Fabrice Mignot et Caroline Estremo</p> <p>Le chef Fabrice Mignot et l'humoriste Caroline Estremo font revivre "La Cuisine des Mousquetaires", émission culte des années 1980. Ils proposent des recettes accessibles à tous, les astuces du chef, des découvertes de produits du terroir de qualité, des témoignages de producteurs qui aiment leur métier...</p> <p>Fabrice Mignot et Caroline Estremo font renaître "La Cuisine des Mousquetaires" et vous invitent à passer à table, en multipliant les clins d'œil à Maïté, ils vous entraînent dans un tourbillon de rires et de bonne humeur.</p> <p>Asseyez-vous à la table de "La Cuisine des Mousquetaires" et bon appétit !</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>
<p><b>08:55</b> <b>Jeux paralympiques Milano-Cortina 2026</b></p> <p>En direct</p> <p>Présenté par Laurent Luyat Commenté par Alexandre Boyon, Christian Choupin, Martial Fernandez, Stéphane Lippert et Jeanne Meyer</p> <p>Au programme : - Para ski alpin (Slalom géant Hommes manche 1) Consultant : Vincent Gauthier-Manuel</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée Ce programme est disponible en audiodescription</p>	<p><b>11:20</b> <b>Flavie en France</b> <b>Sens</b></p> <p>Une production R&amp;G Productions</p> <p>Présenté par Flavie Flament, accompagnée de Victor Dekyvère qui apportera un éclairage culturel, historique ou décalé vis-à-vis des sujets abordés et de Valentine Sled qui partagera sur le terrain ses coups de cœur souvent gourmands</p> <p>"Flavie en France", la nouvelle émission itinérante de France 3.</p> <p>Dans cette nouvelle aventure, Flavie Flament invite les téléspectateurs à explorer les richesses de nos territoires. Une animatrice curieuse et chaleureuse, des chroniqueurs dynamiques et passionnés, et bien sûr des invités ancrés dans leur territoire... La recette d'un moment de bonne humeur à partager ensemble.</p> <p>"Flavie en France", c'est aussi le retour d'un jeu mythique dans une version revisitée : le Schmilblic. À découvrir par les jeunes générations, à revivre pour les plus anciens !</p> <p>Tout au long de la semaine, le public de la ville est invité à participer au jeu. L'objectif : deviner un objet ou l'origine d'un son à partir d'un indice visuel ou sonore.</p>
<p><b>09:55</b> <b>Ici dans votre région</b></p> <p>Des magazines ou documentaires proposés par votre antenne régionale.</p>	

<p>Découverte, divertissement et bonne humeur : voilà le cocktail de votre fin de matinée sur France 3.</p> <p>Au programme : Sens</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p>- Para hockey sur glace (demi-finale) Consultant : Cyril Moré</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée Ce programme est disponible en audiodescription</p>
<p><b>12:00</b> <b>Météo</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p><b>15:10</b> <b>Cyclisme</b> <b>Paris-Nice 2026</b></p> <p>EN DIRECT</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>
<p><b>12:05</b> <b>Outremer.l'info</b></p> <p>Préparé et proposé par la Rédaction du Pôle Outre-mer Une production France Télévisions</p> <p>Présenté en alternance par Kessi Weishaupt et Laurence Theatin</p> <p>Le journal d'information qui vous emmène au cœur des Outre-mer et de leur actualité.</p> <p>En 9 minutes, 7 jours sur 7, toute l'année, découvrez des reportages et des décryptages sur les enjeux et événements majeurs des 9 territoires, de Saint-Pierre-et-Miquelon à Wallis-et-Futuna, en passant par la Guadeloupe, la Martinique, la Guyane, Mayotte, La Réunion, la Polynésie française et la Nouvelle-Calédonie.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p><b>17:15</b> <b>Para Club</b></p> <p>Présenté par Laurent Luyat</p> <p>Laurent Luyat revient, avec les journalistes et consultants, sur les épreuves de la journée et accueille sur le plateau les médaillés français.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>
<p><b>12:15</b> <b>Ici 12/13</b></p> <p>12:20 12/13 METEO REGIONALE</p> <p>12:25 ICI 12/13</p>	<p><b>17:55</b> <b>La p'tite librairie</b></p> <p>Une émission proposée et écrite par François Busnel Produite par Rosebud Productions avec la participation de France Télévisions</p> <p>François Busnel propose chaque jour de vous faire découvrir ou redécouvrir une œuvre française ou étrangère : roman, essai, grand classique ou encore bande dessinée.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>
