



©ERIC GARAUT/PASCO&CO/M6

**SAISON 6 INÉDITE**

JEUDI 08 JANVIER 21:10



SEMAINE N°2

DU 3 JANVIER 2026 AU 9 JANVIER 2026

SAM 3 JANV	DIM 4 JANV	LUN 5 JANV	MAR 6 JANV	MER 7 JANV	JEU 8 JANV	VEN 9 JANV
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	06:55 SCÈNES DE MÉNAGES	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	07:45 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
10:55 66 MINUTES : GRAND FORMAT	10:30 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
11:50 66 MINUTES : GRAND FORMAT	11:00 TURBO					
12:40 MÉTÉO	11:25 TURBO	12:40 MÉTÉO	12:40 MÉTÉO	12:40 MÉTÉO	12:40 MÉTÉO	12:40 MÉTÉO
12:45 LE 1245	12:40 MÉTÉO	12:45 LE 1245	12:45 LE 1245	12:45 LE 1245	12:45 LE 1245	12:45 LE 1245
13:25 SCÈNES DE MÉNAGES	12:45 LE 1245	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
13:55 ZOOTOPIE	13:25 UN JOUR, UN DOC WEEK-END	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
15:40 RATATOUILLE	14:05 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
17:30 LA ROUE DE LA FORTUNE	15:05 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
18:35 LE MAILLON FAIBLE	15:30 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
19:40 MÉTÉO	16:05 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
19:45 LE 1945	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
20:35 SCÈNES DE MÉNAGES	18:40 66 MINUTES : GRAND FORMAT	19:40 MÉTÉO	19:40 MÉTÉO	19:40 MÉTÉO	19:40 MÉTÉO	19:40 MÉTÉO
21:10 MARY POPPINS	19:40 MÉTÉO	19:45 LE 1945	19:45 LE 1945	19:45 LE 1945	19:45 LE 1945	19:45 LE 1945
23:30 LE ROI SOLEIL À VERSAILLES	19:45 LE 1945	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
00:25 LE ROI SOLEIL À VERSAILLES	20:40 E=M6	21:10 CAUCHEMAR EN CUISINE	21:10 PANDORE	21:10 ÊTRE UNE FEMME DANS LES ANNÉES 60 : LA GRANDE EXPÉRIENCE	21:10 QUI VEUT ÊTRE MON ASSOCIÉ ?	21:10 3 JOURS MAX
01:20 PROGRAMMES DE NUIT	21:10 CAPITAL	22:05 CAUCHEMAR EN CUISINE	22:20 PANDORE	22:20 ÊTRE UNE FEMME DANS LES ANNÉES 60 : LA GRANDE EXPÉRIENCE	22:10 QUI VEUT ÊTRE MON ASSOCIÉ ?	22:40 CAUCHEMAR EN CUISINE
	23:10 ENQUÊTE EXCLUSIVE	00:20 ENQUÊTE EXCLUSIVE	23:05 LE MAILLON FAIBLE	23:05 LA RÉVOLUTION DES FEMMES AU TRAVAIL - DE 1960 À NOS JOURS	23:00 QUI VEUT ÊTRE MON ASSOCIÉ ? LA SUITE	23:35 CAUCHEMAR EN CUISINE
	01:50 ENQUÊTE EXCLUSIVE	01:50 ENQUÊTE EXCLUSIVE	00:05 LE MAILLON FAIBLE	00:05 SEXE, FAMILLE, POUVOIR : 50 ANS DE RÉVOLUTION DANS LES RAPPORTS HOMMES-FEMMES	23:50 QUI VEUT ÊTRE MON ASSOCIÉ ? LA SUITE	00:20 CAUCHEMAR EN CUISINE
	03:00 PROGRAMMES DE NUIT	00:35 CAUCHEMAR EN CUISINE	01:05 PROGRAMMES DE NUIT	01:50 PROGRAMMES DE NUIT	01:20 PROGRAMMES DE NUIT	01:15 CAUCHEMAR EN CUISINE
		01:30 CAUCHEMAR EN CUISINE				02:25 PROGRAMMES DE NUIT
		02:20 PROGRAMMES DE NUIT				

**SAMEDI 3 JANV.****06:00 M6 KID**ÉMISSION **HD**

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

©DA

**07:45 ABSOLUMENT STARS****INÉDIT**ÉMISSION **DIRECT HD**

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.



©Julien THEUIL / M6

**10:10 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.



©DA / 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

**11:50 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

**12:40 MÉTÉO**MÉTÉO **HD**

©M6

**SAMEDI 3 JANV.**


©HOMAYOUN FIAMOR / M6

**12:45 LE 1245**

INFORMATION **HD**

Présenté par Romane Binckly

Retrouvez toute l'actualité de la mi-journée.



©Cécile ROGUE / NOON / M6

**13:25 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 Cottençon (Christine), Didier Bénureau (Gilbert), Élodie Poux (Alice), Majid Berhila (Sofiane)



©Disney Enterprises, Inc.

**13:55 ZOOTOPIE**

LONG MÉTRAGE **HD VO SOUS-TITRÉE 4D**

Réalisé par Byron Howard, Rich Moore, Jared Bush - États-Unis d'Amérique - 2016

Titre original : ZOOTOPIA

Zootopie est une ville qui ne ressemble à aucune autre : seuls les animaux y habitent ! Dans cette incroyable métropole, chaque espèce animale cohabite avec les autres. Qu'on soit un immense éléphant ou une minuscule souris, tout le monde a sa place à Zootopie ! Lorsque Judy Hopps fait son entrée dans la police, elle découvre qu'il est bien difficile de s'imposer chez les gros durs en uniforme, surtout quand on est une adorable lapine. Bien décidée à faire ses preuves, Judy s'attaque à une épineuse affaire, même si cela l'oblige à faire équipe avec Nick Wilde, un renard à la langue bien pendue et véritable virtuose de l'arnaque...

Avec Marie-Eugénie Maréchal (voix de Judy Hopps), Alexis Victor (voix de Nick Wilde), Pascal Elbé (voix du chef Bogo), Claire Keim (voix de l'adjointe au maire Bellwether), Fred Testot (voix de Benjamin Clawhauser), Isabelle Desplantes (voix de Bonnie Hopps), Pascal Casanova (voix de Stu Hopps), Thomas Ngijol (voix d'Yax), Teddy Riner (voix de Finnick)



©Disney/Pixar

**15:40 RATATOUILLE**

LONG MÉTRAGE **HD VO SOUS-TITRÉE**

Réalisé par Brad Bird - États-Unis d'Amérique - 2007

Titre original : RATATOUILLE

Rémy est un jeune rat qui rêve de devenir un grand chef français. Ni l'opposition de sa famille, ni le fait d'être un rongeur dans une profession qui les déteste ne le démotivent. Rémy est prêt à tout pour vivre sa passion de la cuisine... et le fait d'habiter dans les égouts du restaurant ultra coté de la star des fourneaux, Auguste Gusteau, va lui en donner l'occasion ! Malgré le danger et les pièges, la tentation est grande de s'aventurer dans cet univers interdit. Écartelé entre son rêve et sa condition, Rémy va découvrir le vrai sens de l'aventure, de l'amitié, de la famille... et comprendre qu'il doit trouver le courage d'être ce qu'il est : un rat qui veut être un grand chef !

