



©ELEANA RAMOS / SWITCH AGENCY / LONEPINE PRODUCTION

SPECTACLE INÉDIT ET EN DIRECT

JEUDI 12 MARS 21:10

SAM 7 MARS	DIM 8 MARS	LUN 9 MARS	MAR 10 MARS	MER 11 MARS	JEU 12 MARS	VEN 13 MARS
06:00 M6 KID	06:00 M6 KID	06:00 SCÈNES DE MÉNAGES	06:00 SCÈNES DE MÉNAGES	06:00 SCÈNES DE MÉNAGES	06:00 SCÈNES DE MÉNAGES	06:00 SCÈNES DE MÉNAGES
07:45 ABSOLUMENT STARS	07:00 100% IMMO, L'HEBDO	08:05 MY BOUTIQUE TÉLÉSHOP'	08:05 MY BOUTIQUE TÉLÉSHOP'	08:05 MY BOUTIQUE TÉLÉSHOP'	08:05 MY BOUTIQUE TÉLÉSHOP'	08:05 MY BOUTIQUE TÉLÉSHOP'
10:10 LE MAG DU SAMEDI	07:30 MY BOUTIQUE TÉLÉSHOP'	09:45 ÇA PEUT VOUS ARRIVER	09:45 ÇA PEUT VOUS ARRIVER	09:45 ÇA PEUT VOUS ARRIVER	09:45 ÇA PEUT VOUS ARRIVER	09:45 ÇA PEUT VOUS ARRIVER
10:20 LE MAG DU SAMEDI	10:25 TURBO	11:30 ÇA PEUT VOUS ARRIVER CHEZ VOUS	11:30 ÇA PEUT VOUS ARRIVER CHEZ VOUS	11:30 ÇA PEUT VOUS ARRIVER CHEZ VOUS	11:30 ÇA PEUT VOUS ARRIVER CHEZ VOUS	11:30 ÇA PEUT VOUS ARRIVER CHEZ VOUS
10:55 66 MINUTES : GRAND FORMAT	10:55 TURBO	12:40 MÉTÉO	12:40 MÉTÉO	12:40 MÉTÉO	12:40 MÉTÉO	12:40 MÉTÉO
11:45 66 MINUTES : GRAND FORMAT	11:20 TURBO	12:45 LE 1245	12:45 LE 1245	12:45 LE 1245	12:45 LE 1245	12:45 LE 1245
12:40 MÉTÉO	12:40 MÉTÉO	13:35 SCÈNES DE MÉNAGES	13:35 SCÈNES DE MÉNAGES	13:35 SCÈNES DE MÉNAGES	13:35 SCÈNES DE MÉNAGES	13:35 SCÈNES DE MÉNAGES
12:45 LE 1245	12:45 LE 1245	13:40 UN JOUR, UN DOC	13:40 UN JOUR, UN DOC	13:40 UN JOUR, UN DOC	13:40 UN JOUR, UN DOC	13:40 UN JOUR, UN DOC
13:30 UN JOUR, UN DOC WEEK-END	13:25 UN JOUR, UN DOC WEEK-END	14:50 UN JOUR, UN DOC	14:50 UN JOUR, UN DOC	14:50 UN JOUR, UN DOC	14:50 UN JOUR, UN DOC	14:50 UN JOUR, UN DOC
14:15 UN JOUR, UN DOC WEEK-END	14:05 UN JOUR, UN DOC WEEK-END	15:50 UN JOUR, UN DOC	15:50 UN JOUR, UN DOC	15:50 UN JOUR, UN DOC	15:50 UN JOUR, UN DOC	15:50 UN JOUR, UN DOC
15:00 UN JOUR, UN DOC WEEK-END	15:05 UN JOUR, UN DOC WEEK-END	16:50 UN JOUR, UN DOC	16:50 UN JOUR, UN DOC	16:50 UN JOUR, UN DOC	16:50 UN JOUR, UN DOC	16:50 UN JOUR, UN DOC
15:55 UN JOUR, UN DOC WEEK-END	16:00 UN JOUR, UN DOC WEEK-END	17:30 LA ROUE DE LA FORTUNE	17:30 LA ROUE DE LA FORTUNE	17:30 LA ROUE DE LA FORTUNE	17:30 LA ROUE DE LA FORTUNE	17:30 LA ROUE DE LA FORTUNE
16:25 UN JOUR, UN DOC WEEK-END	17:10 66 MINUTES	18:35 LA MEILLEURE BOULANGERIE DE FRANCE	18:35 LA MEILLEURE BOULANGERIE DE FRANCE	18:35 LA MEILLEURE BOULANGERIE DE FRANCE	18:35 LA MEILLEURE BOULANGERIE DE FRANCE	18:35 LA MEILLEURE BOULANGERIE DE FRANCE
17:40 LA ROUE DE LA FORTUNE	18:40 66 MINUTES : GRAND FORMAT	19:40 MÉTÉO	19:40 MÉTÉO	19:40 MÉTÉO	19:40 MÉTÉO	19:40 MÉTÉO
18:35 LE MAILLON FAIBLE	19:45 LE 1945	19:45 LE 1945	19:45 LE 1945	19:45 LE 1945	19:45 LE 1945	19:45 LE 1945
19:40 MÉTÉO	20:10 LE 2010, ANNE-SOPHIE LAPIX	20:40 SCÈNES DE MÉNAGES	20:40 SCÈNES DE MÉNAGES	20:40 SCÈNES DE MÉNAGES	20:40 SCÈNES DE MÉNAGES	20:40 SCÈNES DE MÉNAGES
19:45 LE 1945	20:40 E=M6	21:10 MARIÉS AU PREMIER REGARD	21:10 INDIANA JONES ET LE ROYAUME DU CRÂNE DE CRISTAL	21:10 TOP CHEF	21:10 ÉLODIE POUX - LE SYNDROME DU PAPILLON	21:10 PÉKIN EXPRESS : AU ROYAUME DES DRAGONS
20:30 SCÈNES DE MÉNAGES	21:10 ZONE INTERDITE	22:10 MARIÉS AU PREMIER REGARD	23:25 INDIANA JONES ET LA DERNIÈRE CROISADE	22:05 TOP CHEF	23:20 ÉLODIE POUX - LE SYNDROME DU PLAYMOBIL	22:15 PÉKIN EXPRESS : AU ROYAUME DES DRAGONS
21:10 BLANCA	23:10 ENQUÊTE EXCLUSIVE	23:25 QUI VEUT ÉPOUSER MON FILS ?	00:30 ET SI ON SE RENCONTRAIT ?	23:30 TOP CHEF : LE CONCOURS PARALLÈLE	01:00 ÉLODIE POUX SE MARIE	00:25 LE MAILLON FAIBLE
22:00 BLANCA	00:20 ENQUÊTE EXCLUSIVE	00:30 ET SI ON SE RENCONTRAIT ?	01:35 ET SI ON SE RENCONTRAIT ?	00:35 LES SECRETS DES CHEFS	02:45 ÉLODIE POUX EN VRAI	01:20 PROGRAMMES DE NUIT
23:15 NCIS	01:35 ENQUÊTE EXCLUSIVE	02:35 ET SI ON SE RENCONTRAIT ?	02:35 ET SI ON SE RENCONTRAIT ?	01:35 LES SECRETS DES CHEFS	03:55 PROGRAMMES DE NUIT	
00:05 NCIS	02:40 ENQUÊTE EXCLUSIVE	03:25 PROGRAMMES DE NUIT	03:25 PROGRAMMES DE NUIT	02:25 PROGRAMMES DE NUIT		
00:55 NCIS	03:40 PROGRAMMES DE NUIT					
01:50 NCIS						
02:40 PROGRAMMES DE NUIT						



©DA

06:00 **M6 KID**

ÉMISSION **HD**

Debout c'est M6 Kid ! Un réveil joyeux et 100 % animation pour tous les enfants !



©Julien THEUIL / M6

07:45 **ABSOLUMENT STARS**

INÉDIT

ÉMISSION **DIRECT HD**

Présenté par Claire Nevers

Une émission qui traite de l'actualité people et musicale. Elle permet de faire découvrir les dessous du show business avec des clips, des interviews de stars, des reportages, les sorties cinéma et DVD, l'agenda spectacle, la météo et l'horoscope.



©DA / M6

10:10 **LE MAG DU SAMEDI**

INÉDIT

MAGAZINE **HD**

Le mag du samedi invite à découvrir les coulisses d'événements spectaculaires, des success stories entrepreneuriales comme des immersions dans le quotidien de ceux qui participent activement à construire l'avenir de notre pays. C'est un magazine sur la société d'aujourd'hui, celle qui nous inspire et nous fait rêver.



©DA / M6

10:20 **LE MAG DU SAMEDI**

MAGAZINE **HD**

Le mag du samedi invite à découvrir les coulisses d'événements spectaculaires, des success stories entrepreneuriales comme des immersions dans le quotidien de ceux qui participent activement à construire l'avenir de notre pays. C'est un magazine sur la société d'aujourd'hui, celle qui nous inspire et nous fait rêver.



©PASCALITO/M6

10:55 **66 MINUTES : GRAND FORMAT**

MAGAZINE **HD**

Reportages, portraits, enquêtes, 66 Minutes : grand format explore l'actualité avec un reportage sur un fait divers, un phénomène de société ou un événement de l'actualité internationale.



©PASCALITO/M6

11:45 **66 MINUTES : GRAND FORMAT**

MAGAZINE **HD**

Reportages, portraits, enquêtes, 66 Minutes : grand format explore l'actualité avec un reportage sur un fait divers, un phénomène de société ou un événement de l'actualité internationale.



©M6

12:40 **MÉTÉO**

INÉDIT

MÉTÉO 



©HOMAYOUN FIAMOR / M6

12:45 **LE 1245**

INÉDIT

INFORMATION  

Présenté par Romane Binckly

Retrouvez toute l'actualité de la mi-journée.



©M6

13:30 **UN JOUR, UN DOC WEEK-END**

MAGAZINE 

Familles, pouvoir d'achat, évasion... « Un jour, un doc week-end » propose une grande variété de documentaires et de sujets au cœur des préoccupations des Français. Découvrez le quotidien de ces personnes qui nous livrent leurs histoires.



©M6

14:15 **UN JOUR, UN DOC WEEK-END**

MAGAZINE 

Familles, pouvoir d'achat, évasion... « Un jour, un doc week-end » propose une grande variété de documentaires et de sujets au cœur des préoccupations des Français. Découvrez le quotidien de ces personnes qui nous livrent leurs histoires.



©M6

15:00 **UN JOUR, UN DOC WEEK-END**

MAGAZINE 

Familles, pouvoir d'achat, évasion... « Un jour, un doc week-end » propose une grande variété de documentaires et de sujets au cœur des préoccupations des Français. Découvrez le quotidien de ces personnes qui nous livrent leurs histoires.



©M6

15:55 **UN JOUR, UN DOC WEEK-END**

MAGAZINE 

Familles, pouvoir d'achat, évasion... « Un jour, un doc week-end » propose une grande variété de documentaires et de sujets au cœur des préoccupations des Français. Découvrez le quotidien de ces personnes qui nous livrent leurs histoires.



©M6

16:25 **UN JOUR, UN DOC WEEK-END**

MAGAZINE **HD**

Familles, pouvoir d'achat, évasion... « Un jour, un doc week-end » propose une grande variété de documentaires et de sujets au cœur des préoccupations des Français. Découvrez le quotidien de ces personnes qui nous livrent leurs histoires.



©Cecile ROGUE/M6

17:40 **LA ROUE DE LA FORTUNE**

JEU **HD**

Présenté par *Éric Antoine*

Des candidats vont tenter leur chance pour dénicher les mots et expressions cachés, tout en espérant décrocher les plus gros gains offerts par la roue de la fortune. Mais attention, ils devront éviter la redoutable banqueroute et les autres pièges qu'elle réserve. Chaque jour, trois candidats s'affrontent à travers cinq manches, durant lesquelles ils doivent résoudre une énigme en découvrant un mot ou des expressions. Trouver une consonne leur rapporte de l'argent, tandis que les voyelles sont payantes. À la fin de la cinquième manche, celui ayant amassé le plus d'argent accède à la finale, ce qui lui offre le droit de revenir le lendemain. Lors de la finale, il peut remporter jusqu'à 20 000 euros ou un voyage, à condition de résoudre une ultime énigme en seulement 10 secondes !



