




HEURE TITRE	SOUS-TITRE	CARACTERISTIQUES	DUREE
04:26:00 EMISSION NC	Clips Calédonie		00:20:00
04:47:00 RADIO VISION [V.F 2024]	21 / 12 / 2024		00:13:00
Journal wallis tout en images			
05:01:00 JOURNAL POLYNESIE (2024)	20/12/24		00:20:00
05:22:00 Journal de 19H30 de Nouvelle-Calédonie	21/12/2024		00:25:00
05:48:00 OUTREMER.L'INFO	Outremer.l'info 21/12/2024		00:09:00
05:58:00 JOURNAL WEEK-END 20H	Journal Week-End 20H 21/12/2024	⏮ ⏭ ⏩	00:34:00
06:33:00 TOUT LE SPORT 2024	21/12/2024 - Tout le Sport 2024		00:15:00
06:49:00 Graine de champion	16 : Dilaila Leme championne de handball		00:06:00
<p>Dilaila Leme, handball.</p> <p>Dilaila Leme, la sniper du pôle espoir</p> <p>C'est par le biais de l'UNSS que Dilaila Leme, alors âgée de 11 ans, découvre et se prend de passion pour le handball. En 2019, elle rejoint le club central sportif Sinōj de Dumbéa et après avoir réussi les tests, elle intègre le pôle espoir handball de Nouvelle-Calédonie en 2020.</p> <p>Cette meneuse de jeu assure deux postes : le demi-centre qui consiste à distribuer la balle et guider le jeu et arrière, autrement dit, les snipers de l'équipe, ceux qui tirent, explique-t-elle.</p> <p>Contrairement aux idées reçues, le handball est un sport de contact. L'handballeuse de 18 ans aime beaucoup les sports collectifs, tirer et jouer, confie-t-elle. Sacrée meilleure joueuse de Calédonie pendant les IHF 2023, qui a accueilli d'autres équipes du Pacifique, l'heure est aux préparatifs de départ pour l'Hexagone car la cagoue compte bien élever sa carrière au niveau national, en comptant sur sa qualité principale : vitesse, jambe et une bonne lecture de jeu, décrit-elle.</p> <p>Concilier études et sport</p> <p>Inscrite pour une licence des Sciences de la Vie et de la Terre à l'université de Besançon, Dilaila Leme tentera de se prouver qu'elle pourra associer sa nouvelle vie étudiante à ses engagements sportifs. Nicky Thebeui, son entraîneur au club central Sinōj, l'a vu grandir et souligne qu'elle fait partie des premières au sein du club à avoir intégré le pôle espoir quand il a été créé et elle a vite évolué sous les directives d'Olivia Vaitanaki, ancienne joueuse professionnelle nationale qui encadre les jeunes talents de la discipline. Je suis carrée maintenant, reconnaît la jeune femme et on ne fait pas que du handball mais aussi de la préparation physique : musculation, renforcement. C'est important pour éviter les blessures. Son but ultime ? Décrocher son diplôme et atteindre le plus haut niveau du handball français.</p> <p>Fiche technique :</p> <p>Prénom : Dilaila</p> <p>Nom : Leme</p> <p>Âge : 18 ans</p> <p>Discipline : ha</p>			
06:57:00 LES PETITS MOTS	3.PETITS MOTS - LISTE CADEAUX		00:01:53
Série de modules spécial Noël			
06:59:00 THE DEEP : SOUS LES MERS	SOUS-MARIN FANTOME		00:21:12

CONDUCTEUR DU 22 DÉCEMBRE 2024 SUR CALEDONIE 1ÈRE

HEURE TITRE	SOUS-TITRE	CARACTERISTIQUES	DUREE
07:21:00 THE DEEP : SOUS LES MERS	ABYSSE VOUS CONTEMPLER (L')		00:21:12
07:43:00 TOUS FRERES (SAISON 3)	25		00:29:14
08:13:00 OBESITÉ, L'INSOUTENABLE QUÊTE DE LEGÈRTÉ	documentaire		00:52:00
<p>RÉALISATION : Steve JAMES ÉCRIT PAR : Christelle ADOLPHE & Stéphanie JAMES PRODUCTION : RIDDIM PRODUCTION</p> <p>Obésité, le « gros » mot est lancé, entraînant dans son sillage un impressionnant cortège de préjugés, d'idées reçues, de contradictions mais surtout de souffrance et de stigmatisation. Qualifiée par l'Organisation mondiale de la santé comme la première épidémie non infectieuse de l'Histoire, c'est l'un des problèmes de santé les plus préoccupants, les plus lourds de conséquences multiples, mais surtout les plus mal compris de notre époque.