

F3 AUVERGNE RHÔNE ALPES

Samedi 4 Octobre 2025

**11.15 NOS TERRES GOURMANDES
LE BONHEUR EST DANS LE PILAT**

durée : 26' MAGAZINE / Cuisine, gastronomie
Auvergne-Rhône-Alpes

12.25 ICI 12/13 - RHONE ALPES

durée : 25' JOURNAL TELEWISE / Information
Rhône
EN DIRECT

12.25 ICI 12/13 - ALPES

durée : 25' JOURNAL TELEWISE / Information
Alpes
EN DIRECT

12.25 ICI 12/13 - AUVERGNE

durée : 25' JOURNAL TELEWISE / Information
Auvergne
EN DIRECT

19.15 ICI 19/20 - RHONE ALPES

durée : 32' JOURNAL TELEWISE / Information
Rhône
EN DIRECT

19.15 ICI 19/20 - ALPES

durée : 32' JOURNAL TELEWISE / Information
Alpes
EN DIRECT

19.15 ICI 19/20 - AUVERGNE

durée : 32' JOURNAL TELEWISE / Information
Auvergne
EN DIRECT

F3 AUVERGNE RHÔNE ALPES

Dimanche 5 Octobre 2025

11.10 DIMANCHE EN POLITIQUE - RHONE ALPES

durée : 26' Plateau débat / Politique
Rhône

11.10 DIMANCHE EN POLITIQUE - ALPES

durée : 26' Plateau débat / Politique
Alpes

11.10 DIMANCHE EN POLITIQUE - AUVERGNE

durée : 26' Plateau débat / Politique
Auvergne

12.35 ICI 12/13 - RHONE ALPES

durée : 13' JOURNAL TELEVISE / Information
Rhône
EN DIRECT

12.35 ICI 12/13 - ALPES

durée : 13' JOURNAL TELEVISE / Information
Alpes
EN DIRECT

12.35 ICI 12/13 - AUVERGNE

durée : 13' JOURNAL TELEVISE / Information
Auvergne
EN DIRECT

12.55 CHRONIQUES D'EN HAUT

VAL DE THONES, A L'ECOLE DES ALPAGES

durée : 26' MAGAZINE / Montagne
AUVERGNE RHONE ALPES

Dans le massif des Aravis, de jeunes passionnés de 18 à 22 ans se forment aux métiers de l'alpage et de la transformation fromagère à l'école de Sulens, au-dessus de Thônes.

19.15 ICI 19/20 - RHONE ALPES

durée : 32' JOURNAL TELEVISE / Information
Rhône
EN DIRECT

19.15 ICI 19/20 - ALPES

durée : 32' JOURNAL TELEVISE / Information
Alpes
EN DIRECT

19.15 ICI 19/20 - AUVERGNE

durée : 32' JOURNAL TELEVISE / Information

Auvergne
EN DIRECT

F3 AUVERGNE RHÔNE ALPES

Lundi 6 Octobre 2025

06.30 ICI MATIN - SAINT ETIENNE LOIRE

durée : 2h29' MAGAZINE / Information
Locale St Etienne
EN DIRECT

06.30 ICI MATIN - DROME ARDECHE

durée : 2h29' MAGAZINE / Information
Locale Grand Lyon
EN DIRECT

06.30 ICI MATIN - ISERE

durée : 2h29' MAGAZINE / Information
Isère
EN DIRECT

06.30 ICI MATIN - PAYS DE SAVOIE

durée : 2h29'
Pays de Savoie
EN DIRECT

09.05 ALORS ON BOUGE EN REGION

FITNESS CARDIO RENFORCEMENT FACILE SOPHIE

durée : 26' MAGAZINE / SPORTS
AUVERGNE RHONE ALPES

Présentation: Valérie COPIN

Séance de cardio et renforcement facile.

Séance pour débutants, elle permet de combiner exercices de renforcement et de cardio. C'est la séance qui permet de reprendre une activité pour prendre soin de vous.

09.30 DES CAILLOUX DANS LA CHAUSSURE

durée : 53' DOCUMENTAIRE / Société
AUVERGNE RHONE ALPES

Auteur: Mickael DAMPERON

Aux portes du Vercors, les habitants de Saint-Nazaire-en-Royans découvrent qu'une carrière de roches massives veut s'installer sur la petite montagne surplombant leur village, le mont Vanille. Abasourdi

par le gigantisme du projet, se sentant trahi par les élus, les habitants du village se mobilisent, chacun prenant part à sa manière au destin de son village. Une lutte qui raconte l'urgence très contemporaine de se mêler enfin de ce qui nous concerne.