©Thomas PADILLA / AGENCE 1827 / M6

18:35 **LE MAILLON FAIBLE**

JEU **HD**

Présenté par *Olivier Minne*

Ils ne sont pas de la même famille... Ils ne sont pas amis... Ils ne se connaissent même pas... Et pourtant, huit candidats vont devoir jouer en équipe ! Dans chaque manche, un candidat sera éliminé par les autres joueurs car il aura été considéré comme étant « le maillon faible ». À la fin, un seul d'entre eux pourra remporter le gain final ; les sept autres repartiront les mains vides. Suspense, culture générale et éliminations sans concession, le jeu culte est de retour !



©JO ZHOU / PIERRE OLIVIER / M6

19:40 **MÉTÉO**

MÉTÉO **HD**

INÉDIT



©HOMAYOUN FIAMOR / M6

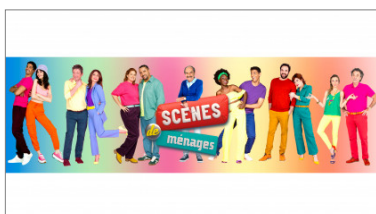
19:45 **LE 1945**

INFORMATION **DIRECT** **HD**

Présenté par *Romane Binckly*

Le journal de M6.

INÉDIT



©Cécile ROGUE / NOON / M6

20:30 **SCÈNES DE MÉNAGES**

SÉRIE **HD**

Votre couple vous désole ? Vous vous lamentez de vivre seul ? Scènes de Ménages va vous aider à relativiser !

Avec Valérie Karsenti (Liliane), Frédéric Bouraly (José), Gérard Hernandez (Raymond), David Mora (Fabien), Anne-Elisabeth Blateau (Emma), Amélie Etasse (Camille), Grégoire Bonnet (Philippe), Claire Chust (Leslie), Vinnie Dargaud (Léo), Claudia Mongumu (Louise), Ryad Baxx (Jalil), Fanny Cottencçon (Christine), Didier Bénureau (Gilbert), Élodie Poux (Alice), Majid Berhila (Sofiane)



©LUX VIDE SPA

21:10 **BLANCA**

INÉDIT

SÉRIE **10** **HD** **VO** **SOUS TITRÉE** **AD**

Saison 3 - épisode 9 : Acide (1/2)

Italie - 2025

Titre original : ACIDO (1/2)

Au commissariat de San Teodoro, l'attention se porte sur un agresseur en série qui s'en prend à des femmes ayant subi des interventions de chirurgie esthétique, en leur jetant de l'acide au visage. L'enquête s'accélère lorsque Blanca est elle-même visée. Lucia revient habiter chez sa mère adoptive après un chagrin d'amour. Elle souffre de complexes et souhaite faire des injections...

Avec Maria Chiara Giannetta (Blanca Ferrando), Giuseppe Zeno (Michele Liguori), Enzo Paci (Mauro Bacigalupo), Gualtiero Burzi (Nello Carità), Federica Cacciola (Stella Musso), Domenico Diele (Domenico Falena), Chiara Baschetti (Veronica Alberici), Sara Ciocca (Lucia Ottonello), Michela Cescon (Nadia Zunino), Ugo Dighero (Leone Ferrando), Matilde Gioli (Eva Faraldi)



©LUX VIDE SPA

22:00 **BLANCA**

INÉDIT

SÉRIE **HD** **VO** **SOUS TITRÉE** **AD**

Saison 3 - épisode 10 : Acide (2/2)

Italie - 2025

Titre original : ACIDO (2/2)

Interrogé après son arrestation, l'agresseur révèle ses motivations mais nie le meurtre du chirurgien esthétique, le Dr Adorno, qui l'avait publiquement défié. Par ailleurs, Lucia découvre la grossesse cachée de Blanca, tandis que Liguori surveille les déplacements de Domenico.

Avec Maria Chiara Giannetta (Blanca Ferrando), Giuseppe Zeno (Michele Liguori), Enzo Paci (Mauro Bacigalupo), Gualtiero Burzi (Nello Carità), Federica Cacciola (Stella Musso), Domenico Diele (Domenico Falena), Chiara Baschetti (Veronica Alberici), Sara Ciocca (Lucia Ottonello), Michela Cescon (Nadia Zunino), Ugo Dighero (Leone Ferrando), Matilde Gioli (Eva Faraldi)



©CBS BROADCASTING INC. ALL RIGHTS RESERVED

23:15 **NCIS**

SÉRIE **10** **HD** **VO** **SOUS TITRÉE**

Saison 18 - épisode 9 : Glacé

États-Unis d'Amérique - 2020

Titre original : WINTER CHILL

Le NCIS mène une enquête pour meurtre dans l'univers concurrentiel des food trucks après la découverte d'un corps dans un camion réfrigéré. Tobias, sur le point de s'installer au Costa Rica, va vivre une terrible épreuve...

Avec Mark Harmon (Gibbs), Sean Murray (Tim McGee), Rocky Carroll (Leon Vance), Brian Dietzen (Jimmy Palmer), Emily Wickersham (Ellie Bishop), Wilmer Valderrama (Nick Torres), Diona Reasonover (Kasie Hines), Joe Spano (T.C. Fornell), Juliette Angelo (Emily Fornell)



©CBS BROADCASTING INC. ALL RIGHTS RESERVED

00:05 **NCIS**

SÉRIE **10** **HD** **VO** **SOUS TITRÉE**

Saison 18 - épisode 10 : Chien de garde

États-Unis d'Amérique - 2020

Titre original : WATCHDOG

Lorsqu'un accident de convoi mène le NCIS à découvrir un réseau de combats de chien, Gibbs perd son sang-froid et agresse un suspect. Leur patron sous le coup de l'inspection générale, toute l'équipe se mobilise pour le couvrir et boucler l'enquête...

Avec Mark Harmon (Gibbs), Sean Murray (Tim McGee), Rocky Carroll (Leon Vance), Brian Dietzen (Jimmy Palmer), Emily Wickersham (Ellie Bishop), Wilmer Valderrama (Nick Torres), Diona Reasonover (Kasie Hines), Laura San Giacomo (Grace Confalone)

Invités : Hugo Armstrong (Eugene Coyle)



©CBS BROADCASTING INC. ALL RIGHTS RESERVED

00:55 **NCIS**

SÉRIE **10** **HD** **VO** SOUS TITRÉE

Saison 18 - épisode 11 : Sur la touche

Réalisé par Rocky Carroll - États-Unis d'Amérique - 2020

Titre original : GUT PUNCH

McGee, Torres et Bishop sont mis sur la touche par Vance pendant la suspension de Gibbs. Assignés au respect du protocole sanitaire lors d'un sommet international, ils vont découvrir un lien avec une enquête menée par leurs confrères du NCIS...

Avec Mark Harmon (Gibbs), Sean Murray (Tim McGee), Rocky Carroll (Leon Vance), Brian Dietzen (Jimmy Palmer), Emily Wickersham (Ellie Bishop), Wilmer Valderrama (Nick Torres), Diona Reasonover (Kasie Hines), Pam Dawber (Marcie Warren)

Invités : William Allen Young (Moses McClaine), Zane Holtz (Dale Sawyer), Victoria Gabrielle Platt (Veronica Tyler)



©CBS BROADCASTING INC. ALL RIGHTS RESERVED

01:50 **NCIS**

SÉRIE **10** **HD** **VO** SOUS TITRÉE

Saison 18 - épisode 12 : Il n'est jamais trop tard

États-Unis d'Amérique - 2020

Titre original : SANGRE

Des indices relevés sur la scène de crime d'un Marine poignardé conduisent le NCIS au père de Nick, Miguel Torres, qui est parti lorsque Nick était encore enfant...

Avec Mark Harmon (Gibbs), Sean Murray (Tim McGee), Rocky Carroll (Leon Vance), Brian Dietzen (Jimmy Palmer), Emily Wickersham (Ellie Bishop), Wilmer Valderrama (Nick Torres), Diona Reasonover (Kasie Hines), Pam Dawber (Marcie Warren)

Invités : Steven Bauer (Miguel Torres), Tijuana Ricks (Pamela Walsh)



©Shutterstock / Marc Moline

02:40 **PROGRAMMES DE NUIT**

ÉMISSION



©DA

06:00 M6 KID

ÉMISSION **HD**

Debout c'est M6 Kid ! Un réveil joyeux et 100 % animation pour tous les enfants !



©M6

07:00 100% IMMO, L'HEBDO

INÉDIT

MAGAZINE **HD**

Une équipe de spécialistes de l'immobilier vous dit tout sur les tendances et l'actualité du secteur immobilier, à Paris et en régions. Avec des conseils, des astuces, de l'info, vous aurez enfin toutes les réponses à vos questions !



©SELEXTRA

07:30 MY BOUTIQUE TÉLÉSHOP'

INÉDIT

TÉLÉCHAT **HD**

Présenté par Marie-Ange Nardi, Charlotte Rosier

Marie-Ange Nardi et Charlotte Rosier, entourées d'inventeurs, d'experts et de testeurs, dévoilent une sélection de produits astucieux, originaux et exclusifs.



©DA

10:25 TURBO

MAGAZINE **HD**

Présenté par Dominique Chapatte

À quelques semaines des vacances de la Toussaint, Turbo prend les chemins de traverse pour vous présenter les toutes dernières tendances dans le monde du camping-car... Ingéniosité, luxe, van life, le dernier salon des véhicules de loisirs était l'occasion pour les constructeurs de présenter leurs dernières nouveautés... Simon Potée-Gallini et Safet Rastoder vous embarquent, direction : l'évasion !



©DA

10:55 TURBO

MAGAZINE **HD**

Présenté par Dominique Chapatte

Magazine des conducteurs et de leurs automobiles, Turbo présente les nouvelles tendances sociologiques, économiques et écologiques.



©DA

11:20 TURBO

INÉDIT

MAGAZINE **HD**

Présenté par Dominique Chapatte

Magazine des conducteurs et de leurs automobiles, Turbo présente les nouvelles tendances sociologiques, économiques et écologiques.



©M6

12:40 **MÉTÉO**

INÉDIT

MÉTÉO **HD**



©HOMAYOUN FIAMOR / M6

12:45 **LE 1245**

INÉDIT

INFORMATION **DIRECT** **HD**

Présenté par Romane Binckly

Retrouvez toute l'actualité de la mi-journée.



©M6

13:25 **UN JOUR, UN DOC WEEK-END**

MAGAZINE **HD**

Familles, pouvoir d'achat, évasion... « Un jour, un doc week-end » propose une grande variété de documentaires et de sujets au cœur des préoccupations des Français. Découvrez le quotidien de ces personnes qui nous livrent leurs histoires.



©M6

14:05 **UN JOUR, UN DOC WEEK-END**

MAGAZINE **HD**

Familles, pouvoir d'achat, évasion... « Un jour, un doc week-end » propose une grande variété de documentaires et de sujets au cœur des préoccupations des Français. Découvrez le quotidien de ces personnes qui nous livrent leurs histoires.



©M6

15:05 **UN JOUR, UN DOC WEEK-END**

MAGAZINE **HD**

Familles, pouvoir d'achat, évasion... « Un jour, un doc week-end » propose une grande variété de documentaires et de sujets au cœur des préoccupations des Français. Découvrez le quotidien de ces personnes qui nous livrent leurs histoires.



©M6

16:00 **UN JOUR, UN DOC WEEK-END**

MAGAZINE **HD**

Familles, pouvoir d'achat, évasion... « Un jour, un doc week-end » propose une grande variété de documentaires et de sujets au cœur des préoccupations des Français. Découvrez le quotidien de ces personnes qui nous livrent leurs histoires.



©PASCALITO/M6

17:10 **66 MINUTES**

INÉDIT

MAGAZINE **HD**

Présenté par Kareen Guiock Thuram

Reportages, portraits, enquêtes, 66 Minutes explore l'actualité de la semaine avec des reportages sur des faits divers, des phénomènes de société ou des événements de l'actualité internationale.



©PASCALITO/M6

18:40 **66 MINUTES : GRAND FORMAT**

INÉDIT

MAGAZINE **HD**

Présenté par Kareen Guiock Thuram

Reportages, portraits, enquêtes, 66 Minutes : grand format explore l'actualité avec un reportage sur un fait divers, un phénomène de société ou un événement de l'actualité internationale.