Avec Guillaume Lebon (voix de Rémy), Jean-Pierre Marielle (voix d'Auguste Gusteau), Thierry Ragueneau (voix de Linguini), Pierre-François Martin-Laval (voix d'Emile)



©Cécile 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 !

**SAMEDI 3 JANV.**


©Thomas PADILLA / AGENCE 1827 / M6

**18:35 LE MAILLON FAIBLE**
**INÉDIT**
**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**


©HOMAYOUN FIAMOR / M6

**19:45 LE 1945**
**INFORMATION** **HD**
*Présenté par Romane Binckly*

Le journal de M6.



©Cécile ROGUE / NOON / M6

**20:35 SCÈNES DE MÉNAGES**
**SÉRIE** **HD**

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

With 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 Cottençon (Christine), Didier Bénureau (Gilbert), Élodie Poux (Alice), Majid Berhila (Sofiane)



©2018 DISNEY

**21:10 MARY POPPINS**
**LONG MÉTRAGE** **HD** **VO** **Sous-Titrée**
*Réalisé par Robert Stevenson - États-Unis d'Amérique - 1964*
*Titre original : MARY POPPINS*

Monsieur Banks est un employé de banque affairé et son épouse est une suffragette active. Leurs occupations les éloignent de la vie de leurs enfants, Jane et Michael, qui accumulent les bêtises pour tenter d'attirer l'attention de leurs parents. Suite à une nouvelle fugue, leur nounou démissionne. Les enfants passent alors une annonce tout à fait fantaisiste pour trouver une nurse. C'est Mary Poppins qui répond et apparaît dès le lendemain, portée par le vent d'Est. Elle entraîne aussitôt les enfants dans son univers merveilleux...

Avec Julie Andrews (Mary Poppins), Dick Van Dyke (Bert / M. Dawes), David Tomlinson (George W. Banks), Glynis Johns (Winifred Banks), Karen Dotrice (Jane Banks), Matthew Garber (Michael Banks), Hermione Baddeley (Ellen)

**SAMEDI 3 JANV.**

©Serge ARNAL/M6

**23:30 LE ROI SOLEIL À VERSAILLES**DIVERTISSEMENT **HD****Partie 1***Présenté par Emmanuel Moire, PETiTOM*

Vingt ans après son triomphe, *Le Roi Soleil* demeure l'une des comédies musicales préférées du public. Découvrez une grande soirée musicale dédiée au spectacle culte, dans le décor prestigieux qui l'a inspiré.

Les titres emblématiques reprennent vie dans les espaces les plus iconiques du château de Versailles. Les artistes retrouvent leurs chansons phares, portées par des chorégraphies de Kamel Ouali et des costumes qui célèbrent l'esprit d'origine du spectacle, dans un cadre qui leur donne une dimension nouvelle et spectaculaire.

Emmanuel Moire (le Roi Soleil iconique du spectacle) et PETiTOM (Molière dans Molière, le spectacle musical) vous conduisent de tableau en tableau à travers le château et dévoilent la grande histoire derrière chaque chanson.



©Serge ARNAL/M6

**00:25 LE ROI SOLEIL À VERSAILLES**DIVERTISSEMENT **HD****Partie 2***Présenté par Emmanuel Moire, PETiTOM*

Vingt ans après son triomphe, *Le Roi Soleil* demeure l'une des comédies musicales préférées du public. Découvrez une grande soirée musicale dédiée au spectacle culte, dans le décor prestigieux qui l'a inspiré.

Les titres emblématiques reprennent vie dans les espaces les plus iconiques du château de Versailles. Les artistes retrouvent leurs chansons phares, portées par des chorégraphies de Kamel Ouali et des costumes qui célèbrent l'esprit d'origine du spectacle, dans un cadre qui leur donne une dimension nouvelle et spectaculaire.

Emmanuel Moire (le Roi Soleil iconique du spectacle) et PETiTOM (Molière dans Molière, le spectacle musical) vous conduisent de tableau en tableau à travers le château et dévoilent la grande histoire derrière chaque chanson.

**01:20 PROGRAMMES DE NUIT**

ÉMISSION

PROGRAMMES  
DE NUIT

©Shutterstock / Marc Moline

**DIMANCHE 4 JANV.****06:00 M6 KID**ÉMISSION **HD**

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

©DA

**06:55 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 Cottençon (Christine), Didier Bénureau (Gilbert), Élodie Poux (Alice), Majid Berhila (Sofiane)

©Cécile ROGUE / NOON / M6

**07:45 MY BOUTIQUE TÉLÉSHOP'**TÉLÉACHAT **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.

The logo for My Boutique Téléshop features the text 'MY BOUTIQUE TELESOPH' inside a blue circle with a white 'O'.

©SELEXTRA

**10:30 TURBO**MAGAZINE **HD**

Présenté par Dominique Chapatte

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

©DA

**11:00 TURBO**MAGAZINE **HD**

Présenté par Dominique Chapatte

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

©DA

**11:25 TURBO****INÉDIT**MAGAZINE **HD**

Présenté par Dominique Chapatte

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

©DA

**DIMANCHE 4 JANV.****12:40 MÉTÉO**MÉTÉO **HD**

©M6

**12:45 LE 1245**INFORMATION **HD**

Présenté par Romane Binckly

Retrouvez toute l'actualité de la mi-journée.



©HOMAYOUN FIAMOR / 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

**15:30 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

**DIMANCHE 4 JANV.****16:05 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.

**17:10 66 MINUTES****INÉDIT**MAGAZINE **HD***Présenté par Karen 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.

**18:40 66 MINUTES : GRAND FORMAT****INÉDIT**MAGAZINE **HD***Présenté par Karen 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.

**19:40 MÉTÉO**MÉTÉO **HD**

©JO ZHOU / PIERRE OLIVIER / M6

**19:45 LE 1945**INFORMATION **HD***Présenté par Romane Binckly*

Le journal de M6.

**20:40 E=M6****INÉDIT**MAGAZINE **HD***Présenté par Mac Lesggy*

e=m6 est LE magazine scientifique familial par excellence pour apprendre de manière ludique au travers d'expériences visuelles, de témoignages, de décryptages de spécialistes qui répondent aux questions que tout le monde se pose...