11.10 NOS TERRES GOURMANDES

durée : 26' MAGAZINE / Cuisine, gastronomie
AUVERGNE RHONE ALPES

12.25 ICI 12/13 - RHONE ALPES

durée : 25' JOURNAL TELEVISIONNE / Information
Rhône
EN DIRECT

12.25 ICI 12/13 - ALPES

durée : 25' JOURNAL TELEVISIONNE / Information
Alpes
EN DIRECT

12.25 ICI 12/13 - AUVERGNE

durée : 25' JOURNAL TELEVISIONNE / Information
Auvergne
EN DIRECT

19.05 ICI 19/20 - SAINT ETIENNE

durée : 07' JOURNAL TELEVISIONNE / Information
Locale St Etienne
EN DIRECT

19.05 ICI 19/20 - GRAND LYON

durée : 07' JOURNAL TELEVISIONNE / Information
Locale Grand Lyon
EN DIRECT

19.15 ICI 19/20 - RHONE ALPES

durée : 32' JOURNAL TELEVISIONNE / Information
Rhône
EN DIRECT

19.05 ICI 19/20 - PROXIMITE ALPES

durée : 07' JOURNAL TELEVISIONNE / Information
Alpes
EN DIRECT

19.15 ICI 19/20 - ALPES

durée : 32' JOURNAL TELEVISIONNE / Information
Alpes
EN DIRECT

19.15 ICI 19/20 - AUVERGNE

durée : 40' JOURNAL TELEVISIONNE / Information
Auvergne

EN DIRECT

F3 AUVERGNE RHÔNE ALPES

Mardi 7 Octobre 2025

06.30 ICI MATIN - SAINT ETIENNE LOIRE

durée : 2h29' MAGAZINE / Information
Locale St Etienne
EN DIRECT

06.30 ICI MATIN - DROME ARDECHE

durée : 2h29' MAGAZINE / Information
Locale Grand Lyon
EN DIRECT

06.30 ICI MATIN - ISERE

durée : 2h29' MAGAZINE / Information
Isère
EN DIRECT

06.30 ICI MATIN - PAYS DE SAVOIE

durée : 2h29'
Pays de Savoie
EN DIRECT

09.05 COSY LE MAG DECO

LA MAISON VILLE DE NADINE

durée : 26' MAGAZINE / Loisirs
AUVERGNE RHONE ALPES

Réalisation: pascal GONZALES

Auteur: Anne DONTENVILLE, Anne DONTENVILLE

Réalisation: pascal GONZALES

Caroline Boeglin nous fait découvrir la maison de Nadine et Brice, dans la banlieue de Nancy.

Elle a transformé cette maison centenaire en ouvrant les espaces du rez-de-chaussée pour créer une grande pièce de vie. La déco s'illustre par des touches de vert, de moutarde et de rose. Nadine privilégie le mobilier chiné ou hérité, tout en personnalisant des pièces, comme un vaisselier qui vient d'être transformé pour la 4e fois. Elle initie Caroline à la pose de cannage et partage ses trouvailles dans une brocante locale. À l'étage, les chambres de ses filles sont décorées selon leurs goûts, tandis que la salle de douche allie meuble rétro et émaux de verre. Au dernier étage, la suite parentale mêle le vieux plancher peint à des meubles chinés et des plantes pour réguler l'humidité. Le jardin, autrefois en friche, est

*devenu un espace cosy avec terrasse, arbres fruitiers et potager.
Pour la virgule artisan, nous partons chez Hélène Etre, une céramiste
qui tourne et modèle ses pièces en les illustrant souvent aux crayons
d'oxydes.*

Réalisation : Pascal Gonzalez

09.30 CASSEE DEBOUT

durée : 52' DOCUMENTAIRE / PORTRAIT
AUVERGNE RHONE ALPES
Diffusé en AudioDescription

Réalisation: Franck SEURET, Yann RINEAU

*Cassée debout dresse le portrait d'une femme en lutte pour épargner
la destinée des autres, tout en refondant sa propre existence. Les
mots de Marie Rabatel sont d'autant plus précieux qu'ils sont rares.
Dans la salutaire vague de libération mondiale de la parole, celle
des personnes en situation de handicap peine à se faire entendre,
alors qu'elles sont au moins deux fois plus victimes de violences
sexuelles.
90 % des femmes autistes, comme Marie, ont en subi. Les enfants ayant
une déficience intellectuelle ont cinq fois plus de risques d'être
victimes d'abus sexuels que les autres enfants.
Pour faire avancer cette cause qu'elle incarne de toute son âme et
dans sa chair, Marie Rabatel enchaîne actions et prises de parole.
Cette bataille, Marie la mène pour les autres. En ce qui la concerne,
c'est trop tard. Cassée par les violences qu'elle a subies, elle vit
désormais par le combat et pour le combat.*