©JO ZHOU / PIERRE OLIVIER / M6

19:40 **MÉTÉO**

INÉDIT

MÉTÉO **HD**



©HOMAYOUN FIAMOR / M6

19:45 **LE 1945**

INÉDIT

INFORMATION **DIRECT** **HD**

Présenté par Romane Binckly

Le journal de M6.



©Francois ROELANTS/M6

20:10 **LE 2010, ANNE-SOPHIE LAPIX**

INÉDIT

MAGAZINE **HD**

Présenté par Anne-Sophie Lapix

Anne-Sophie Lapix propose une interview exclusive d'une dizaine de minutes avec une personnalité marquante de la semaine. Qu'il s'agisse d'une figure connue ou d'un visage anonyme, les invités viennent de tous horizons : société, culture, sport, politique, international, etc.



©Alexis VERGNES / AGENCE 1827 / M6

20:40 **E=M6**

INÉDIT

MAGAZINE **HD**

Recycler nos piles, réinventer le TGV : la science en action !

Présenté par Mac Lesggy

Pourquoi il ne faut jamais jeter nos piles à la poubelle ? Que deviennent-elles ensuite ? À l'entrée des magasins, il y a souvent ces bacs dans lesquels mettre les vieilles piles et d'autres petits appareils électroniques qui ne marchent plus... Pourquoi ne peut-on pas les mettre dans les poubelles classiques (noire ou jaune) ? Comment bien reconnaître les déchets qui vont dans des bacs spéciaux ? Une fois dans ces bacs, que deviennent-ils ?

Dans les coulisses du TGV nouvelle génération !

En France, le train circule sur plus de 28 000 km de voies ferrées ! Comment fonctionne-t-il ? Quelle est sa vitesse maximale ? Pourquoi est-il considéré comme le plus écologique (en France) ?



©Benjamin DECOIN/M6

21:10 **ZONE INTERDITE**

INÉDIT

MAGAZINE **HD**

Notre santé en danger : révélations sur ce plastique qui nous empoisonne

Présenté par Ophélie Meunier

Ils se cachent dans nos aliments, dans notre eau et même dans l'air que nous respirons. Les microplastiques, ces minuscules particules produites par nos emballages en plastique ou par nos vêtements synthétiques, envahissent petit à petit nos organismes. Une pollution invisible qui selon les scientifiques aurait des conséquences sur notre santé. Mais tandis que les pouvoirs publics tentent de réduire la place du plastique dans notre quotidien, les industriels font de la résistance afin de préserver leur filière et sa centaine de milliers d'emplois. Durant plusieurs mois, Zone Interdite a enquêté sur ce nouveau scandale sanitaire.

Facile et peu coûteux à produire, le plastique est partout dans notre quotidien. Comme à Aix-en-Provence (Bouches-du-Rhône) chez Léa, Dylan et leurs deux enfants. Des bouteilles d'eau aux emballages alimentaires en passant par les jouets des enfants ou les vêtements en matières synthétiques, la famille va découvrir qu'elle ingère chaque jour des particules générées par la dégradation des plastiques présents chez elle. Pour mesurer à quel point, nous allons réaliser une petite expérience en faisant analyser leurs cheveux. Léa et Dylan ne sont pas au bout de leurs surprises.

Quelle conséquence ces microplastiques ont-ils sur notre santé ? À Lille (Nord), Mathilde Body-Malapel, une chercheuse de l'Inserm a mené une expérience inédite sur des souris atteintes d'un cancer du côlon. Elle a découvert qu'en ajoutant à leur alimentation les mêmes particules de plastiques qu'ingèrent chaque jour les humains, les rongeurs développent des tumeurs plus nombreuses et plus agressives. De son côté, Jean-Loup Mouysset, cancérologue dans un hôpital privé d'Aix-en-Provence s'alarme de voir des patients plus jeunes qu'autrefois développer des cancers du côlon et suspecte le plastique de jouer un rôle majeur dans ce phénomène.

Mais peut-on se passer du plastique chez soi ? C'est en tout cas la conviction de Tania Pacheff, présidente d'une association qui milite pour la réduction du plastique. En achetant ses produits en vrac, elle assure même payer moins cher ses courses qu'au supermarché.

À la tête de son association, Tania a contribué à faire changer la loi. Les emballages en plastique à usage unique doivent disparaître d'ici à 2040. Et pailles et gobelets en plastique sont déjà interdits. Mais leurs équivalents en carton sont-ils vraiment meilleurs pour notre santé ?

Pour en avoir le cœur net, nous les avons fait tester par un laboratoire indépendant. Les résultats vont se révéler pour le moins déroutants.

Depuis le 1er janvier 2025, la loi bannit également le plastique dans toutes les cantines scolaires de France. Un changement radical qui ne va pas forcément de soi dans toutes les communes. À Marseille (Bouches-du-Rhône) et à Toulouse (Haute-Garonne), nous allons constater que se passer entièrement du plastique est parfois contraignant pour le personnel des cantines et suppose souvent de gros investissements de la part des collectivités locales.

Autre frein à la réduction du plastique, la résistance lancée par les industriels. En France, cette filière compte 3 000 entreprises qui emploient 120 000 salariés. Au Mans (Sarthe), Joseph Tayefeh dirige Plastalliance, un lobby très discret mais extrêmement actif. Il a exceptionnellement accepté de nous dévoiler les coulisses de son travail. Nous allons découvrir comment Joseph s'y prend pour convaincre les politiciens de porter la parole des industriels jusqu'à la tribune du parlement européen.



©Benjamin DECOIN/M6

23:10 **ENQUÊTE EXCLUSIVE**

INÉDIT

MAGAZINE **HD**

Narcos et surtourisme : menace sur l'eau au Mexique

Présenté par Bernard de la Villardière

Derrière ses plages paradisiaques, ses eaux turquoise, ses rivières millénaires et sa forêt luxuriante, le Mexique n'a plus d'eau. Le pic est atteint au printemps 2024, lorsque 85 % du territoire est officiellement déclaré en état de stress hydrique, avec un accès à l'eau potable de plus en plus rare.

En cause, le réchauffement climatique qui frappe le Mexique plus fort encore que le reste de l'Amérique latine, mais pas seulement.

La course au développement économique, nécessaire dans un pays où 30 % de la population vit en dessous du seuil de pauvreté, détruit à petit feu les ressources.

Dans le Yucatan, centre névralgique du tourisme mexicain, les millions de visiteurs et de travailleurs nouvellement installés ont fait exploser la consommation d'eau. Et la construction du Train Maya, destiné à développer encore davantage le secteur, a conduit à polluer, voire à détruire des milliers de cenotes, ces lacs souterrains qui constituent la seule réserve en eau potable de la région.

Dans le Chiapas, l'eau ne coule plus que quelques heures par jour dans les cuisines et les salles de bains. Et si les habitants n'ont pas le droit de puiser dans les nappes phréatiques, la société Coca-Cola a, elle, obtenu par contrat avec l'État du Chiapas l'autorisation d'utiliser des millions de litres d'eau pour fabriquer ses bouteilles de soda.

L'or bleu devient un trésor qui attise les convoitises. Et dans ce pays où les cartels investissent les secteurs les plus lucratifs de l'économie, dans certains États, l'eau est désormais l'objet d'une lutte armée. Au Michoacan, des narcotrafiquants armés chassent les paysans de leurs terres. L'eau est pillée, revendue à prix d'or ou trafiquée vers d'autres secteurs à fort rendement comme la culture de l'avocat. Mais la résistance s'organise, comme dans la ville de Coahuayana où les habitants ont pris les armes pour se défendre. Au Mexique, la guerre de l'eau est déclarée.



©Benjamin DECOIN/M6

00:20 **ENQUÊTE EXCLUSIVE**

MAGAZINE **12 HD**

Sexe et amour au Mexique

Présenté par Bernard de la Villardière

Quatre fois plus grand que la France, le Mexique, avec ses 130 millions d'habitants, est le pays de tous les contrastes. En matière de sexe et d'amour, les coutumes varient d'une province à l'autre, d'une communauté à l'autre. Malgré le poids de la religion catholique et des valeurs familiales, la jeunesse bouscule les interdits et prône la liberté de mœurs. Résultat, le Mexique est à la fois l'un des pays les plus conservateurs et les plus progressistes d'Amérique Latine.

Huit couples sur dix se marient encore à l'église. Nos équipes ont suivi la célébration de l'union de Martha et Sebastian à Merida, riche ville coloniale du Yucatan. Ici, la règle est stricte : pas de relations sexuelles avant le mariage. Et une enquête approfondie sur leur passé doit formellement l'attester.

Célibataires, Samantha et Hugo s'affranchissent eux de ces règles de conduite. Ils n'hésitent pas à fréquenter les love hôtels, de vieux établissements reconvertis en lieux de plaisirs. Mexico City est la capitale qui en compte le plus au monde.

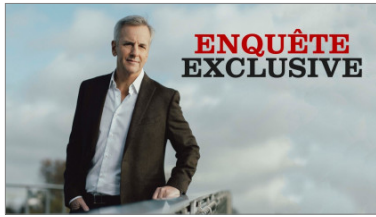
Si le mariage homosexuel a longtemps été interdit, des communautés transgenres sont reconnues depuis longtemps. Au sein de la population indigène des Zapotèques, l'une des plus anciennes du pays, les muxe, un troisième genre, sont parfaitement intégrés, et même enviés. Nés hommes, ils se travestissent et endossent un rôle 100 % féminin. Dans la plupart des villages de l'État de Oaxaca, dans le sud du pays, on organise même de grandes fêtes populaires en hommage aux muxe.

Dans le même temps, le machisme est présent partout. L'égalité homme-femme est loin d'être acquise. Et l'influence de la culture narco favorise l'image de la femme-objet. À Culiacan dans l'État du Sinaloa, fief du baron de la drogue El Chapo, les équipes sont parties à la rencontre de ces femmes de narcotrafiquants, les buchonas. Soumises et prêtes à tout pour plaire à leurs hommes.

Aux antipodes de la femme objet, une nouvelle génération émerge. Quimera est catcheuse, c'est l'une des premières femmes à s'imposer dans ce sport exclusivement masculin. Une façon bien à elle de combattre les machos sur le ring.

Dans la rue, le combat continue au rythme des nombreuses violences faites aux femmes. Le Mexique détient en effet le triste record du monde de féminicides : onze femmes sont tuées chaque jour. Régulièrement, de plus en plus de femmes défilent, hurlant leur colère.

Principale raison à ces décès : une société ultra patriarcale, mais aussi une justice défaillante. Au Mexique, 90 % des féminicides sont impunis, à cause d'enquêtes bâclées. Les autorités mexicaines en maquilleraient même certains en suicides... Un paradoxe de plus dans un pays attaché à l'image des mariachis et où l'on continue à cultiver le romantisme à l'ancienne.



©Benjamin DECOIN/M6

01:35 ENQUÊTE EXCLUSIVE

MAGAZINE **HD**

Troisième guerre mondiale ? La France se prépare au conflit

Présenté par Bernard de la Villardière

La France pourrait-elle bientôt entrer en guerre ? Pour le plus haut gradé de l'armée française, le Général Mandon, la réponse est claire : oui. Dans une déclaration fracassante en novembre dernier, le chef d'état-major des armées a même prévenu les Français : une confrontation avec la Russie pourrait avoir lieu d'ici trois ans. Nous avons enquêté pour savoir si la France était prête à faire face au conflit.

Nos 200 000 militaires sont certes très bien entraînés mais pourraient-ils résister face au rouleau compresseur russe et ses 950 000 soldats ? Nous nous sommes rendus au centre de recrutement de Rennes (Ille-et-Vilaine) où Lucas et ses camarades s'apprêtent à intégrer les rangs de l'armée française, bien conscients qu'ils risquent un jour de partir au front.

En cas de conflit majeur, la France devrait pouvoir compter sur ses alliés, notamment au sein de l'OTAN. Nous avons suivi les militaires français en Estonie où ils s'exercent à travailler avec 16 000 militaires venus de 13 pays différents. À 150 kilomètres à peine de la frontière russe, Pierre et ses hommes se préparent au combat dans le froid et la boue.