</p> <p>C'est aussi la réalité d'Audrey, déclarée obèse à l'âge de six ans et dont le parcours résume à lui seul toutes les péripéties, les souffrances et les drames auxquels sont confrontées les personnes en obésité. Après des années de quête d'une minceur qui s'obstinait à lui échapper, c'est à travers l'écriture qu'elle a pu se délester enfin de son surpoids émotionnel, réapprendre à s'aimer, et aider les autres à faire de même. Et pourtant, le chemin a été long vers cette acceptation, cette affirmation de Soi, cette confiance nouvelle, mais encore si fragile.</p> <p>Stéphanie, elle, est une chanteuse solaire dont le rayonnement transcende le poids et les formes. C'est grâce à la musique et à la scène qu'elle a fait taire tous les dictats sur la façon dont une personne en surpoids devrait se sentir, se conduire, se présenter au monde. Elle revendique le droit d'être, d'exister, de briller au-delà des étiquettes, des définitions et des jugements.</p> <p>Deux parcours atypiques, par rapport à tant d'autres personnes obèses, enfermées dans un corps qui persiste à leur résister malgré d'innombrables régimes, faute de prendre en compte les blessures affectives qui sont le plus souvent à l'origine de leur mal être.</p>			
09:04:00 Endo	Endo		00:53:00
<p>Endométriose, chronique d'une douleur chronique</p>			
09:58:00 MOTU AKA	Motu Haka, le combat des Marquises		00:52:25
<p>Après des décennies d'interdits religieux et administratifs, la culture traditionnelle de l'archipel des îles Marquises, en Polynésie française, avait pratiquement disparu. Pourtant, grâce au travail de collecte, de sauvegarde et de valorisation mené depuis la fin des années 1970 par l'association « Motu Haka » (qui signifie « Rassembler » en langue marquisienne), le peuple marquisien renoue aujourd'hui avec son patrimoine culturel. A travers les chants, les danses, les tatouages ou l'artisanat traditionnel, la culture se raconte et se transmet à nouveau notamment lors du Matavaa, le « Festival des arts traditionnels des îles Marquises ». Un formidable élan de réappropriation qui a redonné leur fierté aux Marquisiens et a permis à l'archipel d'intégrer en 2024 la liste du patrimoine mondial de l'UNESCO.</p> <p>Après des décennies d'interdits religieux et administratifs, la culture traditionnelle de l'archipel des îles Marquises, en Polynésie française, avait pratiquement disparu. Pourtant, grâce au travail de collecte, de sauvegarde et de valorisation mené depuis la fin des années 1970 par l'association « Motu Haka » (qui signifie « Rassembler » en langue marquisienne), le peuple marquisien renoue aujourd'hui avec son patrimoine culturel. A travers les chants, les danses, les tatouages ou l'artisanat traditionnel, la culture se raconte et se transmet à nouveau notamment lors du Matavaa, le « Festival des arts traditionnels des îles Marquises ». Un formidable élan de réappropriation qui a redonné leur fierté aux Marquisiens et a permis à l'archipel d'intégrer en 2024 la liste du patrimoine mondial de l'UNESCO.</p>			
10:52:00 Des racines et des plantes	Comment multiplier le bois d'Inde		00:06:29
<p>Sébastien part à la découverte d'un jardin de senteurs, au cours de sa promenade il s'arrête sur le bois d'Inde et l'astuce du jour consiste à montrer comment multiplier cette plante originaire des Antilles</p>			
10:59:00 CUISINE OUVERTE - S5	CUISINE OUVERTE - S5		00:30:00

HEURE TITRE	SOUS-TITRE	CARACTERISTIQUES	DUREE
L'enjeu du programme est de préparer un grand diner à partir d'ingrédients du terroir : 3 équipes chacune composée d'un chef et d'un guest, vont découvrir dans leur région respective, le mode de vie des producteurs et parcourir des paysages spectaculaires pour nourrir leur inspiration en vue de la préparation, en pleine nature, du dîner final.			