©Alexis VERGNES / AGENCE 1827 /M6

**DIMANCHE 4 JANV.**

©Benjamin DECOIN/M6

**21:10 CAPITAL****INÉDIT****MAGAZINE HD****Gagner plus : enquête sur les jobs qui rapportent vraiment !***Présenté par Julien Courbet***Franchises : misez peu, gagnez gros !**

Quitter son job pour ouvrir sa boutique, c'est le rêve d'un Français sur deux. Et la franchise est la solution la plus accessible ! Avec des mises de départ à partir de 20 000 euros, le succès de ce modèle est fulgurant : 90 000 commerces ouverts en 2024, en hausse de 15 %. Quels sont les secrets de ceux qui réussissent ? Combien gagnent-ils vraiment ? La promesse de prendre l'ascenseur social est-elle au rendez-vous ? Déco, vêtement, véhicules d'occasion, Capital a enquêté sur les coulisses de ce business en plein boom. À Montauban (Tarn-et-Garonne) Gaëlle va ouvrir son propre magasin : une boutique de décoration. Ancienne salariée de Centrakor, elle investit toutes ses économies. Le début de la fortune ? Certains ont bâti des petits empires en un rien de temps, à l'image de Michael Ledoux, le fondateur de Transakauto. En Alsace, Jean-Louis Mochamps a choisi le secteur du vêtement. Dix-huit boutiques, valorisées à 4 millions d'euros : quel est son secret ? Car toutes les franchises n'ont pas le même succès. Quels sont les pièges à éviter ?

**Mal-aimés, bien payés : les métiers qui rapportent 2 500 euros par mois**

Gagner au minimum 2 500 euros net par mois, avec un bon emploi du temps et des avantages, cela vous tente ? C'est possible, à condition d'oser exercer des métiers qui ne font pas forcément rêver. Oubliez vos préjugés, les conditions sont meilleures qu'il n'y paraît et les salaires peuvent vite s'envoler ! Kevin s'est lancé dans la lutte contre les nuisibles. Rats, frelons : son quotidien va vous surprendre. Sa fiche de paie aussi ! Virginie a choisi de devenir assistante maternelle, une reconversion après une première carrière de préparatrice en pharmacie. Un choix payant : elle gagne deux fois plus, travaille chez elle et choisit ses vacances ! Autre option, se lancer dans une filière qui manque vraiment de bras. Couvreur, boucher : les employeurs déroulent le tapis rouge à des petits jeunes d'à peine 18 ans ! Dans l'industrie, 150 000 postes sont à pourvoir, avec des salaires 10 % plus élevés qu'ailleurs. Pour casser l'image de métiers salissants et pénibles, le secteur lance des opérations séductions spectaculaires. Enquête sur ces métiers boudés qui gagnent à être connus et vous font gagner plus !

**Enfin à mon compte : rêve ou galère ?**

Lucille a eu le nez creux en devenant « gazonnière ». Dans le Val-de-Marne, elle entretient des tombes pour le compte de particuliers. Un nouveau job au grand air, à son compte et qui lui permet de gagner près de 2 000 euros par mois. En bonus : elle est libre tous les après-midis pour ses enfants. Trouver un job qui a du sens, sans patron : c'est la promesse de la micro-entreprise. Plus de 700 000 Français se sont lancés en 2024, en hausse de 16 %. Mais combien en vivent correctement ? Aline, 32 ans, a choisi de devenir photographe. Problème : le secteur est quasiment saturé et elle a du mal à faire sa place. En moyenne, les micro-entrepreneurs gagnent 670 euros par mois. Pour se faire connaître et booster leurs revenus, près de 30 % d'entre eux utilisent des plateformes de mise en relation. La plus connue : Wecasa, un géant du service à domicile. Mais il en existe désormais dans le secteur de la restauration, de la santé. Côté coulisses : comment arrivent-ils à séduire micro-entrepreneurs et particuliers ? Qui a le plus à y gagner ? Enquête sur ces nouveaux acteurs qui redessinent le monde du travail.

**DIMANCHE 4 JANV.**


©Benjamin DECOIN/M6

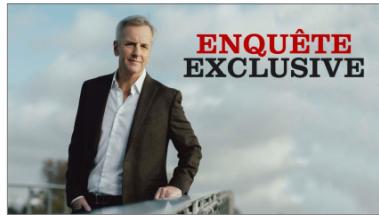
**23:10 ENQUÊTE EXCLUSIVE**
**INÉDIT**
**MAGAZINE**
**HD**
**Fêtes, cœurs à prendre et ours géants : bienvenue en Alaska**
*Présenté par Bernard de la Villardière*

C'est l'une des régions les plus méconnues et les plus visitées des États-Unis : l'Alaska. À peine 740 000 habitants mais deux millions de touristes chaque année, le 49ème Etat américain est connu pour son climat glacial, ses ours géants et ses aventuriers. Il offre aujourd'hui un nouveau visage du Grand Nord. Plus festif, plus jeune, l'Alaska propose aujourd'hui un nouveau visage du Grand Nord et devient, désormais, une terre d'opportunités !

Fin février par exemple, des visiteurs du monde entier se rendent à Anchorage, la capitale, pour un festival hors du commun : le Fur Rondy ! 10 000 spectateurs assistent à une vente aux enchères déjantée de fourrures, avec course-poursuite en petite tenue dans les rues de la capitale par -30 degrés.

Susie Carter s'est donnée pour mission d'aider les hommes célibataires d'Alaska à trouver l'amour. Elle est passée du statut de femme au foyer à celui de businesswoman à la tête de la plus grande maison d'édition de l'État. À travers l'histoire incroyable de Susie, nous pourrons suivre le parcours d'un « Alaska Man » pour trouver l'amour. Et passer l'hiver au chaud !

Enfin, au sud-ouest de l'Alaska, l'île de Kodiak abrite le plus grand carnivore au monde : l'ours kodiak. Une dizaine de guides organisent des expéditions hors de prix pour découvrir le gigantesque mammifère dans des lodges tout confort.



©Benjamin DECOIN/M6

**00:20 ENQUÊTE EXCLUSIVE**
**MAGAZINE**
**HD**
**Tribus, bisons et pétrole : la grande revanche des Indiens d'Amérique**
*Présenté par Bernard de la Villardière*

Sur les 333 millions d'Américains, environ 9 millions sont Amérindiens, descendants des premiers habitants du continent. Cherokees, Cheyennes, Navajos ou Sioux...ils appartiennent à l'une des 574 tribus reconnues aux États-Unis.

Pendant longtemps, ces communautés ont été les plus marginalisées du pays. Réduites à la pauvreté, durement touchées par le chômage et les addictions, elles survivaient parquées dans des réserves. Mais depuis quelques années, un mouvement de revendication s'est emparé de ces populations autochtones.

Dans le Dakota du Nord, la réserve de Fort Berthold rachète ses terres ancestrales à coups de millions de dollars. Car la tribu est immensément riche depuis la découverte de pétrole dans son sous-sol, il y a une dizaine d'années. Grâce à ses 40 millions de dollars mensuels de revenus pétroliers, le chef de la communauté investit à tour de bras. Commissariat flambant neuf, stade de football rutilant ou hôpital dernier cri, la tribu ne manque de rien. Et le chômage, sur son territoire, est passé de 70 % à 3 % selon les chiffres du comté.

Dans le Dakota du Sud, le gigantesque défilé de l'Indian Pride remplace désormais le Columbus Day. Ce jour férié, dédié à la découverte de l'Amérique par Christophe Colomb, est devenu le symbole de l'oppression pour les peuples autochtones. À cette occasion, Ashley et son fils de 7 ans, Washoshe, participent à un pow-wow, une compétition de danse traditionnelle. Si ces rassemblements ont été interdits par le gouvernement américain pendant des décennies pour éradiquer la culture amérindienne, aujourd'hui, ils sont de plus en plus populaires. Vêtus de leurs plus beaux habits traditionnels, Ashley et Washoshe affrontent 1 200 danseurs venus de tout le pays. Et des milliers de dollars de récompenses sont distribués aux vainqueurs.