11.10 NOS TERRES GOURMANDES

durée : 26' MAGAZINE / Cuisine, gastronomie
AUVERGNE RHONE ALPES

12.25 ICI 12/13 - RHONE ALPES

durée : 25' JOURNAL TELEVISE / Information
Rhône
EN DIRECT

12.25 ICI 12/13 - ALPES

durée : 25' JOURNAL TELEVISE / Information
Alpes
EN DIRECT

12.25 ICI 12/13 - AUVERGNE

durée : 25' JOURNAL TELEVISE / Information
Auvergne
EN DIRECT

19.05 ICI 19/20 - SAINT ETIENNE

durée : 07' JOURNAL TELEVISE / Information
Locale St Etienne

EN DIRECT

19.05 ICI 19/20 - GRAND LYON

durée : 07' JOURNAL TELEVISION / Information
 Locale Grand Lyon
 EN DIRECT

19.15 ICI 19/20 - RHONE ALPES

durée : 32' JOURNAL TELEVISION / Information
 Rhône
 EN DIRECT

19.05 ICI 19/20 - PROXIMITE ALPES

durée : 07' JOURNAL TELEVISION / Information
 Alpes
 EN DIRECT

19.15 ICI 19/20 - ALPES

durée : 32' JOURNAL TELEVISION / Information
 Alpes
 EN DIRECT

19.15 ICI 19/20 - AUVERGNE

durée : 40' JOURNAL TELEVISION / Information
 Auvergne
 EN DIRECT

F3 AUVERGNE RHÔNE ALPES

Mercredi 8 Octobre 2025

06.30 ICI MATIN - SAINT ETIENNE LOIRE

durée : 2h29' MAGAZINE / Information
 Locale St Etienne
 EN DIRECT

06.30 ICI MATIN - DROME ARDECHE

durée : 2h29' MAGAZINE / Information
 Locale Grand Lyon
 EN DIRECT

06.30 ICI MATIN - ISERE

durée : 2h29' MAGAZINE / Information
 Isère
 EN DIRECT

06.30 ICI MATIN - PAYS DE SAVOIE

durée : 2h29'

Pays de Savoie
EN DIRECT

09.05 CHATEAU ! PAR ANDRE MANOUKIAN

NITRAY

durée : 13' MAGAZINE / Histoire
AUVERGNE RHONE ALPES

« Petit joyau de la renaissance le château de Nitray est bien entouré ! Entre Amboise et Chenonceau, il a su trouver sa place parmi les plus grands C'est Aimery Lopin maire de Tours qui va financer la construction de ce château au XVIème Siècle Entre son charme architectural, son parc à l'anglaise, son domaine forestier et sa tradition viticole, ici, il y a tout pour être heureux Alors c'est au son d'un hit à écouter sans modération mais à consommer avec, que nous allons découvrir ce magnifique édifice Red, red wine d'UB 40 Allez, suivez le guide, Château c'est parti ! »

09.20 CHATEAU ! PAR ANDRE MANOUKIAN

GAILLARD

durée : 13' MAGAZINE / Histoire
AUVERGNE RHONE ALPES

09.30 Le jeu des creatures

durée : 49' MAGAZINE / Arts et Spectacles
AUVERGNE RHONE ALPES

*Interprétation: EDHEA NOIRE, L'HOMME SEUL, EVA TGA, CATHERIEN
BAISE-EN-VILLE*

*LE MAGAZINE RApMCRApMATIF ET DApMSINVOLTE QUI CApmLABRE LES ARTISTES
DES CULTURES ALTERNATIVES ET LES INITIATIVES ARTISTIQUES ENGAGApMES.
Câ'EST UN JEU. Câ'EST UN SPECTACLE. Câ'EST UN MApmDIA
SHOWRApmCRApMATIF ET DApMSINVOLTE. Il y a une scène. Un trampoline.
Une piscine A balles. Un mini-golfchargé de souvenirs. Un DJ. Et
deux créatures étranges quianiment le tout. Ils s'appellent Apodos et
Eria. Ils accueillent l'invitéA-e du soir : unA-e artiste venuA-e
jouer avec sapropre image. Mais pas pour gagner. Pour se raconter.
Pour seréinventer. Pour déborder. Le je(u) des créatures, c'est ça :
un espace de fête et de faille, unshow pour dire â'ojeâ' en créant du
â'onous'. Un endroit oA¹ on traversedes jeux comme on traverse une
mue. Le plateau est vivant. L'artiste saute, tombe, rit, hésite,
choisit,partage.Chaque jeu active un souvenir. Chaque geste fait
jaillir une parole*