11:30:00 CHEF PAYS	Chef pays		00:26:00
Aux côtés de Brice Laurent Dubois, un chef concocte un plat inédit et facile à réaliser avec le produit ultramarin du jour. Entre partage de connaissances, conseils et astuces, les ingrédients d'Outre-mer n'auront plus de secret pour vous !			
11:57:00 LES PETITS MOTS	4. PETITS MOTS - COMMENT LE TRINEAU PEUT VOLER		00:02:00
Série de modules spécial Noël			
12:00:00 Le journal de 12H00	22/12/2024		00:15:00
12:16:00 CARTE AUX TRESORS SAISON 8 (LA)	LCAT - HYERES - SANS AUDIOTEL		02:16:00
HYERES n° 35 Ce numéro inédit se déroule dans cette zone de jeu qui s'étend des hauteurs de la ville sur les contreforts du Massif des Maures, jusqu'à l'île de Porquerolles, en passant par la cité médiévale et la presqu'île de Giens ! Les deux candidats, Elodie et Frédéric, vont devoir résoudre des énigmes pour découvrir le Trésor et s'élancer dans un jeu de piste géant qui les emmènera à la découverte de la ville d'Hyères, des vestiges de son château construit au 11ème siècle qui nous offre un panorama d'exception de la presqu'île de Giens aux îles d'Or. Nous . La proximité avec la mer et la zone de jeu de ce soir nous permettra d'utiliser des bateaux...			
14:33:00 OUTREMER.LE MAG - SAISON 2 [SEPT 2022-JUIN 2023]	OUTREMER. LE MAG - S2 - MODULE 29		00:05:58
14:40:00 OUTREMER.LE MAG - SAISON 2 [SEPT 2022-JUIN 2023]	OUTREMER. LE MAG - S2 - MODULE 61		00:01:40
14:43:00 ALL RISE - SAISON 3	ALL RISE - SAISON 3		00:39:13
En dépit du dévouement de ses avocats, juges et autres procureurs chargés d'assurer le bon fonctionnement de la machine judiciaire, l'envers du décor de la justice américaine peut parfois se révéler absurde, voire chaotique. Et quand Lola Carmichael, adjointe respectée du procureur à Los Angeles, est fraîchement nommée juge, la jeune femme entend profiter de sa nouvelle position pour apporter sa pierre à l'édifice. Saura-t-elle composer avec les limites du système et se remettre en question ?			
15:23:00 ALL RISE - SAISON 3	ALL RISE - SAISON 3		00:39:42
En dépit du dévouement de ses avocats, juges et autres procureurs chargés d'assurer le bon fonctionnement de la machine judiciaire, l'envers du décor de la justice américaine peut parfois se révéler absurde, voire chaotique. Et quand Lola Carmichael, adjointe respectée du procureur à Los Angeles, est fraîchement nommée juge, la jeune femme entend profiter de sa nouvelle position pour apporter sa pierre à l'édifice. Saura-t-elle composer avec les limites du système et se remettre en question ?			