Dans le Montana, la tribu des Blackfeet réintroduit un animal mythique : le bison. Avant l'arrivée des colons européens, l'Amérique du Nord comptait près de 60 millions de bêtes. Après la conquête de l'Ouest, il n'en restait que 500. L'animal a frôlé l'extinction. Aujourd'hui, le pays compte un cheptel de 500 000 bisons. Sur son territoire, la tribu des Blackfeet en autorise la chasse une fois par an pour sensibiliser les jeunes générations à l'importance de cet animal sacré. Mais ici, les Indiens ont abandonné l'arc et les flèches pour une chasse façon XXI<sup>e</sup> siècle, tirant avec un fusil à lunette depuis un pick-up !

À Seattle dans l'état de Washington, Louie Gong s'est réapproprié son identité amérindienne pour en faire une marque à succès. Ses accessoires de décoration s'arrachent et font la Une des magazines de luxe. Cet entrepreneur a créé l'une des premières sociétés autochtones du pays, en proposant des couvertures et objets du quotidien, 100 % amérindiens. Ces dernières années, ses ventes ont explosé et le chef d'entreprise exporte désormais dans le monde entier.

**DIMANCHE 4 JANV.**

©Benjamin DECOIN/M6

**01:50 ENQUÊTE EXCLUSIVE**MAGAZINE **HD****Sexe et amour en Scandinavie***Présenté par Bernard de la Villardière*

Suède, Norvège, Danemark, Finlande, Islande... Ces pays nordiques sont aux antipodes de nos pratiques en matière d'amour et de sexe. Terre de tous les fantasmes, la Scandinavie évoque de belles blondes sexuellement émancipées, des mâles aux carrures de Vikings, une liberté des mœurs et une parité homme-femme absolue. Ces valeurs d'équité sont inculquées dès l'école primaire. On apprend notamment aux petites filles à être des guerrières et aux garçons à cultiver leur part féminine. Et partout, le rapport au sexe et au corps de l'autre est abordé sans tabou. Mais la réalité est-elle aussi idyllique ?

Car ce progressisme a aussi des effets secondaires surprenants. En matière de drague, ce sont les femmes scandinaves qui font presque toujours le premier pas. Souvent, elles ont tendance à trouver leurs partenaires masculins timorés, voire coincés... Parfois, les hommes n'osent même plus les aborder. Le mâle viking est aujourd'hui en pleine crise de masculinité. Et, d'un pays à l'autre, les contrastes sont saisissants. En Suède, une loi impose l'obligation de recueillir le consentement de son partenaire avant tout rapport. Alors qu'en Finlande, il existe toujours l'Eukonkanto, une discipline traditionnelle où l'on fait la course en portant sa moitié comme un sac de pommes de terre.

Symbole de l'amour libre et décomplexé, la Scandinavie doit aussi affronter un lourd problème, celui des violences sexuelles, en hausse constante depuis des années. Selon un récent rapport d'Amnesty International, 30% des femmes des pays nordiques sont victimes d'abus sexuels, l'un des pourcentages les plus élevés d'Europe.

De Stockholm à Reykjavik, d'Helsinki à Copenhague, voyage étonnant et contrasté au pays de l'amour à la scandinave.

**03:00 PROGRAMMES DE NUIT**

ÉMISSION



©Shutterstock / Marc Moline

**LUNDI 5 JANV.**

©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 Blateau (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'**TÉLÉACHAT **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**MÉTÉO **HD**

©PASCALITO/M6

**12:45 LE 1245**INFORMATION **HD**

Présenté par Nathalie Renoux

Retrouvez toute l'actualité de la mi-journée.

**LUNDI 5 JANV.**

©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 Blateau (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)

**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.

**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.

**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.

**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.

**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 !



©Cécile ROGUE/M6

**LUNDI 5 JANV.**


©Julien THEUIL / M6

**INÉDIT**
**18:35 LA MEILLEURE BOULANGERIE DE FRANCE**
**JEU** 
**Saison 13 : Gironde, Dordogne et Lot-et-Garonne**

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, Danny Khezzar



©JO ZHOU / PIERRE OLIVIER / M6

**19:40 MÉTÉO**
**MÉTÉO** 


©PASCALITO/M6

**19:45 LE 1945**
**INFORMATION** 

Présenté par Xavier de Moulins  
Le journal de M6.



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

**INÉDIT**
**20:40 SCÈNES DE MÉNAGES**
**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 Blateau (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)



©PIERRE OLIVIER/M6

**INÉDIT**
**21:10 CAUCHEMAR EN CUISINE**
**MAGAZINE** 
**Beussent (1/2)**

Présenté par Philippe Etchebest

Philippe Etchebest se rend à Beussent, dans un restaurant du Pas-de-Calais tenu par Betty et Romain. Comme souvent, il découvre une multitude de problèmes : organisation défaillante, plats sans saveur, hygiène insuffisante...

Mais, fait exceptionnel, un incident va cette fois pousser le chef à bout. La situation dégénère à tel point qu'en plein service, Philippe Etchebest décide de quitter l'établissement. Un épisode sous haute tension !

Parviendra-t-il malgré tout à aider Betty et Romain ? Réussira-t-il à sauver leur restaurant ?

**LUNDI 5 JANV.**

**CAUCHEMAR  
EN CUISINE**

©PIERRE OLIVIER/M6

**22:05 CAUCHEMAR EN CUISINE**
**INÉDIT**
**MAGAZINE** 
**Beussent (2/2)**
*Présenté par Philippe Etchebest*

Philippe Etchebest se rend à Beussent, dans un restaurant du Pas-de-Calais tenu par Betty et Romain. Comme souvent, il découvre une multitude de problèmes : organisation défaillante, plats sans saveur, hygiène insuffisante...

Mais, fait exceptionnel, un incident va cette fois pousser le chef à bout. La situation dégénère à tel point qu'en plein service, Philippe Etchebest décide de quitter l'établissement. Un épisode sous haute tension !

Parviendra-t-il malgré tout à aider Betty et Romain ? Réussira-t-il à sauver leur restaurant ?


**CAUCHEMAR  
EN CUISINE**

©PIERRE OLIVIER/M6

**22:55 CAUCHEMAR EN CUISINE**
**MAGAZINE** 
**Bourg-Lès-Valence (1/2)**
*Présenté par Philippe Etchebest*

Le chef Etchebest vient en aide à Stéphanie et Julien. Ce couple a repris un restaurant il y a seulement 7 mois mais Stéphanie et Julien sont aujourd'hui dans une situation désastreuse qui affecte tout le monde, y compris leurs enfants. Il y a donc urgence à intervenir.