Nous avons découvert au cours de notre enquête que les armées françaises manquent cruellement de matériel. Pas assez d'avions de chasse, de drones ou de batteries anti-aériennes. Pas assez de munitions non plus. Exceptionnellement, l'une des dernières usines implantées dans l'Hexagone a accepté de nous ouvrir ses portes. Dans un site ultra-sécurisé en raison des risques d'espionnage, on fabrique des obus de gros calibre, l'usine tourne désormais à plein régime et cherche encore à augmenter ses cadences.

Exceptionnellement, nous avons également pu embarquer dans un avion de renseignement pour une mission stratégique de l'OTAN au-dessus de la mer Baltique. L'objectif ? Traquer les navires de la flotte fantôme russe. Ces bateaux qui trafiquent du pétrole ou arrachent les câbles sous-marins. Ces câbles sont d'une importance capitale car c'est par eux que passe 99 % du trafic internet mondial. Un câble sous-marin arraché, ce sont des services bancaires en panne, des hôpitaux à l'arrêt, plus de télévision ni de réseaux téléphoniques ; la France serait au bord du chaos.

Un chaos que cherchent d'ores et déjà à provoquer des cyber-attaques sur nos villes. Elles sont de plus en plus fréquentes et révèlent la fragilité de nos infrastructures, spécifiquement visées par la Russie. Il y a quelques mois, la ville de Saint-Nazaire (Loire-Atlantique) a été attaquée par des cyber-combattants. Plus de feux de signalisation, un hôpital bloqué, plus de services publics, la ville est à l'arrêt complet. Aujourd'hui encore, un tiers des serveurs ne fonctionnent plus.



©Benjamin DECOIN/M6

02:40 ENQUÊTE EXCLUSIVE

MAGAZINE **HD**

Forces spéciales : la guerre ne s'arrête jamais

Présenté par Bernard de la Villardière

Le 13e Régiment des Dragons Parachutiste est une unité de Forces Spéciales françaises unique en son genre. C'est la seule unité militaire dans le monde à être dédiée exclusivement au renseignement et à intervenir sur les terrains les plus sensibles, partout où la France est impliquée.

Discrets, souvent invisibles, « les hommes du 13 », 700 au total, tous parachutistes, s'infiltrent en territoire ennemi pour observer, analyser et restituer des informations souvent cruciales. Ils sont formés pour travailler dans les conditions les plus extrêmes, aussi bien dans le froid glacial que dans la fournaise du désert.

« Les hommes du 13 » ont pu préparer des opérations comme la traque des criminels de guerre en ex-Yougoslavie, la localisation de chefs de guerre taliban en Afghanistan ou, plus récemment, la neutralisation des groupes armés terroristes au Sahel et au Levant. Mais pour intégrer ces unités d'élite, le parcours est long et difficile.

Pour la première fois, une équipe de télévision a été autorisée à filmer au quotidien, et dans la durée, le 13e Régiment de Dragons Parachutistes. L'excellence est le maître-mot, répété sans cesse par les instructeurs comme Georges, 25 ans d'actions de renseignement au sein de l'unité.

Mais avant d'intégrer le « 13 », ces soldats doivent affronter une des sélections les plus dures au monde. Les stagiaires présélectionnés doivent faire preuve d'un moral et d'un physique à toute épreuve s'ils veulent appartenir à l'élite du renseignement militaire. Malgré leur détermination, beaucoup n'iront pas jusqu'au bout.



©Shutterstock / Marc Moline

03:40 PROGRAMMES DE NUIT
ÉMISSION



©Cécile ROGUE / NOON / M6

06:00 **SCÈNES DE MÉNAGES**

SÉRIE **HD**

Votre couple vous désole ? Vous vous lamentez de vivre seul ? Scènes de Ménages va vous aider à relativiser !

Avec Valérie Karsenti (Liliane), Frédéric Bouraly (José), Gérard Hernandez (Raymond), David Mora (Fabien), Anne-Elisabeth Bateau (Emma), Amélie Etasse (Camille), Grégoire Bonnet (Philippe), Claire Chust (Leslie), Vinnie Dargaud (Léo), Claudia Mongumu (Louise), Ryad Baxx (Jalil), Fanny Cottencçon (Christine), Didier Bénureau (Gilbert), Élodie Poux (Alice), Majid Berhila (Sofiane)



©SELEXTRA

08:05 **MY BOUTIQUE TÉLÉSHOP'**

INÉDIT

TÉLÉCHAT **HD**

Présenté par Marie-Ange Nardi, Charlotte Rosier

Marie-Ange Nardi et Charlotte Rosier, entourées d'inventeurs, d'experts et de testeurs, dévoilent une sélection de produits astucieux, originaux et exclusifs.



©Benjamin DECOIN/M6

09:45 **ÇA PEUT VOUS ARRIVER**

INÉDIT

MAGAZINE **HD**

Présenté par Julien Courbet

Julien Courbet va tout tenter pour résoudre vos problèmes mais aussi apporter des infos juridiques et conseils spécifiques. La parole est donnée à toutes les parties pour que toutes les situations litigieuses trouvent un dénouement positif !



©Benjamin DECOIN/M6

11:30 **ÇA PEUT VOUS ARRIVER CHEZ VOUS**

INÉDIT

MAGAZINE **HD**

Présenté par Julien Courbet

Julien Courbet, entouré d'avocats et d'experts, tente de résoudre vos problèmes mais aussi apporter des infos juridiques et conseils spécifiques. Des envoyés spéciaux sillonnent les régions, recueillent les témoignages et illustrent les cas en images.



©M6

12:40 **MÉTÉO**

INÉDIT

MÉTÉO **HD**



©PASCALITO/M6

12:45 **LE 1245**

INÉDIT

INFORMATION **DIRECT** **HD**

Présenté par Nathalie Renoux

Retrouvez toute l'actualité de la mi-journée.



©Cécile ROGUE / NOON / M6

13:35 **SCÈNES DE MÉNAGES**

SÉRIE **HD**

Votre couple vous désole ? Vous vous lamentez de vivre seul ? Scènes de Ménages va vous aider à relativiser !

Avec Valérie Karsenti (Liliane), Frédéric Bouraly (José), Gérard Hernandez (Raymond), David Mora (Fabien), Anne-Elisabeth Bateau (Emma), Amélie Etasse (Camille), Grégoire Bonnet (Philippe), Claire Chust (Leslie), Vinnie Dargaud (Léo), Claudia Mongumu (Louise), Ryad Baxx (Jalil), Fanny Cottençon (Christine), Didier Bénureau (Gilbert), Élodie Poux (Alice), Majid Berhila (Sofiane)



©M6

13:40 **UN JOUR, UN DOC**

MAGAZINE **HD**

Familles, pouvoir d'achat, évasion... « Un jour, un doc » propose tous les après-midis une grande variété de documentaires et de sujets au cœur des préoccupations des Français. Chaque jour, découvrez le quotidien de ces personnes qui nous livrent leurs histoires.



©M6

14:50 **UN JOUR, UN DOC**

MAGAZINE **HD**

Familles, pouvoir d'achat, évasion... « Un jour, un doc » propose tous les après-midis une grande variété de documentaires et de sujets au cœur des préoccupations des Français. Chaque jour, découvrez le quotidien de ces personnes qui nous livrent leurs histoires.



©M6

15:50 **UN JOUR, UN DOC**

MAGAZINE **HD**

Familles, pouvoir d'achat, évasion... « Un jour, un doc » propose tous les après-midis une grande variété de documentaires et de sujets au cœur des préoccupations des Français. Chaque jour, découvrez le quotidien de ces personnes qui nous livrent leurs histoires.



©M6

16:50 **UN JOUR, UN DOC**

MAGAZINE **HD**

Familles, pouvoir d'achat, évasion... « Un jour, un doc » propose tous les après-midis une grande variété de documentaires et de sujets au cœur des préoccupations des Français. Chaque jour, découvrez le quotidien de ces personnes qui nous livrent leurs histoires.



©Cecile ROGUE/M6

17:30 **LA ROUE DE LA FORTUNE**

JEU **HD**

Présenté par *Éric Antoine*

Des candidats vont tenter leur chance pour dénicher les mots et expressions cachés, tout en espérant décrocher les plus gros gains offerts par la roue de la fortune. Mais attention, ils devront éviter la redoutable banqueroute et les autres pièges qu'elle réserve. Chaque jour, trois candidats s'affrontent à travers cinq manches, durant lesquelles ils doivent résoudre une énigme en découvrant un mot ou des expressions. Trouver une consonne leur rapporte de l'argent, tandis que les voyelles sont payantes. À la fin de la cinquième manche, celui ayant amassé le plus d'argent accède à la finale, ce qui lui offre le droit de revenir le lendemain. Lors de la finale, il peut remporter jusqu'à 20 000 euros ou un voyage, à condition de résoudre une ultime énigme en seulement 10 secondes !

INÉDIT



©Julien THEUIL / M6

18:35 LA MEILLEURE BOULANGERIE DE FRANCE
INÉDIT

 JEU **HD**
Saison 13 : Poitou-Charentes

La Meilleure Boulangerie de France repart pour un road-trip à travers toutes les régions de l'Hexagone. Ce nouveau voyage gourmand à la découverte des plus belles boulangeries sera aussi l'occasion de faire un véritable tour de France du terroir, de producteurs locaux et du patrimoine culturel. La cheffe pâtissière Chiara Serpaggi intègre le jury composé de Bruno Cormerais, Noémie Honiat et Michel Sarran, et l'équipe sera parfois accompagnée du chef Danny Khezzar, qui viendra lui aussi partager cette aventure.

Avec Bruno Cormerais, Noémie Honiat, Michel Sarran



©JO ZHOU / PIERRE OLIVIER / M6

19:40 MÉTÉO
INÉDIT

 MÉTÉO **HD**

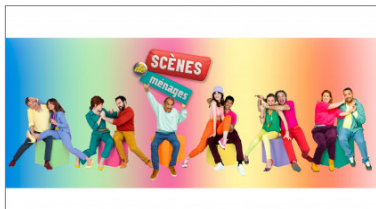

©PASCALITO/M6

19:45 LE 1945
INÉDIT

 INFORMATION **DIRECT** **HD**

Présenté par Xavier de Moulins

Le journal de M6.



©Alexandre ISARD / Pasco & Co / Cécile ROGUE / NOON / M6

20:40 SCÈNES DE MÉNAGES
INÉDIT

 SÉRIE **HD**

Emma et Fabien préparent leur mariage avec quelques désaccords. Camille connaît le succès avec son centre de bien-être, rivalisant avec Philippe. José et Liliane envisagent de nouveaux horizons professionnels. Sofiane et Alice sont débordés par leur épicerie florissante. Léo et Leslie, face à la trentaine, se remettent en question. Même Raymond pourrait connaître un regain romantique. Encore une année pleine de surprises et d'évolutions pour tous les couples !

Avec Valérie Karsenti (Liliane), Frédéric Bouraly (José), Anne-Elisabeth Bateau (Emma), David Mora (Fabien), Gérard Hernandez (Raymond), Amélie Etasse (Camille), Grégoire Bonnet (Philippe), Claire Chust (Leslie), Vinnie Dargaud (Léo), Élodie Poux (Alice), Majid Berhila (Sofiane)



©IA / M6

21:10 MARIÉS AU PREMIER REGARD
INÉDIT

 DIVERTISSEMENT **HD**
Saison 10 : Émission 3 (1/2)

Pour cette 10e saison, jamais l'amour ne triomphera autant ! Estelle Dossin et Marie Tapernoux vont plus loin afin de répondre aux espoirs de 16 nouveaux célibataires. Les expertes innoveront avec un nouvel algorithme analysant l'attraction physique. Au programme également : deux mariages simultanés de deux sœurs célibataires, l'union de deux personnes s'étant probablement déjà rencontrées et un couple avec un taux de compatibilité record de 90 % !

Avec Estelle Dossin, Marie Tapernoux



©IA / M6

22:10 **MARIÉS AU PREMIER REGARD**

INÉDIT

DIVERTISSEMENT **HD**

Saison 10 : Émission 3 (2/2)

Pour cette 10e saison, jamais l'amour ne triomphera autant ! Estelle Dossin et Marie Tapernoux vont plus loin afin de répondre aux espoirs de 16 nouveaux célibataires. Les expertes innovent avec un nouvel algorithme analysant l'attraction physique. Au programme également : deux mariages simultanés de deux sœurs célibataires, l'union de deux personnes s'étant probablement déjà rencontrées et un couple avec un taux de compatibilité record de 90 % !