16:04:00 MEURTRES DANS LE JURA	MEURTRES DANS LE JURA		01:32:27
<p>Anna Buisson, 44 ans, capitaine de gendarmerie à Moirans dans le Jura, est chargée d'enquêter sur la mort d'une guérisseuse retrouvée chez elle recouverte de pétales blancs. Des pétales qui sont la signature de la Dame Blanche, un fantôme qui hante les abords du lac de Vouglans depuis l'engloutissement du village pour permettre la construction du barrage. Pour l'assister dans son enquête, Eymeric Tournaut, 32 ans, vedette de la Section de Recherches de la gendarmerie de Lyon, et surtout petit-fils de la victime. Anna n'aurait pu imaginer pire coéquipier ! Les Tournaut n'ont ils pas causé la ruine de sa famille au moment de la construction du barrage, et poussé son père au suicide ? Eymeric Tournaut a certes tourné la page du passé, mais il a malgré tout hérité des dons de guérisseurs de ses ancêtres. Esprit cartésien contre intuition surdéveloppée, haine recuite entre leurs deux familles. L'enquête entre les deux gendarmes s'annonce électrique. Mais parfois les opposés s'attirent. Et cela tombe bien car ils devront apprendre à collaborer, d'autant que très vite un second meurtre se produit.</p> <p>Anna Buisson, 44 ans, capitaine de gendarmerie à Moirans dans le Jura, est chargée d'enquêter sur la mort d'une guérisseuse retrouvée chez elle recouverte de pétales blancs. Des pétales qui sont la signature de la Dame Blanche, un fantôme qui hante les abords du lac de Vouglans depuis l'engloutissement du village pour permettre la construction du barrage. Pour l'assister dans son enquête, Eymeric Tournaut, 32 ans, vedette de la Section de Recherches de la gendarmerie de Lyon, et surtout petit-fils de la victime. Anna n'aurait pu imaginer pire coéquipier ! Les Tournaut n'ont ils pas causé la ruine de sa famille au moment de la construction du barrage, et poussé son père au suicide ? Eymeric Tournaut a certes tourné la page du passé, mais il a malgré tout hérité des dons de guérisseurs de ses ancêtres. Esprit cartésien contre intuition surdéveloppée, haine recuite entre leurs deux familles. L'enquête entre les deux gendarmes s'annonce électrique. Mais parfois les opposés s'attirent. Et cela tombe bien car ils devront apprendre à collaborer, d'autant que très vite un second meurtre se produit.</p>			

HEURE TITRE	SOUS-TITRE	CARACTERISTIQUES	DUREE
17:37:00 THALASSA : AVENTURES EXTREMES 52'	THALASSA MARINE NATIONALE 52'		00:53:29
Diego Bunuel nous emmène au large de l'île Maurice dans l'Océan indien où un cameraman, René Heuzey, et un scientifique, François Sarano, suivent de puis plus de 10 ans la vie d'une famille de cachalots. A force de les écouter, de les regarder, de les filmer naître et grandir, il sont réusssi à reconstituer un arbre généalogique unique en son genre, mais surtout commencent à décrypter des comportements de sociabilisation et de communication uniques.			
18:31:00 THALASSA : AVENTURES EXTREMES 52'	THALASSA AUSTRALIE 52'		00:51:48
Peuplée d'animaux aussi fabuleux que dangereux comme les crocodiles marins, les méduses venimeuses, l'Australie est un concentré d'aventures extrêmes ! Le danger au bord du littoral est permanent. De forts courants peuvent entraîner les nageurs et pour les sauver, on peut compter sur les life-guards australiens, les meilleurs de la planète. Diego va les accompagner dans leur ronde quotidienne pour surveiller les plages mais il va aussi s'approcher au plus près d'un animal mythique qui défraie chaque année la chronique par ses attaques parfois mortelles : le grand requin blanc. Accompagné d'un des meilleurs spécialistes du squal, Diego va devoir s'immerger avec eux par 30 m de profondeur...			
19:24:00 LES PETITS MOTS	2. PETITS MOTS - AS-TU DEJA VU LE VRAI PÈRE NOEL		00:01:55
Série de modules spécial Noël			
19:27:00 Prévision météo nuit	22/12/24		00:01:30
19:29:30 Journal de 19H30 de Nouvelle-Calédonie	22/12/2024		00:25:00
19:55:00 Météo Nouvelle-Calédonie	22/12/2024		00:04:00
20:00:00 NAUTILUS	GUERRE FROIDE		00:49:32
Le Dreadnought coupe court au voyage du Nautilus et les deux vaisseaux se retrouvent piégés dans les glaces de l'Arctique. Les conditions climatiques ne leur présagent qu'une mort glaciale et la survie des uns dépend de celle des autres, les forçant donc à conclure une trêve.			