En les observant, le chef est, comme d'habitude, rapidement confronté à un manque de professionnalisme flagrant ! Face à cette situation et une ambiance particulièrement tendues, le chef est même dans l'obligation d'arrêter le tournage avant le début du deuxième service. Que se passe-t-il dans cet établissement ? Philippe Etchebest va-t-il pouvoir aller au bout de sa mission et leur venir en aide ?


**CAUCHEMAR  
EN CUISINE**

©PIERRE OLIVIER/M6

**23:45 CAUCHEMAR EN CUISINE**
**MAGAZINE** 
**Bourg-Lès-Valence (2/2)**
*Présenté par Philippe Etchebest*

Le chef Etchebest vient en aide à Stéphanie et Julien. Ce couple a repris un restaurant il y a seulement 7 mois mais Stéphanie et Julien sont aujourd'hui dans une situation désastreuse qui affecte tout le monde, y compris leurs enfants. Il y a donc urgence à intervenir.

En les observant, le chef est, comme d'habitude, rapidement confronté à un manque de professionnalisme flagrant ! Face à cette situation et une ambiance particulièrement tendues, le chef est même dans l'obligation d'arrêter le tournage avant le début du deuxième service. Que se passe-t-il dans cet établissement ? Philippe Etchebest va-t-il pouvoir aller au bout de sa mission et leur venir en aide ?


**CAUCHEMAR  
EN CUISINE**

©PIERRE OLIVIER/M6

**00:35 CAUCHEMAR EN CUISINE**
**MAGAZINE** 
**Tonnay-Charente (1/2)**
*Présenté par Philippe Etchebest*

Philippe Etchebest intervient à Tonnay-Charente (Charente-Maritime), dans le restaurant de Jérôme, à la demande de Patricia et Didier, ses parents qui, complètement démunis face à la situation dans laquelle est plongée leur fils, ont décidé de faire appel au chef.

Évoluant depuis de nombreuses années dans le domaine de la restauration en région parisienne, Jérôme a décidé il y a 3 ans de déménager en bord de mer avec sa famille et de faire l'acquisition de son propre établissement : mais depuis, l'affaire périclite, les clients se font rares et les dettes s'accumulent.

Très touché par l'appel au secours de cette famille, le chef Etchebest va tout faire pour les aider : une fois sur place, il constate de nombreux problèmes, tant en salle qu'en cuisine, mais il lui est impossible de comprendre quoi que ce soit dans cet imbroglio. Le patron et son serveur ne cessent de se renvoyer la balle !

Déterminé à aider Jérôme, le chef Etchebest va poursuivre ses investigations, envers et contre tout, car personne ne semble vouloir lui expliquer ce qu'il se passe ! Cependant, un coup de téléphone va faire éclater la vérité...

**LUNDI 5 JANV.**

©PIERRE OLIVIER/M6

**01:30 CAUCHEMAR EN CUISINE**MAGAZINE **HD****Tonnay-Charente (2/2)***Présenté par Philippe Etchebest*

Philippe Etchebest intervient à Tonnay-Charente (Charente-Maritime), dans le restaurant de Jérôme, à la demande de Patricia et Didier, ses parents qui, complètement démunis face à la situation dans laquelle est plongée leur fils, ont décidé de faire appel au chef.

Évoluant depuis de nombreuses années dans le domaine de la restauration en région parisienne, Jérôme a décidé il y a 3 ans de déménager en bord de mer avec sa famille et de faire l'acquisition de son propre établissement : mais depuis, l'affaire périclite, les clients se font rares et les dettes s'accumulent.

Très touché par l'appel au secours de cette famille, le chef Etchebest va tout faire pour les aider : une fois sur place, il constate de nombreux problèmes, tant en salle qu'en cuisine, mais il lui est impossible de comprendre quoi que ce soit dans cet imbroglio. Le patron et son serveur ne cessent de se renvoyer la balle !

Déterminé à aider Jérôme, le chef Etchebest va poursuivre ses investigations, envers et contre tout, car personne ne semble vouloir lui expliquer ce qu'il se passe ! Cependant, un coup de téléphone va faire éclater la vérité...

**02:20 PROGRAMMES DE NUIT**

ÉMISSION

PROGRAMMES  
DE NUIT

©Shutterstock / Marc Moline

**MARDI 6 JANV.**

©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 Blateau (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'**TÉLÉACHAT **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**MÉTÉO **HD**

©PASCALITO/M6

**12:45 LE 1245**INFORMATION **HD**

Présenté par Nathalie Renoux

Retrouvez toute l'actualité de la mi-journée.

**MARDI 6 JANV.**

©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 Blateau (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)

**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.

**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.

**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.

**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.

**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 !



©Cécile ROGUE/M6

**MARDI 6 JANV.**


©Julien THEUIL / M6

**INÉDIT**
**18:35 LA MEILLEURE BOULANGERIE DE FRANCE**
**JEU** **HD**
**Saison 13 : Gironde, Dordogne et Lot-et-Garonne**

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, Danny Khezzar



©JO ZHOU / PIERRE OLIVIER / M6

**19:40 MÉTÉO**
**MÉTÉO** **HD**


©PASCALITO/M6

**19:45 LE 1945**
**INFORMATION** **HD**
*Présenté par Xavier de Moulins*  
Le journal de M6.


©Alexandre ISARD / Pasco &amp; Co / Cécile ROUGE / NOON / M6

**INÉDIT**
**20:40 SCÈNES DE MÉNAGES**
**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 Blateau (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)



©HOMAYOUN FIAMOR / M6

**INÉDIT**
**21:10 PANDORE**
**JEU** **HD**
**Émission 3 (1/2)**
*Présenté par Olivier Minne*

Dans l'Antiquité, les Grecs savaient que la boîte de Pandore représentait un immense danger pour l'humanité alors ils l'ont cachée aux confins du monde connu. Mais aujourd'hui la boîte a été retrouvée en Andalousie, et les dieux ont décidé de mettre douze mortels à l'épreuve ! Douze hommes et femmes, choisis pour leur force, leur ténacité et leur culture, vont devoir affronter des défis inspirés des légendes grecques les plus célèbres pour remporter une offrande d'une valeur de 100 000 euros. Chaque jeu va mettre à l'épreuve leurs capacités physiques, psychologiques et intellectuelles.

Chaque jour, deux mortels seront sacrifiés et leur sort sera scellé dans la boîte de Pandore. Si, au coucher du soleil, leur nom est toujours dans la boîte, ils devront s'affronter dans un duel éliminatoire.

Certains mortels seront soumis à la tentation d'ouvrir la boîte ; le reste du groupe devra tout faire pour les empêcher d'y accéder car, à chaque fois qu'elle sera ouverte, la malédiction des dieux s'abattra sur les mortels et l'offrande diminuera.

Alors choisiront-ils leur intérêt personnel ou le bien collectif ?