Avec Estelle Dossin, Marie Tapernoux



©Patrick ROBERT/W9

23:25 **QUI VEUT ÉPOUSER MON FILS ?**

INÉDIT

DIVERTISSEMENT **10 HD**

Émission 3

Présenté par Delphine Wespiser

Ils cherchent l'amour... elles cherchent la belle-fille parfaite... ou le gendre idéal ! Ils sont célibataires, séduisants, parfois un peu maladroits en amour... et toujours très (très) proches de leur mère. Quatre célibataires, vivant encore chez leurs parents pour certains, partent à la recherche de l'amour sous la surveillance de leur mère... très protectrice ! À chaque étape de l'expérience - speed-datings, premiers rendez-vous à Paris, séjour chez belle-maman ou week-end en amoureux à l'étranger - les mamans auront leur mot à dire dans le choix des prétendant(e)s de leur fils.

À la fin de l'aventure, choisiront-ils de partir avec l'élue(e) de leur cœur ou préféreront-ils rester chez leur mère ? Auront-ils le courage de quitter celle qui, jusqu'à maintenant, était la femme de leur vie ? Le choix des célibataires concordera-t-il avec celui des mères ?

Avec Anthony, Joëlle, Nicolas, Carole, Kilian, Karine, Serge, Anne-Marie



©Natacha GONZALEZ / M6

00:30 **ET SI ON SE RENCONTRAIT ?**

DIVERTISSEMENT **HD**

Saison 3 - épisode 13

Suivez les incroyables histoires d'amour de ces couples qui ont craqué virtuellement l'un pour l'autre, et qui se rencontrent pour la première fois en vrai. Cette fois, c'est au château de Serans, dans l'Oise, que ces amoureux virtuels vont passer du fantasme à la réalité. Et leurs histoires vont, comme toujours, vous faire vibrer. Au programme : de l'amour bien sûr, avec des coups de foudre dès le premier regard et des baisers passionnés au bout de quelques minutes en face-à-face, mais aussi d'énormes déceptions... Une chose est sûre, le passage du virtuel au réel ne vous laissera pas de marbre !



©Natacha GONZALEZ / M6

01:35 **ET SI ON SE RENCONTRAIT ?**

DIVERTISSEMENT **HD**

Saison 3 - épisode 3

Suivez les incroyables histoires d'amour de ces couples qui ont craqué virtuellement l'un pour l'autre, et qui se rencontrent pour la première fois en vrai. Cette fois, c'est au château de Serans, dans l'Oise, que ces amoureux virtuels vont passer du fantasme à la réalité. Et leurs histoires vont, comme toujours, vous faire vibrer. Au programme : de l'amour bien sûr, avec des coups de foudre dès le premier regard et des baisers passionnés au bout de quelques minutes en face-à-face, mais aussi d'énormes déceptions... Une chose est sûre, le passage du virtuel au réel ne vous laissera pas de marbre !



©STUDIO 89

02:35 **ET SI ON SE RENCONTRAIT ?**

DIVERTISSEMENT **HD**

Saison 2 - épisode 5

Comme des millions de Français, ils se sont rencontrés en ligne, sur les réseaux sociaux, un forum de discussion ou une application de rencontres, et ont décidé de franchir le pas, en passant du fantasme à la réalité. Ils se sont donné rendez-vous dans le château d'Ermenonville, aux portes de Paris, un lieu propice au romantisme pour une première rencontre. Mais que va-t-il se passer lorsqu'ils se verront pour la première fois ?



©Shutterstock / Marc Moline

03:25 **PROGRAMMES DE NUIT**
ÉMISSION



©Cécile ROGUE / NOON / M6

06:00 SCÈNES DE MÉNAGES

SÉRIE **HD**

Votre couple vous désole ? Vous vous lamentez de vivre seul ? Scènes de Ménages va vous aider à relativiser !

Avec Valérie Karsenti (Liliane), Frédéric Bouraly (José), Gérard Hernandez (Raymond), David Mora (Fabien), Anne-Elisabeth Bateau (Emma), Amélie Etasse (Camille), Grégoire Bonnet (Philippe), Claire Chust (Leslie), Vinnie Dargaud (Léo), Claudia Mongumu (Louise), Ryad Baxx (Jalil), Fanny Cottencçon (Christine), Didier Bénureau (Gilbert), Élodie Poux (Alice), Majid Berhila (Sofiane)



©SELEXTRA

08:05 MY BOUTIQUE TÉLÉSHOP'

INÉDIT

TÉLÉCHAT **HD**
Présenté par Marie-Ange Nardi, Charlotte Rosier

Marie-Ange Nardi et Charlotte Rosier, entourées d'inventeurs, d'experts et de testeurs, dévoilent une sélection de produits astucieux, originaux et exclusifs.



©Benjamin DECOIN/M6

09:45 ÇA PEUT VOUS ARRIVER

INÉDIT

MAGAZINE **HD**
Présenté par Julien Courbet

Julien Courbet va tout tenter pour résoudre vos problèmes mais aussi apporter des infos juridiques et conseils spécifiques. La parole est donnée à toutes les parties pour que toutes les situations litigieuses trouvent un dénouement positif !



©Benjamin DECOIN/M6

11:30 ÇA PEUT VOUS ARRIVER CHEZ VOUS

INÉDIT

MAGAZINE **HD**
Présenté par Julien Courbet

Julien Courbet, entouré d'avocats et d'experts, tente de résoudre vos problèmes mais aussi apporter des infos juridiques et conseils spécifiques. Des envoyés spéciaux sillonnent les régions, recueillent les témoignages et illustrent les cas en images.



©M6

12:40 MÉTÉO

INÉDIT

MÉTÉO **HD**


©PASCALITO/M6

12:45 LE 1245

INÉDIT

INFORMATION **DIRECT** **HD**
Présenté par Nathalie Renoux

Retrouvez toute l'actualité de la mi-journée.



©Cécile ROGUE / NOON / M6

13:35 **SCÈNES DE MÉNAGES**

SÉRIE **HD**

Votre couple vous désole ? Vous vous lamentez de vivre seul ? Scènes de Ménages va vous aider à relativiser !

Avec Valérie Karsenti (Liliane), Frédéric Bouraly (José), Gérard Hernandez (Raymond), David Mora (Fabien), Anne-Elisabeth Bateau (Emma), Amélie Etasse (Camille), Grégoire Bonnet (Philippe), Claire Chust (Leslie), Vinnie Dargaud (Léo), Claudia Mongumu (Louise), Ryad Baxx (Jalil), Fanny Cottençon (Christine), Didier Bénureau (Gilbert), Élodie Poux (Alice), Majid Berhila (Sofiane)



©M6

13:40 **UN JOUR, UN DOC**

MAGAZINE **HD**

Familles, pouvoir d'achat, évasion... « Un jour, un doc » propose tous les après-midis une grande variété de documentaires et de sujets au cœur des préoccupations des Français. Chaque jour, découvrez le quotidien de ces personnes qui nous livrent leurs histoires.



©M6

14:50 **UN JOUR, UN DOC**

MAGAZINE **HD**

Familles, pouvoir d'achat, évasion... « Un jour, un doc » propose tous les après-midis une grande variété de documentaires et de sujets au cœur des préoccupations des Français. Chaque jour, découvrez le quotidien de ces personnes qui nous livrent leurs histoires.



©M6

15:50 **UN JOUR, UN DOC**

MAGAZINE **HD**

Familles, pouvoir d'achat, évasion... « Un jour, un doc » propose tous les après-midis une grande variété de documentaires et de sujets au cœur des préoccupations des Français. Chaque jour, découvrez le quotidien de ces personnes qui nous livrent leurs histoires.



©M6

16:50 **UN JOUR, UN DOC**

MAGAZINE **HD**

Familles, pouvoir d'achat, évasion... « Un jour, un doc » propose tous les après-midis une grande variété de documentaires et de sujets au cœur des préoccupations des Français. Chaque jour, découvrez le quotidien de ces personnes qui nous livrent leurs histoires.



©Cecile ROGUE/M6

17:30 **LA ROUE DE LA FORTUNE**

JEU **HD**

Présenté par *Éric Antoine*

Des candidats vont tenter leur chance pour dénicher les mots et expressions cachés, tout en espérant décrocher les plus gros gains offerts par la roue de la fortune. Mais attention, ils devront éviter la redoutable banqueroute et les autres pièges qu'elle réserve. Chaque jour, trois candidats s'affrontent à travers cinq manches, durant lesquelles ils doivent résoudre une énigme en découvrant un mot ou des expressions. Trouver une consonne leur rapporte de l'argent, tandis que les voyelles sont payantes. À la fin de la cinquième manche, celui ayant amassé le plus d'argent accède à la finale, ce qui lui offre le droit de revenir le lendemain. Lors de la finale, il peut remporter jusqu'à 20 000 euros ou un voyage, à condition de résoudre une ultime énigme en seulement 10 secondes !

INÉDIT



©Julien THEUIL / M6

18:35 LA MEILLEURE BOULANGERIE DE FRANCE

INÉDIT

JEU 

Saison 13 : Poitou-Charentes

La Meilleure Boulangerie de France repart pour un road-trip à travers toutes les régions de l'Hexagone. Ce nouveau voyage gourmand à la découverte des plus belles boulangeries sera aussi l'occasion de faire un véritable tour de France du terroir, de producteurs locaux et du patrimoine culturel. La cheffe pâtissière Chiara Serpaggi intègre le jury composé de Bruno Cormerais, Noémie Honiat et Michel Sarran, et l'équipe sera parfois accompagnée du chef Danny Khezzar, qui viendra lui aussi partager cette aventure.

Avec Bruno Cormerais, Noémie Honiat, Michel Sarran



©JO ZHOU / PIERRE OLIVIER / M6

19:40 MÉTÉO

INÉDIT

MÉTÉO 


©PASCALITO/M6

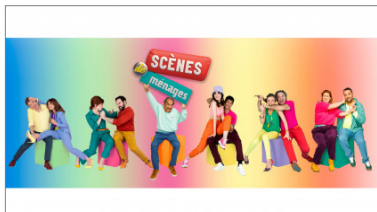
19:45 LE 1945

INÉDIT

INFORMATION  

Présenté par Xavier de Moulins

Le journal de M6.



©Alexandre ISARD / Pasco & Co / Cécile ROGUE / NOON / M6

20:40 SCÈNES DE MÉNAGES

INÉDIT

SÉRIE 

Emma et Fabien préparent leur mariage avec quelques désaccords. Camille connaît le succès avec son centre de bien-être, rivalisant avec Philippe. José et Liliane envisagent de nouveaux horizons professionnels. Sofiane et Alice sont débordés par leur épicerie florissante. Léo et Leslie, face à la trentaine, se remettent en question. Même Raymond pourrait connaître un regain romantique. Encore une année pleine de surprises et d'évolutions pour tous les couples !

Avec Valérie Karsenti (Liliane), Frédéric Bouraly (José), Anne-Elisabeth Bateau (Emma), David Mora (Fabien), Gérard Hernandez (Raymond), Amélie Etasse (Camille), Grégoire Bonnet (Philippe), Claire Chust (Leslie), Vinnie Dargaud (Léo), Élodie Poux (Alice), Majid Berhila (Sofiane)



©TCM DA

21:10 INDIANA JONES ET LE ROYAUME DU CRÂNE DE CRISTAL

LONG MÉTRAGE     

Réalisé par Steven Spielberg - États-Unis d'Amérique - 2008

Titre original : INDIANA JONES AND THE KINGDOM OF THE CRYSTAL SKULL

En pleine guerre froide, le professeur Indiana Jones vient d'être renvoyé de son université à cause de ses activités d'archéologue. Il rencontre alors un jeune motard, Mutt, qui lui propose de le mettre sur la piste du crâne de cristal d'Akator, une relique qui permettrait à son propriétaire de contrôler l'univers, mais des Russes, guidés par Irina Spalko, veulent, eux aussi, mettre la main sur la fameuse pièce.