<p><b>12:55</b> <b>Jeux paralympiques Milano-Cortina 2026</b></p> <p>En direct</p> <p>Présenté par Laurent Luyat Commenté par Alexandre Boyon, Christian Choupin, Martial Fernandez, Stéphane Lippert et Jeanne Meyer</p> <p>Au programme : - Para biathlon (Sprint poursuite Hommes et Femmes - Finale) Consultant : Benoît Gilly</p>	<p><b>18:00</b> <b>Slam</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p> <p><b>18:50</b> <b>Météo climat</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p> <p><b>19:00</b> <b>Ici 19/20</b></p> <p>19:05 19/20 METEO REGIONALE</p> <p>19:07 ICI 19/20 EDITION LOCALE</p>

<p>19:15 ICI 19/20</p> <hr/> <p><b>20:00</b> <b>Stade 2 La Quotidienne</b></p> <p>Présenté par Marie Mamère ou Claire Vocquier-Ficot</p> <p>Le magazine qui va au-delà du seul résultat sportif : histoires humaines, enjeux sociétaux, innovations, culture sport, inclusion, environnement... Un regard moderne et ouvert sur le sport d'aujourd'hui.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p> <hr/> <p><b>20:15</b> <b>Stade 2 Ligue 1</b></p> <p>Page quotidienne inédite entièrement dédiée à la Ligue 1 de football, offrant une immersion totale au cœur du championnat de France : dernières actualités, résultats, informations sur les clubs et joueurs du championnat de France de football.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p> <hr/> <p><b>20:20</b> <b>Para Club 2ème partie</b></p> <p>Présenté par Laurent Luyat</p> <p>Laurent Luyat revient, avec les journalistes et consultants, sur les épreuves de la journée et accueille sur le plateau les médaillés français.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p> <hr/> <p><b>20:40</b> <b>METEO REGIONALE</b></p> <hr/> <p><b>20:45</b> <b>Un si grand soleil</b> (I)</p> <p>Film de télévision, Faits de société (FRA) Une série créée et produite par Toma de Matteis et Olivier Szulzynger Scénario : Olivier Szulzynger, Eline Le Fur, Stéphanie Tchou-Cotta, Cristina Arellano Une coproduction de France.tv studio, Epeios Production / France Télévisions, avec la participation de TV5 Monde Musique générique : Talisco</p> <p>Episode 1878 Ludo a une idée pour exploiter les talents de Flore, quant à Johanna, elle réalise que son projet n'a pas l'effet escompté.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p><b>21:10</b> <b>Voyage Voyage - Les stars chantent au Maroc</b> (I)</p> <p>Une production Degel Prod Réalisé par Fabrice Michelin Une émission proposée par Daniela Lumbroso</p> <p>Présentée par Laury Thilleman</p> <p>Avec : Magic System, Lorie, Tina Arena, Ycare, Nicoletta, Natasha St Pier, Dany Brillant, Yuri Buenaventura, Barbara Pravi, Ouidad, Lartiste, la troupe du roi Soleil, Linh, Esther Abrami...</p> <p>« Voyage Voyage », un nouveau rendez-vous musical et humain, tourné au Maroc</p> <p>Direction le Maroc terre de contrastes et de traditions, où les stars de la chanson se retrouvent pour une aventure aussi intime que spectaculaire.</p> <p>De Rabat à Ouarzazate en passant par Fès, les artistes, guidés par des habitants passionnés, choisissent des lieux emblématiques, pour interpréter des chansons inoubliables : « Magic in the air », « Foule sentimentale », « Salma Ya Salama », « Ne me quittes pas », et bien d'autres.</p> <p>Chaque chanson prend vie dans un lieu différent et féérique, pour une découverte inédite et musicale de paysages à couper le souffle.</p> <p>Plus qu'un simple dépaysement, "Voyage Voyage" est une expérience humaine : moments de création partagés, performances musicales inédites, découvertes culturelles et échanges sincères rythment ce périple.</p> <p>Si la musique est présente tout au long du voyage, chaque rencontre devient aussi une source d'inspiration pour nos voyageurs : Tina Arena s'initie à la préparation du tajine avec la cuisinière Souad, Yuri Buenaventura s'essaye à la poterie à Fès, Barbara Pravi découvre la broderie, Nicoletta visite des trésors du patrimoine avec Lartiste, Ycare s'initie à la culture Amazigh des nomades du désert, Natasha St-Pier nous entraîne au cœur d'une oasis pour un cours de yoga...Autant de moments suspendus où la musique devient le fil conducteur du voyage.</p> <p>"Voyage Voyage, les stars chantent au Maroc", une immersion musicale à ne pas manquer.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>
--	--