**MARDI 6 JANV.**


©HOMAYOUN FIAMOR / M6

**22:20 PANDORE**
**INÉDIT**
**JEU**
**HD**
**Émission 3 (2/2)**
*Présenté par Olivier Minne*

Dans l'Antiquité, les Grecs savaient que la boîte de Pandore représentait un immense danger pour l'humanité alors ils l'ont cachée aux confins du monde connu. Mais aujourd'hui la boîte a été retrouvée en Andalousie, et les dieux ont décidé de mettre douze mortels à l'épreuve ! Douze hommes et femmes, choisis pour leur force, leur ténacité et leur culture, vont devoir affronter des défis inspirés des légendes grecques les plus célèbres pour remporter une offrande d'une valeur de 100 000 euros. Chaque jeu va mettre à l'épreuve leurs capacités physiques, psychologiques et intellectuelles.

Chaque jour, deux mortels seront sacrifiés et leur sort sera scellé dans la boîte de Pandore. Si, au coucher du soleil, leur nom est toujours dans la boîte, ils devront s'affronter dans un duel éliminatoire.

Certains mortels seront soumis à la tentation d'ouvrir la boîte ; le reste du groupe devra tout faire pour les empêcher d'y accéder car, à chaque fois qu'elle sera ouverte, la malédiction des dieux s'abattra sur les mortels et l'offrande diminuera.

Alors choisiront-ils leur intérêt personnel ou le bien collectif ?



©Thomas PADILLA / AGENCE 1827 / M6

**23:05 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

**00:05 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 !


**PROGRAMMES  
DE NUIT**

©Shutterstock / Marc Moline

**01:05 PROGRAMMES DE NUIT**
**ÉMISSION**

**MERCREDI 7 JANV.**

©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 Blateau (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'**TÉLÉACHAT **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**MÉTÉO **HD**

©PASCALITO/M6

**12:45 LE 1245**INFORMATION **HD**

Présenté par Nathalie Renoux

Retrouvez toute l'actualité de la mi-journée.

**MERCREDI 7 JANV.**

©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 Blateau (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)

**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.

**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.

**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.

**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.

**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 !



©Cécile ROGUE/M6

**MERCREDI 7 JANV.**


©Julien THEUIL / M6

**INÉDIT**
**18:35 LA MEILLEURE BOULANGERIE DE FRANCE**
**JEU** 
**Saison 13 : Gironde, Dordogne et Lot-et-Garonne**

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, Danny Khezzar



©JO ZHOU / PIERRE OLIVIER / M6

**19:40 MÉTÉO**
**MÉTÉO** 


©PASCALITO/M6

**19:45 LE 1945**
**INFORMATION** 
*Présenté par Xavier de Moulins*

Le journal de M6.



©Alexandre ISARD / Pasco &amp; Co / Cécile ROUGE / 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 Blateau (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)



©HOMAYOUN FIAMOR / M6

**21:10 ÊTRE UNE FEMME DANS LES ANNÉES 60 : LA GRANDE EXPÉRIENCE**
**INÉDIT**
**Partie 1**

Pour découvrir le quotidien d'une femme du début des années 60, une femme d'aujourd'hui, avec sa famille, va vivre une grande expérience : elle va retourner dans le passé et vivre, pendant plusieurs jours, avec son mari et ses deux enfants dans un lieu figé dans les années 60. À l'aide d'images d'archives inédites, elle devra se transformer en « parfaite » épouse de l'époque.

Comment elle et sa famille vont-elles réagir en découvrant qu'une femme de l'époque devait rester à la maison à cuisiner, nettoyer, laver, pour toute sa famille ? Qu'elle devait être prête à tout pour toujours rester belle et mince ? Qu'elle ne pouvait pas s'habiller comme elle le voulait ? Et surtout, qu'une femme de l'époque devait obéissance à son mari... en toute circonstance ! Une chose est sûre : ce bond de 60 ans en arrière va plonger cette femme et sa famille dans un tout autre monde...

Avec Sophie (La mère), Cyril (Le père), Loane (La fille cadette), Lilou (La fille aînée), Maryse (La grand-mère), Denise Fabre (Voix off)

**MERCREDI 7 JANV.**

©HOMAYOUN FIAMOR / M6

**22:20 ÊTRE UNE FEMME DANS LES ANNÉES 60 : LA GRANDE EXPÉRIENCE****INÉDIT**DIVERTISSEMENT **HD****Partie 2**

Pour découvrir le quotidien d'une femme du début des années 60, une femme d'aujourd'hui, avec sa famille, va vivre une grande expérience : elle va retourner dans le passé et vivre, pendant plusieurs jours, avec son mari et ses deux enfants dans un lieu figé dans les années 60. À l'aide d'images d'archives inédites, elle devra se transformer en « parfaite » épouse de l'époque.

Comment elle et sa famille vont-elles réagir en découvrant qu'une femme de l'époque devait rester à la maison à cuisiner, nettoyer, laver, pour toute sa famille ? Qu'elle devait être prête à tout pour toujours rester belle et mince ? Qu'elle ne pouvait pas s'habiller comme elle le voulait ? Et surtout, qu'une femme de l'époque devait obéissance à son mari... en toute circonstance ! Une chose est sûre : ce bond de 60 ans en arrière va plonger cette femme et sa famille dans un tout autre monde...

Avec Sophie (La mère), Cyril (Le père), Loane (La fille cadette), Lilou (La fille aînée), Maryse (La grand-mère), Denise Fabre (Voix off)



©CAPTURE D'ECRAN / ELLES PROD / PREMIERES LIGNES

**23:05 LA RÉVOLUTION DES FEMMES AU TRAVAIL - DE 1960 À NOS JOURS****INÉDIT**DOCUMENTAIRE **HD***Réalisé par Delphine Cinier*

Dans les années 60, les femmes n'avaient pas la liberté de choisir leur métier ou de gérer leur argent sans l'autorisation de leur mari, plus de la moitié étant des ménagères au foyer à la fin des années 50, alors qu'aujourd'hui 70 % exercent une activité professionnelle. En soixante ans, grâce à d'importants efforts et sacrifices, les femmes ont réussi à s'imposer dans toutes les sphères professionnelles, bien que l'égalité hommes/femmes reste encore un combat en cours concernant les salaires, le partage des tâches et l'accès aux postes de direction.

Ce documentaire raconte cette histoire d'émancipation, celle de nos mères et grand-mères, à travers des archives inédites et les éclairages d'historiennes spécialistes comme Michelle Perrot et Christine Bard. De nombreuses femmes de différentes générations et milieux témoignent, dont Mercedes Erra, Yaël Braun-Pivet, Nawell Madani, ainsi que des pionnières comme Anne Chopinet, première femme à avoir intégré Polytechnique en 1972.

MERCREDI 7 JANV.



©CAPTURE D'ECRAN/C PRODUCTION

## 00:05 SEXE, FAMILLE, POUVOIR : 50 ANS DE RÉVOLUTION DANS LES RAPPORTS HOMMES-FEMMES

DOCUMENTAIRE 

Réalisé par Sarah OULTAF

Enquête sur un sujet qui nous touche tous au quotidien : les relations entre les femmes et les hommes. Après le choc #metoo, nous nous sommes tous interrogés : comment se séduire ? Travailler ensemble ? Fonder une famille ?