Avec Harrison Ford (Docteur Henry « Indiana » Jones Jr.), Cate Blanchett (Irina Spalko), Karen Allen (Marion Ravenwood), Shia LaBeouf (Mutt Williams), Ray Winstone (« Mac » George Michale), John Hurt (Professeur Oxley), Jim Broadbent (Doyen Charles Stanforth), Igor Jijikine (Dovchenko)



©TCM DA

23:25 INDIANA JONES ET LA DERNIÈRE CROISADE

LONG MÉTRAGE    
Réalisé par Steven Spielberg - États-Unis d'Amérique - 1989
Titre original : INDIANA JONES AND THE LAST CRUSADE

Les ennemis nazis d'Indy sont de retour et ont kidnappé son père, le Professeur Henry Jones Sr, pour les aider dans leur recherche du Saint Graal. Suivant sa piste de l'Amérique à Venise, en passant par les déserts de la Terre Sainte, c'est à Indy de sauver son père et de protéger le Graal dans cette course contre le temps !

Avec Harrison Ford (Docteur Henry « Indiana » Jones), Sean Connery (Professeur Henry Jones Sr.), Denholm Elliott (Marcus Brody), John Rhys-Davies (Sallah), Julian Glover (Walter Donovan), Alison Doody (Docteur Elsa Schneider), River Phoenix (Indiana Jones jeune), Michael P. Byrne (Vogel)



©Shutterstock / Marc Moline

01:40 PROGRAMMES DE NUIT

ÉMISSION



©Cécile ROGUE / NOON / M6

06:00 SCÈNES DE MÉNAGES

SÉRIE **HD**

Votre couple vous désole ? Vous vous lamentez de vivre seul ? Scènes de Ménages va vous aider à relativiser !

Avec Valérie Karsenti (Liliane), Frédéric Bouraly (José), Gérard Hernandez (Raymond), David Mora (Fabien), Anne-Elisabeth Bateau (Emma), Amélie Etasse (Camille), Grégoire Bonnet (Philippe), Claire Chust (Leslie), Vinnie Dargaud (Léo), Claudia Mongumu (Louise), Ryad Baxx (Jalil), Fanny Cottencçon (Christine), Didier Bénureau (Gilbert), Élodie Poux (Alice), Majid Berhila (Sofiane)



©SELEXTRA

08:05 MY BOUTIQUE TÉLÉSHOP'
INÉDIT

TÉLÉCHAT **HD**

Présenté par Marie-Ange Nardi, Charlotte Rosier

Marie-Ange Nardi et Charlotte Rosier, entourées d'inventeurs, d'experts et de testeurs, dévoilent une sélection de produits astucieux, originaux et exclusifs.



©Benjamin DECOIN/M6

09:45 ÇA PEUT VOUS ARRIVER
INÉDIT

MAGAZINE **HD**

Présenté par Julien Courbet

Julien Courbet va tout tenter pour résoudre vos problèmes mais aussi apporter des infos juridiques et conseils spécifiques. La parole est donnée à toutes les parties pour que toutes les situations litigieuses trouvent un dénouement positif !



©Benjamin DECOIN/M6

11:30 ÇA PEUT VOUS ARRIVER CHEZ VOUS
INÉDIT

MAGAZINE **HD**

Présenté par Julien Courbet

Julien Courbet, entouré d'avocats et d'experts, tente de résoudre vos problèmes mais aussi apporter des infos juridiques et conseils spécifiques. Des envoyés spéciaux sillonnent les régions, recueillent les témoignages et illustrent les cas en images.



©M6

12:40 MÉTÉO
INÉDIT

MÉTÉO **HD**



©PASCALITO/M6

12:45 LE 1245
INÉDIT

INFORMATION **DIRECT** **HD**

Présenté par Nathalie Renoux

Retrouvez toute l'actualité de la mi-journée.



©Cécile ROGUE / NOON / M6

13:35 **SCÈNES DE MÉNAGES**

SÉRIE **HD**

Votre couple vous désole ? Vous vous lamentez de vivre seul ? Scènes de Ménages va vous aider à relativiser !

Avec Valérie Karsenti (Liliane), Frédéric Bouraly (José), Gérard Hernandez (Raymond), David Mora (Fabien), Anne-Elisabeth Bateau (Emma), Amélie Etasse (Camille), Grégoire Bonnet (Philippe), Claire Chust (Leslie), Vinnie Dargaud (Léo), Claudia Mongumu (Louise), Ryad Baxx (Jalil), Fanny Cottençon (Christine), Didier Bénureau (Gilbert), Élodie Poux (Alice), Majid Berhila (Sofiane)



©M6

13:40 **UN JOUR, UN DOC**

MAGAZINE **HD**

Familles, pouvoir d'achat, évasion... « Un jour, un doc » propose tous les après-midis une grande variété de documentaires et de sujets au cœur des préoccupations des Français. Chaque jour, découvrez le quotidien de ces personnes qui nous livrent leurs histoires.



©M6

14:50 **UN JOUR, UN DOC**

MAGAZINE **HD**

Familles, pouvoir d'achat, évasion... « Un jour, un doc » propose tous les après-midis une grande variété de documentaires et de sujets au cœur des préoccupations des Français. Chaque jour, découvrez le quotidien de ces personnes qui nous livrent leurs histoires.



©M6

15:50 **UN JOUR, UN DOC**

MAGAZINE **HD**

Familles, pouvoir d'achat, évasion... « Un jour, un doc » propose tous les après-midis une grande variété de documentaires et de sujets au cœur des préoccupations des Français. Chaque jour, découvrez le quotidien de ces personnes qui nous livrent leurs histoires.



©M6

16:50 **UN JOUR, UN DOC**

MAGAZINE **HD**

Familles, pouvoir d'achat, évasion... « Un jour, un doc » propose tous les après-midis une grande variété de documentaires et de sujets au cœur des préoccupations des Français. Chaque jour, découvrez le quotidien de ces personnes qui nous livrent leurs histoires.



©Cecile ROGUE/M6

17:30 **LA ROUE DE LA FORTUNE**

JEU **HD**

Présenté par *Éric Antoine*

Des candidats vont tenter leur chance pour dénicher les mots et expressions cachés, tout en espérant décrocher les plus gros gains offerts par la roue de la fortune. Mais attention, ils devront éviter la redoutable banqueroute et les autres pièges qu'elle réserve. Chaque jour, trois candidats s'affrontent à travers cinq manches, durant lesquelles ils doivent résoudre une énigme en découvrant un mot ou des expressions. Trouver une consonne leur rapporte de l'argent, tandis que les voyelles sont payantes. À la fin de la cinquième manche, celui ayant amassé le plus d'argent accède à la finale, ce qui lui offre le droit de revenir le lendemain. Lors de la finale, il peut remporter jusqu'à 20 000 euros ou un voyage, à condition de résoudre une ultime énigme en seulement 10 secondes !

INÉDIT



©Julien THEUIL / M6

18:35 **LA MEILLEURE BOULANGERIE DE FRANCE**

INÉDIT

JEU **HD**

Saison 13 : Poitou-Charentes

La Meilleure Boulangerie de France repart pour un road-trip à travers toutes les régions de l'Hexagone. Ce nouveau voyage gourmand à la découverte des plus belles boulangeries sera aussi l'occasion de faire un véritable tour de France du terroir, de producteurs locaux et du patrimoine culturel. La cheffe pâtissière Chiara Serpaggi intègre le jury composé de Bruno Cormerais, Noémie Honiat et Michel Sarrau, et l'équipe sera parfois accompagnée du chef Danny Khezzar, qui viendra lui aussi partager cette aventure.

Avec Bruno Cormerais, Noémie Honiat, Michel Sarrau



©JO ZHOU / PIERRE OLIVIER / M6

19:40 **MÉTÉO**

INÉDIT

MÉTÉO **HD**



©PASCALITO/M6

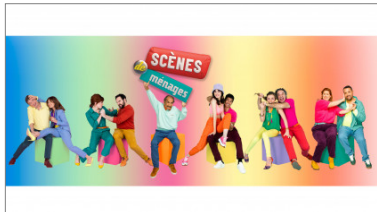
19:45 **LE 1945**

INÉDIT

INFORMATION **DIRECT** **HD**

Présenté par Xavier de Moulins

Le journal de M6.



©Alexandre ISARD / Pasco & Co / Cécile ROGUE / NOON / M6

20:40 **SCÈNES DE MÉNAGES**

INÉDIT

SÉRIE **HD**

Emma et Fabien préparent leur mariage avec quelques désaccords. Camille connaît le succès avec son centre de bien-être, rivalisant avec Philippe. José et Liliane envisagent de nouveaux horizons professionnels. Sofiane et Alice sont débordés par leur épicerie florissante. Léo et Leslie, face à la trentaine, se remettent en question. Même Raymond pourrait connaître un regain romantique. Encore une année pleine de surprises et d'évolutions pour tous les couples !

Avec Valérie Karsenti (Liliane), Frédéric Bouraly (José), Anne-Elisabeth Bateau (Emma), David Mora (Fabien), Gérard Hernandez (Raymond), Amélie Etasse (Camille), Grégoire Bonnet (Philippe), Claire Chust (Leslie), Vinnie Dargaud (Léo), Élodie Poux (Alice), Majid Berhila (Sofiane)



©Thomas BRAUT / M6

21:10 **TOP CHEF**

INÉDIT

JEU **HD**

Saison 17 : Émission 2 (1/2)

Présenté par Stéphane Rotenberg

Poissons fraîchement pêchés et simplement grillés, salades légères, cornets glacés et beignets gourmands, ce sont autant de plaisirs que l'on déguste à la plage. Un terrain de jeux que les grands chefs d'aujourd'hui investissent de plus en plus !

Cette semaine, le jury de Top Chef a décidé de challenger les candidats sur cette gastronomie de plage, et ils vont retrouver clients et grands chefs qui les attendent pour qu'on leur propose un menu de bord de mer. Accompagnés des chefs invités Alexandre Gauthier et Jeffrey Cagnes, les candidats vont revisiter la gastronomie de plage, au Touquet, en sublimant du poisson grillé, des moules-frites et des beignets.

Qui saura le mieux transformer ces plats simples en plats culinairement impressionnants ?

Avec Hélène Darroze, Stéphanie Le Quellec, Philippe Etchebest, Paul Pairet, Glenn Viel



©Thomas BRAUT / M6

22:05 **TOP CHEF**

INÉDIT

JEU **HD**

Saison 17 : Émission 2 (2/2)

Présenté par Stéphane Rotenberg

Poissons fraîchement pêchés et simplement grillés, salades légères, cornets glacés et beignets gourmands, ce sont autant de plaisirs que l'on déguste à la plage. Un terrain de jeux que les grands chefs d'aujourd'hui investissent de plus en plus !

Cette semaine, le jury de Top Chef a décidé de challenger les candidats sur cette gastronomie de plage, et ils vont retrouver clients et grands chefs qui les attendent pour qu'on leur propose un menu de bord de mer. Accompagnés des chefs invités Alexandre Gauthier et Jeffrey Cagnes, les candidats vont revisiter la gastronomie de plage, au Touquet, en sublimant du poisson grillé, des moules-frites et des beignets.

Qui saura le mieux transformer ces plats simples en plats culinairement impressionnants ?

Avec Hélène Darroze, Stéphanie Le Quellec, Philippe Etchebest, Paul Pairet, Glenn Viel



©Julien THEUIL/Thomas BRAUT/M6

23:30 **TOP CHEF : LE CONCOURS PARALLÈLE**

INÉDIT

JEU **HD**

Saison 17 : Émission 2

Présenté par Stéphane Rotenberg

Cette année encore va se tenir, à l'abri des regards, le concours parallèle de Top Chef qui voit s'affronter chaque semaine les cuisiniers éliminés du concours. À l'issue de cette compétition secrète, deux d'entre eux feront leur retour dans Top Chef.

Pour sélectionner ces deux candidats, le jury de Top Chef a missionné deux grands chefs : Fabien Ferré, le plus jeune chef français triplement étoilé, et Yoann Conte, chef doublement étoilé. Ces deux chefs seront accompagnés de François-Régis Gaudry pour challenger les candidats sur différents thèmes et choisir les deux meilleurs, ceux qui pourront réintégrer le concours aux portes des phases finales !