11.10 NOS TERRES GOURMANDES

durée : 26' MAGAZINE / Cuisine, gastronomie
AUVERGNE RHONE ALPES

12.25 ICI 12/13 - RHONE ALPES

durée : 25' JOURNAL TELEVISE / Information
Rhône

EN DIRECT

12.25 ICI 12/13 - ALPES

durée : 25' JOURNAL TELEVISION / Information
Alpes
EN DIRECT

12.25 ICI 12/13 - AUVERGNE

durée : 25' JOURNAL TELEVISION / Information
Auvergne
EN DIRECT

19.05 ICI 19/20 - SAINT ETIENNE

durée : 07' JOURNAL TELEVISION / Information
Locale St Etienne
EN DIRECT

19.05 ICI 19/20 - GRAND LYON

durée : 07' JOURNAL TELEVISION / Information
Locale Grand Lyon
EN DIRECT

19.15 ICI 19/20 - RHONE ALPES

durée : 32' JOURNAL TELEVISION / Information
Rhône
EN DIRECT

19.05 ICI 19/20 - PROXIMITE ALPES

durée : 07' JOURNAL TELEVISION / Information
Alpes
EN DIRECT

19.15 ICI 19/20 - ALPES

durée : 32' JOURNAL TELEVISION / Information
Alpes
EN DIRECT

19.15 ICI 19/20 - AUVERGNE

durée : 40' JOURNAL TELEVISION / Information
Auvergne
EN DIRECT

20.20 LA FRANCE EN BEAU

durée : 52'
AUVERGNE RHONE ALPES

F3 AUVERGNE RHÔNE ALPES

Jeudi 9 Octobre 2025

06.30 ICI MATIN - SAINT ETIENNE LOIRE

durée : 2h29' MAGAZINE / Information
Locale St Etienne
EN DIRECT

06.30 ICI MATIN - DROME ARDECHE

durée : 2h29' MAGAZINE / Information
Locale Grand Lyon
EN DIRECT

06.30 ICI MATIN - ISERE

durée : 2h29' MAGAZINE / Information
Isère
EN DIRECT

06.30 ICI MATIN - PAYS DE SAVOIE

durée : 2h29'
Pays de Savoie
EN DIRECT

09.05 LITTORAL

OUESSANT, ILE SERA UNE FANFARE

durée : 26'
AUVERGNE RHONE ALPES

09.30 A L'ECOLE DES VETOS

durée : 26' MAGAZINE / Animaux
AUVERGNE RHONE ALPES

Réalisation: Hervé CORBIERES

En stage à Bordeaux, Tom participe à l'examen de Aéro, le chat qui n'arrive plus à uriner. A l'école, Lenaïg et son groupe apprennent à manipuler des animaux sauvages en s'entraînant sur... des cadavres d'oiseaux. Toujours en remplacement à Gaillac, Alexandre examine un bichon maltais qui a des problèmes cutanés. A la clinique équine de l'école nationale vétérinaire de Toulouse, Pauline s'occupe d'un cheval tousse tout en ayant des problèmes digestifs.

09.55 EN TERRE ANIMALE

durée : 26'
AUVERGNE RHONE ALPES

11.10 NOS TERRES GOURMANDES

durée : 26' MAGAZINE / Cuisine, gastronomie
AUVERGNE RHONE ALPES

12.25 ICI 12/13 - RHONE ALPES

durée : 25' JOURNAL TELEVISE / Information
Rhône
EN DIRECT

12.25 ICI 12/13 - ALPES

durée : 25' JOURNAL TELEVISE / Information
Alpes
EN DIRECT

12.25 ICI 12/13 - AUVERGNE

durée : 25' JOURNAL TELEVISE / Information
Auvergne
EN DIRECT

19.05 ICI 19/20 - SAINT ETIENNE

durée : 07' JOURNAL TELEVISE / Information
Locale St Etienne
EN DIRECT

19.05 ICI 19/20 - GRAND LYON

durée : 07' JOURNAL TELEVISE / Information
Locale Grand Lyon
EN DIRECT

19.15 ICI 19/20 - RHONE ALPES

durée : 32' JOURNAL TELEVISE / Information
Rhône
EN DIRECT

19.05 ICI 19/20 - PROXIMITE ALPES

durée : 07' JOURNAL TELEVISE / Information
Alpes
EN DIRECT

19.15 ICI 19/20 - ALPES

durée : 32' JOURNAL TELEVISE / Information
Alpes
EN DIRECT

19.15 ICI 19/20 - AUVERGNE

durée : 40' JOURNAL TELEVISE / Information
Auvergne
EN DIRECT

22.50 LE CANTIQUÉ DU QUANTIQUÉ

durée : 52' DOCUMENTAIRE / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION
AUVERGNE RHONE ALPES

Réalisation: Sandrine BAGARRY

Producteur: philippe DJIVAS

Un film drôle et pédagogique où la réalisatrice explore, aux côtés du

physicien Xavier Waintal, les enjeux critiques et fascinants de l'ordinateur quantique.