Dire que jusqu'en 1965, les femmes ne pouvaient ni ouvrir de compte en banque, ni prendre la pilule ! À l'école, on leur apprenait à devenir de parfaites ménagères et elles devaient obéissance à leur mari. Comment la vie des Françaises s'est-elle à ce point transformée ? Quelles sont les nouvelles questions qui émergent aujourd'hui dans notre société : consentement sexuel, contraception masculine, inégalités professionnelles, lutte contre les stéréotypes de genres. Grâce à des archives inédites et des témoignages forts, nous plongeons au cœur de l'intimité des Françaises et des Français.

À Longwy (Meurthe-et-Moselle), nous avons recueilli un témoignage rare, celui de Danielle, 80 ans. Adolescente, elle est allée à l'école pour devenir « une bonne ménagère », puis elle a consacré toute sa vie à sa famille et à son foyer, avec fierté. À l'époque, on ne parlait pas du partage des tâches, les femmes faisaient tout ! Son seul regret : elle n'a jamais gagné son propre argent. Un quotidien à des années lumières de Maud, une femme accomplie de 45 ans. Cette maman de deux adolescentes, à l'image de nombreuses femmes aujourd'hui, se débrouille pour tout mener de front : un job prenant, l'éducation de ses enfants et sa vie amoureuse. Elle nous parle de la fameuse charge mentale, des doubles journées et du poids des tâches domestiques. C'est le sujet de dispute numéro 1 entre hommes et femmes aujourd'hui : alors où en est-on ? La famille de Maud a fait les comptes et, comme chez une majorité de Français, les femmes en font toujours bien plus que les hommes : dix heures supplémentaires par semaine ! Mais quand les hommes prennent leur part, les femmes sont-elles prêtes à lâcher prise ? À Nice (Alpes-Maritimes), Laurent, 43 ans, est père au foyer depuis six mois. Il a pris cette décision après la naissance de son troisième enfant. Depuis, il apprend à changer les couches, à faire le linge et à cuisiner... sous le regard très critique de son épouse. Difficile de changer les vieilles habitudes.

Mais les combats évoluent. La contraception en est le meilleur exemple. La pilule, légalisée en 1967, a révolutionné la vie des femmes. Pourtant, ce symbole est désormais rejeté par les plus jeunes. Elles cherchent des contraceptifs plus naturels et voudraient surtout que les hommes s'en occupent aussi ! Quelles solutions s'offrent à eux ? Voilà quarante ans qu'on attend la fameuse pilule pour hommes. À Toulouse, nous avons filmé d'étonnantes ateliers pour fabriquer des slips contraceptifs ! Et surprise, la vasectomie est de plus en plus plébiscitée. 23 000 hommes y ont eu recours en 2021, c'est dix fois plus qu'il y a dix ans.

---

## 01:50 PROGRAMMES DE NUIT

ÉMISSION



©Shutterstock / Marc Moline

**JEUDI 8 JANV.**

©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 Blateau (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'**TÉLÉACHAT **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**MÉTÉO **HD**

©PASCALITO/M6

**12:45 LE 1245**INFORMATION **HD**

Présenté par Nathalie Renoux

Retrouvez toute l'actualité de la mi-journée.

**JEUDI 8 JANV.**

**13:35 SCÈNES DE MÉNAGES**
**SÉRIE** 

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 Cottençon (Christine), Didier Bénureau (Gilbert), Élodie Poux (Alice), Majid Berhila (Sofiane)


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

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.


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

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.


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

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.


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

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.


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

**JEUDI 8 JANV.**


©Julien THEUIL / M6

**INÉDIT**
**18:35 LA MEILLEURE BOULANGERIE DE FRANCE**
**JEU** 
**Saison 13 : Gironde, Dordogne et Lot-et-Garonne**

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, Danny Khezzar



©JO ZHOU / PIERRE OLIVIER / M6

**19:40 MÉTÉO**
**MÉTÉO** 


©PASCALITO/M6

**19:45 LE 1945**
**INFORMATION** 
*Présenté par Xavier de Moulins*  
Le journal de M6.


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

**INÉDIT**
**20:40 SCÈNES DE MÉNAGES**
**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 Blateau (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)



©Eric GARAUPT/PASCO&amp;CO/M6

**INÉDIT**
**21:10 QUI VEUT ÊTRE MON ASSOCIÉ ?**
**DIVERTISSEMENT** 
**Saison 6 : Émission 1 (1/2)**

Qui veut être mon associé ? revient pour une nouvelle saison riche en émotions et en ambitions ! Des entrepreneurs français passionnés disposent de quelques minutes pour défendre leurs idées face à 7 investisseurs reconnus et prêts à miser gros. Entre coups de cœur, suspense, négociations intenses et projets inspirants, chaque épisode offre un concentré d'énergie entrepreneuriale. Marc Simoncini, Anthony Bourbon, Éric Larchevêque, Kelly Massol, Alice Lhabouz, et Jean-Michel Karam, rejoints cette année par Jonathan Anguelov, sont prêts à écouter, questionner et, peut-être, s'engager aux côtés des entrepreneurs les plus prometteurs.

Avec Kelly Massol, Alice Lhabouz, Jonathan Anguelov, Éric Larchevêque, Anthony Bourbon, Jean-Michel Karam, Marc Simoncini

**JEUDI 8 JANV.**

©Eric GARAUPT/PASCO&amp;CO/M6

**22:10 QUI VEUT ÊTRE MON ASSOCIÉ ?****INÉDIT**DIVERTISSEMENT **HD****Saison 6 : Émission 1 (2/2)**

Qui veut être mon associé ? revient pour une nouvelle saison riche en émotions et en ambitions ! Des entrepreneurs français passionnés disposent de quelques minutes pour défendre leurs idées face à 7 investisseurs reconnus et prêts à miser gros. Entre coups de cœur, suspense, négociations intenses et projets inspirants, chaque épisode offre un concentré d'énergie entrepreneuriale. Marc Simoncini, Anthony Bourbon, Éric Larchevêque, Kelly Massol, Alice Lhabouz, et Jean-Michel Karam, rejoins cette année par Jonathan Anguelov, sont prêts à écouter, questionner et, peut-être, s'engager aux côtés des entrepreneurs les plus prometteurs.

Avec Kelly Massol, Alice Lhabouz, Jonathan Anguelov, Éric Larchevêque, Anthony Bourbon, Jean-Michel Karam, Marc Simoncini

**23:00 QUI VEUT ÊTRE MON ASSOCIÉ ? LA SUITE****INÉDIT**DIVERTISSEMENT **HD****Saison 6 : Émission 1**

Ils ont séduit les investisseurs et les téléspectateurs avec des projets innovants. Depuis leur passage dans l'émission, leurs business ont grandi, évolué... parfois explosé. Retour sur ces parcours inspirants et ces success stories qui continuent de s'écrire.

**23:50 QUI VEUT ÊTRE MON ASSOCIÉ ? LA SUITE**DIVERTISSEMENT **HD****Saison 5**

Revivez les projets les plus marquants de l'émission, les négociations les plus tendues et surtout les plus belles réussites de ces entrepreneurs qui portent en eux le projet d'une vie. Ce sera l'occasion de mettre en lumière ceux qui ont su convaincre les investisseurs et faire de leurs projets une réalité.