Avec Fabien Ferré, Yoann Conte, François-Régis Gaudry



©DA / M6

00:35 **LES SECRETS DES CHEFS**

MAGAZINE **HD**

Les Deux Magots : au cœur d'une institution

Au cœur du quartier de Saint-Germain-des-Prés, après deux mois de travaux, l'institution parisienne dont la réputation n'est plus à faire vient de rouvrir ses portes ! Depuis près d'un siècle et demi, Les Deux Magots font rêver plus d'un million de clients chaque année (pour un chiffre d'affaires annuel de 15 millions d'euros). Chaque jour, 800 couverts sont servis par une centaine d'employés au service irréprochable ! Un savoir-faire qui a fait la renommée de l'établissement et attire aussi bien une clientèle étrangère que française ! Car venir déjeuner ou dîner aux Deux Magots c'est un peu goûter à l'histoire de Paris... Travaux, nouvelle carte... Comment la célèbre institution continue-t-elle de séduire ? Prix littéraire, défilé de mode, concerts, photographies... L'enseigne innove et teste de nouveaux concepts. Quelle est la clé de son succès ? Immersion dans les coulisses d'une institution française.



©DA / M6

01:35 **LES SECRETS DES CHEFS**

MAGAZINE **HD**

Bocuse, au cœur de la légende

Il nous a quittés en 2018 mais son héritage est toujours aussi vivant. Peu de chefs auront marqué l'histoire de la cuisine autant que Paul Bocuse. Son restaurant, situé près de Lyon (Rhône), fête ses cent ans. Il avait été ouvert en 1924 par les grands-parents du mythique cuisinier. L'auberge du Pont de Collonges est toujours une affaire familiale. Les enfants de Paul Bocuse continuent de faire vivre sa marque. Et aux fourneaux, ce sont deux meilleurs ouvriers de France et un champion du monde des desserts glacés qui perpétuent la tradition. Pour les cent ans du lieu, un dîner exceptionnel était organisé, auquel nous avons pu assister en exclusivité.



©Shutterstock / Marc Moline

02:25 **PROGRAMMES DE NUIT**
ÉMISSION



©Cécile ROGUE / NOON / M6

06:00 **SCÈNES DE MÉNAGES**

SÉRIE **HD**

Votre couple vous désole ? Vous vous lamentez de vivre seul ? Scènes de Ménages va vous aider à relativiser !

Avec Valérie Karsenti (Liliane), Frédéric Bouraly (José), Gérard Hernandez (Raymond), David Mora (Fabien), Anne-Elisabeth Bateau (Emma), Amélie Etasse (Camille), Grégoire Bonnet (Philippe), Claire Chust (Leslie), Vinnie Dargaud (Léo), Claudia Mongumu (Louise), Ryad Baxx (Jalil), Fanny Cottençon (Christine), Didier Bénureau (Gilbert), Élodie Poux (Alice), Majid Berhila (Sofiane)



©SELEXTRA

08:05 **MY BOUTIQUE TÉLÉSHOP'**

INÉDIT

TÉLÉCHAT **HD**

Présenté par Marie-Ange Nardi, Charlotte Rosier

Marie-Ange Nardi et Charlotte Rosier, entourées d'inventeurs, d'experts et de testeurs, dévoilent une sélection de produits astucieux, originaux et exclusifs.



©Benjamin DECOIN/M6

09:45 **ÇA PEUT VOUS ARRIVER**

INÉDIT

MAGAZINE **HD**

Présenté par Julien Courbet

Julien Courbet va tout tenter pour résoudre vos problèmes mais aussi apporter des infos juridiques et conseils spécifiques. La parole est donnée à toutes les parties pour que toutes les situations litigieuses trouvent un dénouement positif !



©Benjamin DECOIN/M6

11:30 **ÇA PEUT VOUS ARRIVER CHEZ VOUS**

INÉDIT

MAGAZINE **HD**

Présenté par Julien Courbet

Julien Courbet, entouré d'avocats et d'experts, tente de résoudre vos problèmes mais aussi apporter des infos juridiques et conseils spécifiques. Des envoyés spéciaux sillonnent les régions, recueillent les témoignages et illustrent les cas en images.



©M6

12:40 **MÉTÉO**

INÉDIT

MÉTÉO **HD**



©PASCALITO/M6

12:45 **LE 1245**

INÉDIT

INFORMATION **DIRECT** **HD**

Présenté par Nathalie Renoux

Retrouvez toute l'actualité de la mi-journée.



©Cécile ROGUE / NOON / M6

13:35 **SCÈNES DE MÉNAGES**

SÉRIE **HD**

Votre couple vous désole ? Vous vous lamentez de vivre seul ? Scènes de Ménages va vous aider à relativiser !

Avec Valérie Karsenti (Liliane), Frédéric Bouraly (José), Gérard Hernandez (Raymond), David Mora (Fabien), Anne-Elisabeth Bateau (Emma), Amélie Etasse (Camille), Grégoire Bonnet (Philippe), Claire Chust (Leslie), Vinnie Dargaud (Léo), Claudia Mongumu (Louise), Ryad Baxx (Jalil), Fanny Cottençon (Christine), Didier Bénureau (Gilbert), Élodie Poux (Alice), Majid Berhila (Sofiane)



©M6

13:40 **UN JOUR, UN DOC**

MAGAZINE **HD**

Familles, pouvoir d'achat, évasion... « Un jour, un doc » propose tous les après-midis une grande variété de documentaires et de sujets au cœur des préoccupations des Français. Chaque jour, découvrez le quotidien de ces personnes qui nous livrent leurs histoires.



©M6

14:50 **UN JOUR, UN DOC**

MAGAZINE **HD**

Familles, pouvoir d'achat, évasion... « Un jour, un doc » propose tous les après-midis une grande variété de documentaires et de sujets au cœur des préoccupations des Français. Chaque jour, découvrez le quotidien de ces personnes qui nous livrent leurs histoires.



©M6

15:50 **UN JOUR, UN DOC**

MAGAZINE **HD**

Familles, pouvoir d'achat, évasion... « Un jour, un doc » propose tous les après-midis une grande variété de documentaires et de sujets au cœur des préoccupations des Français. Chaque jour, découvrez le quotidien de ces personnes qui nous livrent leurs histoires.



©M6

16:50 **UN JOUR, UN DOC**

MAGAZINE **HD**

Familles, pouvoir d'achat, évasion... « Un jour, un doc » propose tous les après-midis une grande variété de documentaires et de sujets au cœur des préoccupations des Français. Chaque jour, découvrez le quotidien de ces personnes qui nous livrent leurs histoires.



©Cecile ROGUE/M6

17:30 **LA ROUE DE LA FORTUNE**

JEU **HD**

Présenté par *Éric Antoine*

Des candidats vont tenter leur chance pour dénicher les mots et expressions cachés, tout en espérant décrocher les plus gros gains offerts par la roue de la fortune. Mais attention, ils devront éviter la redoutable banqueroute et les autres pièges qu'elle réserve. Chaque jour, trois candidats s'affrontent à travers cinq manches, durant lesquelles ils doivent résoudre une énigme en découvrant un mot ou des expressions. Trouver une consonne leur rapporte de l'argent, tandis que les voyelles sont payantes. À la fin de la cinquième manche, celui ayant amassé le plus d'argent accède à la finale, ce qui lui offre le droit de revenir le lendemain. Lors de la finale, il peut remporter jusqu'à 20 000 euros ou un voyage, à condition de résoudre une ultime énigme en seulement 10 secondes !

INÉDIT



©Julien THEUIL / M6

18:35 **LA MEILLEURE BOULANGERIE DE FRANCE**

INÉDIT

JEU **HD**

Saison 13 : Poitou-Charentes

La Meilleure Boulangerie de France repart pour un road-trip à travers toutes les régions de l'Hexagone. Ce nouveau voyage gourmand à la découverte des plus belles boulangeries sera aussi l'occasion de faire un véritable tour de France du terroir, de producteurs locaux et du patrimoine culturel. La cheffe pâtissière Chiara Serpaggi intègre le jury composé de Bruno Cormerais, Noémie Honiat et Michel Sarrau, et l'équipe sera parfois accompagnée du chef Danny Khezzar, qui viendra lui aussi partager cette aventure.

Avec Bruno Cormerais, Noémie Honiat, Michel Sarrau



©JO ZHOU / PIERRE OLIVIER / M6

19:40 **MÉTÉO**

INÉDIT

MÉTÉO **HD**



©PASCALITO/M6

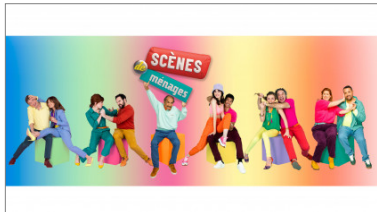
19:45 **LE 1945**

INÉDIT

INFORMATION **DIRECT** **HD**

Présenté par Xavier de Moulins

Le journal de M6.



©Alexandre ISARD / Pasco & Co / Cécile ROGUE / NOON / M6

20:40 **SCÈNES DE MÉNAGES**

INÉDIT

SÉRIE **HD**

Emma et Fabien préparent leur mariage avec quelques désaccords. Camille connaît le succès avec son centre de bien-être, rivalisant avec Philippe. José et Liliane envisagent de nouveaux horizons professionnels. Sofiane et Alice sont débordés par leur épicerie florissante. Léo et Leslie, face à la trentaine, se remettent en question. Même Raymond pourrait connaître un regain romantique. Encore une année pleine de surprises et d'évolutions pour tous les couples !

Avec Valérie Karsenti (Liliane), Frédéric Bouraly (José), Anne-Elisabeth Bateau (Emma), David Mora (Fabien), Gérard Hernandez (Raymond), Amélie Etasse (Camille), Grégoire Bonnet (Philippe), Claire Chust (Leslie), Vinnie Dargaud (Léo), Élodie Poux (Alice), Majid Berhila (Sofiane)



©ELEANA RAMOS / SWITCH AGENCY / LONEPINE PRODUCTION

21:10 **ÉLODIE POUX - LE SYNDROME DU PAPILLON**

INÉDIT

SPECTACLE **DIRECT** **HD**

Écrit par Élodie Poux, Florent Longépé, Michel Frenna

Mis en scène par Florent Longépé

En direct du Milleisium d'Épernay.

Comment passe-t-on d'animatrice périscolaire à humoriste ? À cette question, très souvent posée, Élodie Poux a voulu répondre de la plus belle des manières : avec un spectacle ! De la cour de récré à la scène, de la chrysalide au papillon, Élodie se raconte, nous raconte comment la scène a changé sa vie, dans un stand-up énergique mais toujours accompagnée d'une ribambelle de personnages plus ou moins ravagés, pour notre plus grand bonheur ! Suivez bien, Kimberley et Clitis seront sûrement cachés quelque part...

Avec Élodie Poux



©KALMIA PRODUCTIONS

23:20 ÉLODIE POUX - LE SYNDROME DU PLAYMOBIL

SPECTACLE **HD**

Écrit par Élodie Poux

Mis en scène par Florent Longépé

Élodie Poux ose tout, c'est même à ça qu'on la reconnaît. Avec son nom de famille à coucher dehors et son lourd passé d'animatrice petite enfance, cette trentenaire à l'humour libérateur impose sur scène, en quelques minutes, son univers faussement naïf. Au travers de personnages tous plus ravagés les uns que les autres, et d'un stand up cyniquement jubilatoire, vous vous surprendrez à rire, à rire et à rire encore de ses aventures auprès des enfants, des parents, mais aussi des chats et des zombies.

Avec Élodie Poux



©COMME CHEZ NOUS PRODUCTION / M6

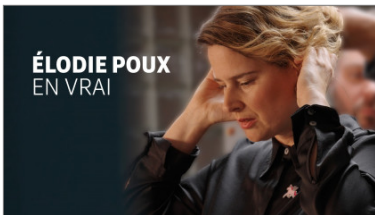
01:00 ÉLODIE POUX SE MARIE

SPECTACLE **HD**

Mis en scène par Michel Frenna

Élodie Poux a décidé de se marier... avec un Belge. Pour cette raison, c'est la Belgique qu'elle choisit pour célébrer son union. Mais entre les embûches, un wedding planner très susceptible et une témoin très envahissante, Élodie Poux va aussi devoir découvrir les coutumes belges ! Les invités parviendront-ils à faire en sorte que les préparatifs, la cérémonie et la fête de mariage soient un véritable succès ? Rien n'est moins sûr...