20:51:00 NAUTILUS	LE POINT DE BASCULE		00:46:24
Alors que le Nautilus parcourt les eaux glaciales sous la glace arctique, l'impudence de Nemo met l'équipage à l'épreuve, jusqu'au point de rupture conduisant à une mutinerie. Nemo est fait prisonnier, mais le navire atteint le nord magnétique et tous ses systèmes électriques tombent en panne, le laissant enseveli dans une potentielle tombe glacée.			
21:38:00 MEURTRES A PORQUEROLLES	MEURTRES A PORQUEROLLES		01:27:48
« Le corps sans vie d'une femme de 60 ans est découvert sur la plage de l'Alcaystre, Elisabeth Carlson était une artiste peintre et une figure appréciée de l'île. Des brûlures ornent son visage, comme si elle avait croisé la Lycastre, le fameux dragon de la légende qui a donné son nom à la baie. Arnaud de Crécy (45 ans), le très sérieux substitut du procureur, lui-même enfant du pays, va devoir mener l'enquête avec Charlie Buczkowski (47 ans), une fantasque commandante de police fraîchement mutée de Seine Saint-Denis ».			
« Le corps sans vie d'une femme de 60 ans est découvert sur la plage de l'Alcaystre, Elisabeth Carlson était une artiste peintre et une figure appréciée de l'île. Des brûlures ornent son visage, comme si elle avait croisé la Lycastre, le fameux dragon de la légende qui a donné son nom à la baie. Arnaud de Crécy (45 ans), le très sérieux substitut du procureur, lui-même enfant du pays, va devoir mener l'enquête avec Charlie Buczkowski (47 ans), une fantasque commandante de police fraîchement mutée de Seine Saint-Denis ».			
23:07:00 Météo Nouvelle-Calédonie	22/12/2024		00:04:00
23:12:00 JOURNAL WEEK-END 13H	Journal Week-End 13H 22/12/2024		00:21:00
23:34:00 FAMILLES DE LEGENDE	19/11/2023 - BOCUSE - BERNACHON LA GASTRONOMIE EN HERITAGE		00:44:54
00:25:00 FOOT - COUPE DE FRANCE 2024	21-22/12/2024 multiplex - Foot 1/32ème finale- Coupe de Fran		02:10:00
02:40:00 EMISSION NC	Clips Calédonie		00:35:00
03:17:00 COULEURS OUTREMERS - SAISON 7	(011)		00:26:29

HEURE TITRE	SOUS-TITRE	CARACTERISTIQUES	DUREE
<p>« Couleurs Outremer » est un magazine de société : celles de l'outre-mer ! Dans chaque numéro, les histoires se mêlent, les personnages se croisent, et les couleurs se déploient en arc-en-ciel. Les diables rouges du carnaval de la Martinique côtoient les perles noires de Tahiti, les pétards roses des chinois de la Réunion succèdent aux caïmans bruns de Guyane, le rhum blanc de Guadeloupe lance les masques jaunes des femmes de Mayotte, la paille grise des cases de Nouvelle-Calédonie répond au multicolore des nattes de Wallis, et le bleu des chars à voile de Saint-Pierre et Miquelon tranche avec le blanc de sa banquise.</p> <p>Chaque sujet est construit autour de séquences de vie illustrant le propos. Des interviews en situation, des décors naturels flamboyants, au service d'une histoire et avec un ton général décalé. Les picolettes en Guyane - L'ylang-ylang à Mayotte - Les descendants de japonais en Nouvelle-Calédonie - La communauté hindoue de Guadeloupe</p>			
03:44:00	OUTREMER.LE MAG - SAISON 2 [SEPT 2022-JUIN 2023]	OUTREMER. LE MAG - S2 - MODULE 54	00:02:42
03:48:00	Endemix Live	Attregiti	00:26:10