Des créateurs projets innovants aux artisans passionnés, découvrez les parcours inspirants de ceux qui ont marqué l'histoire de l'émission.

**01:20 PROGRAMMES DE NUIT**

ÉMISSION

**PROGRAMMES  
DE NUIT**

©Shutterstock / Marc Moline

**VENDREDI 9 JANV.**

©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 Blateau (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'**TÉLÉACHAT **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**MÉTÉO **HD**

©PASCALITO/M6

**12:45 LE 1245**INFORMATION **HD**

Présenté par Nathalie Renoux

Retrouvez toute l'actualité de la mi-journée.

**VENDREDI 9 JANV.**

©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 Blateau (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)

**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.

**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.

**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.

**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.

**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 !



©Cécile ROGUE/M6

**VENDREDI 9 JANV.**


©Julien THEUIL / M6

**INÉDIT**
**18:35 LA MEILLEURE BOULANGERIE DE FRANCE**
**JEU** 
**Saison 13 : Gironde, Dordogne et Lot-et-Garonne**

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, Danny Khezzar



©JO ZHOU / PIERRE OLIVIER / M6

**19:40 MÉTÉO**
**MÉTÉO** 


©Thomas PADILLA / AGENCE 1827 / M6

**19:45 LE 1945**
**INFORMATION** 
*Présenté par Ashley Chevalier*  
Le journal de M6.


©Alexandre ISARD / Pasco &amp; Co / Cécile ROQUE / 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 Blateau (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)



©SNR FILMS

**21:10 3 JOURS MAX**
**INÉDIT**
**LONG MÉTRAGE**  
*Réalisé par Tarek Boudali - France - 2022*

Rayane, policier maladroit et héroïque malgré lui, se trouve cette fois confronté à une situation des plus rocambolesques : sa grand-mère a été kidnappée par un cartel mexicain et il a 3 jours max pour la libérer. Aux côtés de ses fidèles collègues, il va vivre des aventures extrêmes entre Paris, Abu Dhabi et Cancún.

Avec Tarek Boudali (Rayane), Philippe Lacheau (Tony), Julien Arruti (Pierre), Vanessa Guide (Stéphanie), José Garcia (le "Rat"), Marie-Anne Chazel (mamie de Rayane), Reem Kherici (Linda), Élodie Fontan

**VENDREDI 9 JANV.**


©PIERRE OLIVIER/M6

**22:40 CAUCHEMAR EN CUISINE**

 MAGAZINE 
**La Chapelle-Launay (1/2)**
*Présenté par Philippe Etchebest*

Philippe Etchebest se rend à La Chapelle-Launay, une petite ville de Loire-Atlantique. Il répond à un appel très particulier puisque, pour la première fois, c'est un jeune garçon de 12 ans, Gabriel, qui a fait appel à lui pour venir sauver le restaurant de son père Raphaël.

Depuis 5 ans, Raphaël est propriétaire d'un établissement routier mais depuis quelques mois les affaires vont visiblement très mal. Les clients désertent le restaurant et la situation devient préoccupante. Et évidemment les difficultés professionnelles se répercutent sur la vie de famille : le jeune Gabriel semble très affecté de voir son père changer au fil des semaines. Auparavant bon vivant, Raphaël est devenu triste et pour son fils, il a désormais perdu son sourire et n'a plus d'énergie pour partager des moments avec lui. Pourtant le jeune garçon n'a qu'un rêve : retrouver son papa d'avant.

Extrêmement touché par les confidences du jeune adolescent, le chef Philippe Etchebest va tenter de sauver ce restaurant mais il n'est pas au bout de ses surprises...



©PIERRE OLIVIER/M6

**23:35 CAUCHEMAR EN CUISINE**

 MAGAZINE 
**La Chapelle-Launay (2/2)**
*Présenté par Philippe Etchebest*

Philippe Etchebest se rend à La Chapelle-Launay, une petite ville de Loire-Atlantique. Il répond à un appel très particulier puisque, pour la première fois, c'est un jeune garçon de 12 ans, Gabriel, qui a fait appel à lui pour venir sauver le restaurant de son père Raphaël.

Depuis 5 ans, Raphaël est propriétaire d'un établissement routier mais depuis quelques mois les affaires vont visiblement très mal. Les clients désertent le restaurant et la situation devient préoccupante. Et évidemment les difficultés professionnelles se répercutent sur la vie de famille : le jeune Gabriel semble très affecté de voir son père changer au fil des semaines. Auparavant bon vivant, Raphaël est devenu triste et pour son fils, il a désormais perdu son sourire et n'a plus d'énergie pour partager des moments avec lui. Pourtant le jeune garçon n'a qu'un rêve : retrouver son papa d'avant.

Extrêmement touché par les confidences du jeune adolescent, le chef Philippe Etchebest va tenter de sauver ce restaurant mais il n'est pas au bout de ses surprises...



©PIERRE OLIVIER/M6

**00:20 CAUCHEMAR EN CUISINE**

 MAGAZINE 
**Antibes (1/2)**
*Présenté par Philippe Etchebest*

À Antibes, dans les Alpes-Maritimes, Romain et Thomas, deux amis d'enfance, ont demandé au Chef Philippe Etchebest d'intervenir pour les aider à sauver leur restaurant. Ces deux jeunes trentenaires sont les gérants d'une brasserie située en plein centre-ville et, malgré un emplacement idéal, ils sont criblés de dettes et n'ont plus que quelques mois devant eux. La situation est d'autant plus grave que les deux jeunes hommes sont pourtant très expérimentés : Romain a même été chef d'un restaurant étoilé pendant plusieurs années.

Philippe Etchebest va donc devoir venir en aide à des cuisiniers qui ont fait leurs armes dans la haute gastronomie mais qui pourtant enchaînent les problèmes. Paille de fer dans les assiettes, service déplorable, mauvaise gestion des stocks : leur situation aujourd'hui laisse grandement à désirer.



©PIERRE OLIVIER/M6

**01:15 CAUCHEMAR EN CUISINE**

 MAGAZINE 
**Antibes (2/2)**
*Présenté par Philippe Etchebest*

À Antibes, dans les Alpes-Maritimes, Romain et Thomas, deux amis d'enfance, ont demandé au Chef Philippe Etchebest d'intervenir pour les aider à sauver leur restaurant. Ces deux jeunes trentenaires sont les gérants d'une brasserie située en plein centre-ville et, malgré un emplacement idéal, ils sont criblés de dettes et n'ont plus que quelques mois devant eux. La situation est d'autant plus grave que les deux jeunes hommes sont pourtant très expérimentés : Romain a même été chef d'un restaurant étoilé pendant plusieurs années.

Philippe Etchebest va donc devoir venir en aide à des cuisiniers qui ont fait leurs armes dans la haute gastronomie mais qui pourtant enchaînent les problèmes. Paille de fer dans les assiettes, service déplorable, mauvaise gestion des stocks : leur situation aujourd'hui laisse grandement à désirer.

VENDREDI 9 JANV.



©Shutterstock / Marc Moline

02:25 **PROGRAMMES DE NUIT**

ÉMISSION