Avec Élodie Poux, Jeanfi Janssens, Nicole Ferroni, Booder, Éric Antoine, Alex Vizorek, Arnaud Demanche, Sandrine Alexi, Pierre Aucaigne, Charlotte Boisselier, Michel Frenna, Les Frères Taloche



©CAPTURE D'ECRAN / LONEPINE / M6

02:45 ÉLODIE POUX EN VRAI

DOCUMENTAIRE **HD**

Réalisé par Mathilde Fiet

Élodie Poux nous embarque dans les coulisses d'une folle année. Tournée des Zénith, plateaux TV, galas d'humour... Entre répétitions et moments volés hors scène, ce making-of montre le rythme effréné d'une artiste en pleine effervescence, comment sa carrière se construit et comment tout se fabrique.

INÉDIT



©Shutterstock / Marc Moline

03:55 PROGRAMMES DE NUIT

ÉMISSION



©Cécile ROGUE / NOON / M6

06:00 SCÈNES DE MÉNAGES

 SÉRIE **HD**

Votre couple vous désole ? Vous vous lamentez de vivre seul ? Scènes de Ménages va vous aider à relativiser !

Avec Valérie Karsenti (Liliane), Frédéric Bouraly (José), Gérard Hernandez (Raymond), David Mora (Fabien), Anne-Elisabeth Bateau (Emma), Amélie Etasse (Camille), Grégoire Bonnet (Philippe), Claire Chust (Leslie), Vinnie Dargaud (Léo), Claudia Mongumu (Louise), Ryad Baxx (Jalil), Fanny Cottencçon (Christine), Didier Bénureau (Gilbert), Élodie Poux (Alice), Majid Berhila (Sofiane)



©SELEXTRA

08:05 MY BOUTIQUE TÉLÉSHOP'
INÉDIT

 TÉLÉCHAT **HD**
Présenté par Marie-Ange Nardi, Charlotte Rosier

Marie-Ange Nardi et Charlotte Rosier, entourées d'inventeurs, d'experts et de testeurs, dévoilent une sélection de produits astucieux, originaux et exclusifs.



©Benjamin DECOIN/M6

09:45 ÇA PEUT VOUS ARRIVER
INÉDIT

 MAGAZINE **HD**
Présenté par Julien Courbet

Julien Courbet va tout tenter pour résoudre vos problèmes mais aussi apporter des infos juridiques et conseils spécifiques. La parole est donnée à toutes les parties pour que toutes les situations litigieuses trouvent un dénouement positif !



©Benjamin DECOIN/M6

11:30 ÇA PEUT VOUS ARRIVER CHEZ VOUS
INÉDIT

 MAGAZINE **HD**
Présenté par Julien Courbet

Julien Courbet, entouré d'avocats et d'experts, tente de résoudre vos problèmes mais aussi apporter des infos juridiques et conseils spécifiques. Des envoyés spéciaux sillonnent les régions, recueillent les témoignages et illustrent les cas en images.



©M6

12:40 MÉTÉO
INÉDIT

 MÉTÉO **HD**


©PASCALITO/M6

12:45 LE 1245
INÉDIT

 INFORMATION **DIRECT** **HD**
Présenté par Nathalie Renoux

Retrouvez toute l'actualité de la mi-journée.



©Cécile ROGUE / NOON / M6

13:35 **SCÈNES DE MÉNAGES**

SÉRIE **HD**

Votre couple vous désole ? Vous vous lamentez de vivre seul ? Scènes de Ménages va vous aider à relativiser !

Avec Valérie Karsenti (Liliane), Frédéric Bouraly (José), Gérard Hernandez (Raymond), David Mora (Fabien), Anne-Elisabeth Bateau (Emma), Amélie Etasse (Camille), Grégoire Bonnet (Philippe), Claire Chust (Leslie), Vinnie Dargaud (Léo), Claudia Mongumu (Louise), Ryad Baxx (Jalil), Fanny Cottençon (Christine), Didier Bénureau (Gilbert), Élodie Poux (Alice), Majid Berhila (Sofiane)



©M6

13:40 **UN JOUR, UN DOC**

MAGAZINE **HD**

Familles, pouvoir d'achat, évasion... « Un jour, un doc » propose tous les après-midis une grande variété de documentaires et de sujets au cœur des préoccupations des Français. Chaque jour, découvrez le quotidien de ces personnes qui nous livrent leurs histoires.



©M6

14:50 **UN JOUR, UN DOC**

MAGAZINE **HD**

Familles, pouvoir d'achat, évasion... « Un jour, un doc » propose tous les après-midis une grande variété de documentaires et de sujets au cœur des préoccupations des Français. Chaque jour, découvrez le quotidien de ces personnes qui nous livrent leurs histoires.



©M6

15:50 **UN JOUR, UN DOC**

MAGAZINE **HD**

Familles, pouvoir d'achat, évasion... « Un jour, un doc » propose tous les après-midis une grande variété de documentaires et de sujets au cœur des préoccupations des Français. Chaque jour, découvrez le quotidien de ces personnes qui nous livrent leurs histoires.



©M6

16:50 **UN JOUR, UN DOC**

MAGAZINE **HD**

Familles, pouvoir d'achat, évasion... « Un jour, un doc » propose tous les après-midis une grande variété de documentaires et de sujets au cœur des préoccupations des Français. Chaque jour, découvrez le quotidien de ces personnes qui nous livrent leurs histoires.



©Cecile ROGUE/M6

17:30 **LA ROUE DE LA FORTUNE**

JEU **HD**

Présenté par *Éric Antoine*

Des candidats vont tenter leur chance pour dénicher les mots et expressions cachés, tout en espérant décrocher les plus gros gains offerts par la roue de la fortune. Mais attention, ils devront éviter la redoutable banqueroute et les autres pièges qu'elle réserve. Chaque jour, trois candidats s'affrontent à travers cinq manches, durant lesquelles ils doivent résoudre une énigme en découvrant un mot ou des expressions. Trouver une consonne leur rapporte de l'argent, tandis que les voyelles sont payantes. À la fin de la cinquième manche, celui ayant amassé le plus d'argent accède à la finale, ce qui lui offre le droit de revenir le lendemain. Lors de la finale, il peut remporter jusqu'à 20 000 euros ou un voyage, à condition de résoudre une ultime énigme en seulement 10 secondes !

INÉDIT



©Julien THEUIL / M6

 18:35 LA MEILLEURE BOULANGERIE DE FRANCE
 INÉDIT

 JEU **HD**
 Saison 13 : Poitou-Charentes

La Meilleure Boulangerie de France repart pour un road-trip à travers toutes les régions de l'Hexagone. Ce nouveau voyage gourmand à la découverte des plus belles boulangeries sera aussi l'occasion de faire un véritable tour de France du terroir, de producteurs locaux et du patrimoine culturel. La cheffe pâtissière Chiara Serpaggi intègre le jury composé de Bruno Cormerais, Noémie Honiat et Michel Sarran, et l'équipe sera parfois accompagnée du chef Danny Khezzar, qui viendra lui aussi partager cette aventure.

Avec Bruno Cormerais, Noémie Honiat, Michel Sarran



©JO ZHOU / PIERRE OLIVIER / M6

 19:40 MÉTÉO
 INÉDIT

 MÉTÉO **HD**

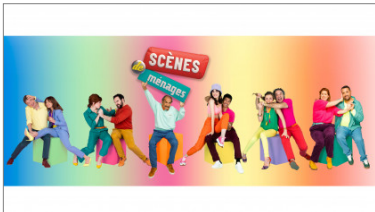

©Thomas PADILLA / AGENCE 1827 / M6

 19:45 LE 1945
 INÉDIT

 INFORMATION **DIRECT** **HD**

Présenté par Ashley Chevalier

Le journal de M6.



©Alexandre ISARD / Pasco & Co / Cécile ROGUE / NOON / M6

 20:40 SCÈNES DE MÉNAGES
 INÉDIT

 SÉRIE **HD**

Emma et Fabien préparent leur mariage avec quelques désaccords. Camille connaît le succès avec son centre de bien-être, rivalisant avec Philippe. José et Liliane envisagent de nouveaux horizons professionnels. Sofiane et Alice sont débordés par leur épicerie florissante. Léo et Leslie, face à la trentaine, se remettent en question. Même Raymond pourrait connaître un regain romantique. Encore une année pleine de surprises et d'évolutions pour tous les couples !

Avec Valérie Karsenti (Liliane), Frédéric Bouraly (José), Anne-Elisabeth Bateau (Emma), David Mora (Fabien), Gérard Hernandez (Raymond), Amélie Etasse (Camille), Grégoire Bonnet (Philippe), Claire Chust (Leslie), Vinnie Dargaud (Léo), Élodie Poux (Alice), Majid Berhila (Sofiane)



©IA / PATRICK ROBERT / M6

 21:10 PÉKIN EXPRESS : AU ROYAUME DES DRAGONS
 INÉDIT

 JEU **HD**
 Saison 22 : Émission 2 (1/2)

Présenté par Stéphane Rotenberg

Pour cette deuxième étape, les équipes découvrent le parc de Chitwan, l'un des joyaux du Népal. Les candidats y croiseront éléphants, rhinocéros et même quelques tigres du Bengale. Une mission les attendra au cœur d'une rivière infestée de crocodiles : une épreuve en eaux troubles à venir !

Puis, direction les contreforts de la chaîne des Annapurnas, où les équipes s'engageront sur une véritable route de l'extrême. Camions en équilibre sur des pistes boueuses, à flanc de précipices : cette traversée promet de bouleverser le classement.

Cette deuxième étape sera marquée par l'arrivée d'une nouvelle règle : l'Extra Time. Cet Extra Time est symbolisé par un t-shirt que les candidats devront porter dès lors qu'ils seront en possession de cet avantage, en espérant ne pas se le faire raver par les autres équipes. Le binôme qui franchira la ligne d'arrivée en portant ce t-shirt bénéficiera d'une accélération de 30 minutes sur son temps de course.



©IA / PATRICK ROBERT / M6

22:15 **PÉKIN EXPRESS : AU ROYAUME DES DRAGONS**

INÉDIT

JEU **HD**

Saison 22 : Émission 2 (2/2)

Présenté par Stéphane Rotenberg

Pour cette deuxième étape, les équipes découvrent le parc de Chitwan, l'un des joyaux du Népal. Les candidats y croiseront éléphants, rhinocéros et même quelques tigres du Bengale. Une mission les attendra au cœur d'une rivière infestée de crocodiles : une épreuve en eaux troubles à venir !

Puis, direction les contreforts de la chaîne des Annapurnas, où les équipes s'engageront sur une véritable route de l'extrême. Camions en équilibre sur des pistes boueuses, à flanc de précipices : cette traversée promet de bouleverser le classement.

Cette deuxième étape sera marquée par l'arrivée d'une nouvelle règle : l'Extra Time. Cet Extra Time est symbolisé par un t-shirt que les candidats devront porter dès lors qu'ils seront en possession de cet avantage, en espérant ne pas se le faire ravir par les autres équipes. Le binôme qui franchira la ligne d'arrivée en portant ce t-shirt bénéficiera d'une accélération de 30 minutes sur son temps de course.



©Thomas PADILLA / AGENCE 1827 / M6

23:25 **LE MAILLON FAIBLE**

JEU **HD**

Présenté par Olivier Minne

Ils ne sont pas de la même famille... Ils ne sont pas amis... Ils ne se connaissent même pas... Et pourtant, huit candidats vont devoir jouer en équipe ! Dans chaque manche, un candidat sera éliminé par les autres joueurs car il aura été considéré comme étant « le maillon faible ». À la fin, un seul d'entre eux pourra remporter le gain final ; les sept autres repartiront les mains vides. Suspense, culture générale et éliminations sans concession, le jeu culte est de retour !



©Thomas PADILLA / AGENCE 1827 / M6

00:25 **LE MAILLON FAIBLE**

JEU **HD**

Présenté par Olivier Minne

Ils ne sont pas de la même famille... Ils ne sont pas amis... Ils ne se connaissent même pas... Et pourtant, huit candidats vont devoir jouer en équipe ! Dans chaque manche, un candidat sera éliminé par les autres joueurs car il aura été considéré comme étant « le maillon faible ». À la fin, un seul d'entre eux pourra remporter le gain final ; les sept autres repartiront les mains vides. Suspense, culture générale et éliminations sans concession, le jeu culte est de retour !



©Shutterstock / Marc Moline

01:20 **PROGRAMMES DE NUIT**

ÉMISSION