23.40 INEFFECTE ELOGE DE LA RATURE

durée : 52' DOCUMENTAIRE / Histoire, civilisations du monde
AUVERGNE RHONE ALPES

Réalisation: Lucie LAHOUTE, Stéphane MIQUEL

*Qu'y a-t-il au commencement de toute littérature ?
Un grand chaos de ratures...
Témoignages d'écrivains contemporains au plus intime
de leur pratique. Plongées dans les secrets, anecdotes
et repentirs des brouillons de Hugo, Proust, Flaubert,
Ernaux, bien d'autres... Surprenantes recherches
des experts en génétique du texte. Immersions,
en Normandie, pour explorer les hauts fonds d'archives
de l'Imec (Institut Mémoire des Ecritures contemporaines)
aux manuscrits et supports souvent improbables...
Un film comme un voyage, poétique et ludique, aux sources
de l'écriture. Pour se souvenir que créer, d'abord et avant tout,
c'est rater*

F3 AUVERGNE RHÔNE ALPES

Vendredi 10 Octobre 2025

06.30 ICI MATIN - SAINT ETIENNE LOIRE

durée : 2h29' MAGAZINE / Information
Locale St Etienne
EN DIRECT

06.30 ICI MATIN - DROME ARDECHE

durée : 2h29' MAGAZINE / Information
Locale Grand Lyon
EN DIRECT

06.30 ICI MATIN - ISERE

durée : 2h29' MAGAZINE / Information
Isère
EN DIRECT

06.30 ICI MATIN - PAYS DE SAVOIE

durée : 2h29'
Pays de Savoie
EN DIRECT

09.05 LA VIE A VELO

PARIS LA TENDANCE DES VIREES EN GROUPE

durée : 25' MAGAZINE / Cyclisme
AUVERGNE RHONE ALPES

*Présentation: MARION ROUSSE
Réalisation: DELPHINE VALEILLE
:,,
Réalisation: Delphine VALEILLE
Présentation: MARION ROUSSE
Réalisation: Delphine VALEILLE*

Décryptage d'une nouvelle tendance dans les grandes villes, les virées en groupe à toute heure du jour et de la nuit

Marion les connaît les groupes de sportifs sur les bords de route, mais de plus en plus de virées ouvertes à tous sportifs ou pas sont organisées en plein coeur des villes. Elle plonge dans la tendance.

09.30 CHRONIQUES D'EN HAUT

durée : 26' MAGAZINE / Montagne
AUVERGNE RHONE ALPES

09.55 MEDITERRANEO

durée : 26'
AUVERGNE RHONE ALPES

11.10 NOS TERRES GOURMANDES

durée : 26' JOURNAL TELEWISE / Information
AUVERGNE RHONE ALPES

12.25 ICI 12/13 - RHONE ALPES

durée : 25' JOURNAL TELEWISE / Information
Rhône
EN DIRECT

12.25 ICI 12/13 - ALPES

durée : 25' JOURNAL TELEWISE / Information
Alpes
EN DIRECT

12.25 ICI 12/13 - AUVERGNE

durée : 25' JOURNAL TELEWISE / Information
Auvergne
EN DIRECT

19.05 ICI 19/20 - SAINT ETIENNE

durée : 07' JOURNAL TELEWISE / Information
Locale St Etienne
EN DIRECT

19.05 ICI 19/20 - GRAND LYON

durée : 07' JOURNAL TELEWISE / Information

Locale Grand Lyon
EN DIRECT

19.15 ICI 19/20 - RHONE ALPES

durée : 32' JOURNAL TELEWISE / Information
Rhône
EN DIRECT

19.05 ICI 19/20 - PROXIMITE ALPES

durée : 07' JOURNAL TELEWISE / Information
Alpes
EN DIRECT

19.15 ICI 19/20 - ALPES

durée : 32' JOURNAL TELEWISE / Information
Alpes
EN DIRECT

19.15 ICI 19/20 - AUVERGNE

durée : 40' JOURNAL TELEWISE / Information
Auvergne
EN DIRECT