<p><b>23:10</b> <b>La fête de la chanson à l'orientale</b></p> <p>Une production Dégel Prod Proposé par Daniela Lumbroso Réalisé par Gérard Pullicino</p> <p>Animé par Laury Tilleman et André Manoukian</p> <p>Avec : Chico &amp; les Gypsies, Enrico Macias, Chimène Badi, Gilbert Montagné, Khaled, Ycare, Mimaa, Faudel, Dany Brillant, Anggun, Anne Sila, Symon, Augustin Galiana, Ouidad, Salomé de Bahia, Amadou &amp; Mariam</p> <p>À l'approche des fêtes de fin d'année, Laury Tilleman et André Manoukian vous offrent une parenthèse musicale sous le ciel au Marocain avec un nouveau show festif et ensoleillé !</p> <p>Après deux éditions à Marrakech, les stars de la scène française et internationale posent leurs valises à Tanger pour vous offrir une fête inoubliable ! Sous un ciel étoilé, le plateau accueille les artistes pour des duos inédits, et des reprises des plus grands tubes de variétés accompagnés par trois orchestres, réunis exceptionnellement pour ce grand moment de partage : oriental, symphonique et pop.</p> <p>Les stars vous emmènent dans les rues de la vieille ville et dans ses environs : le cap spartel, ce grand phare dominant l'océan, la casbah et ses dédales blanchis à la chaux, l'entre-deux mers, là où l'atlantique rencontre la Méditerranée, Assyla, la ville bleue, des décors féériques au coeur desquels Khaled, Dany Brillant ou encore Chico et les Gypsies, se promènent avant de chanter face à la mer pour encore plus de rêve et d'évasion.</p> <p>Une soirée de tubes : Gilbert Montagné enflamme le plateau, avec « On va s'aimer », Enrico Macias s'entoure de Chico et les Gypsies, pour une version flamenco de « L'oriental ». Faudel fait son retour avec « Tellement je t'aime », son tube qui a marqué les mémoires, et Anggun rend hommage à Françoise Hardy en reprenant à l'orientale son titre culte : « Mon amie la rose ».</p> <p>Des reprises inédites en duo ou en solo avec toute la beauté de la musique orientale !</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	<p><b>01:20</b> <b>Appassionata : Gustavia, l'Histoire du Prince de Suède inconnu</b> <b>(À l'opéra royal de Suède)</b></p> <p>Un ballet dramatique en deux actes Une production Elzévir Films, The Royal Swedish Opera Avec la participation de France Télévisions Chorégraphe : Pär Isberg Réalisé par Guillaume Klein Enregistré à l'opéra royal de Suède de Stockholm</p> <p>Avec : Les danseurs du Ballet Royal de Suède Et la participation exceptionnelle de Guillaume Diop (Gustav Badin Couschi)</p> <p>Et l'orchestre Royal de Suède</p> <p>Un ballet historique mêlant amitié, amour, trahison, insolence et liberté.</p> <p>Gustavia fut le premier et unique membre de la cour royale suédoise d'origine africaine. Il grandit au cœur d'une expérience sociale audacieuse imaginée par la reine Louisa Ulrika (1720-1782), qui choisit de le laisser vivre selon ses propres règles. Libéré des contraintes habituelles, il défiait ouvertement les conventions de la noblesse et tournait en dérision la religion.</p> <p>Au fil des années, il occupa de multiples rôles : danseur de ballet, ambassadeur, président des francs-maçons, mais aussi homme de confiance de la reine, gardien fidèle des secrets de la cour. Pourtant, malgré cette vie exceptionnelle, les livres d'histoire ne mentionnent que rarement son nom. Il est aujourd'hui temps de mettre en lumière cette figure oubliée de la monarchie suédoise. Élevé selon les principes inspirés des théories de Rousseau, prônant les bienfaits d'une éducation libre, dénuée de règles strictes, censée mener à un adulte équilibré et confiant, Gustav Badin incarne une expérience sociale inédite pour son époque. Était-il le simple objet d'une expérience due à ses origines ? Un bouffon aux yeux des courtisans ? Ou un homme déterminé à prouver sa valeur et à défier les préjugés ?</p> <p>Mais « Gustavia » ne se limite pas à cette réflexion sur la liberté et la différence. L'œuvre explore également la relation complexe entre les deux « frères » royaux, Badin et Gustav III, dont les éducations opposées ont nourri jalousie, rivalité et trahison, sur fond d'amours secrets et de tensions politiques.</p> <p>Pour servir cette histoire incroyable, quelle distribution : le directeur artistique primé Amir Chamdin, le grand chorégraphe Pär Isberg, Guillaume Diop, danseur étoile de l'Opéra de Paris dans le rôle principal, et l'Orchestre Royal de Suède dirigé par Philippe Béran, avec des musiques de Brahms, Bologne ou Beethoven.</p>
<p><b>01:10</b> <b>Météo climat</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	

<p>Tous les ingrédients sont réunis pour mettre en scène la vie de Gustav Badin, ancien esclave élevé par la reine aux côtés de son propre fils, le futur roi Gustav III.</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p> <hr/>	
<p><b>03:15</b> <b>La p'tite librairie</b> (reprise)</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p> <hr/>	
<p><b>03:20</b> <b>LES CARNETS DE JULIE</b> <b>A LA TABLE DE SIMONE DE BEAUVOIR</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p> <hr/>	
<p><b>04:15</b> <b>LES POTAGERS DE JULIE</b> <b>LE POTAGER FLEURI BRETON</b></p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p> <hr/>	
<p><b>05:10</b> <b>Les matinales</b></p> <hr/>	
<p><b>05:20</b> <b>Slam</b> (reprise)</p> <p>Ce programme est disponible en version sous-titrée</p>	