F3 BOURGOGNE FRANCHE-COMTÉ **Samedi 7 Novembre 2026**

11.15 LE GOUT DES RENCONTRES EN NOUVELLE-AQUITAINE
DECOUVERTE DU SARRAZIN EN CORREZE
durée : 25' MAGAZINE / Cuisine, gastronomie
BOURGOGNE FRANCHE-COMTE

Présentation: VALENTINE SLED
Réalisation: Damien AUGEYROLLES
Présentation: COLYNE RONGERE
Réalisation: Damien AUGEYROLLES

Et si les Bretons n'avaient pas le monopole de la galette de sarrasin ? Valentine Sled vous embarque en Corrèze pour vous le prouver ! â'oTourtou c'est ainsi que l'on nomme cette galette typique du département. Elle ressemble quasi trait pour trait A sa cousine bretonne. Et pour cause, elles ont le même ingrédient principal : le blé noir alias le sarrasin. Cette plante, A ne pas confondre avec une céréale, est emblématique du Limousin. Daniel, retraité et fervent défenseur du patrimoine local, la fait pousser sur quelques hectares. Grâce A lui et A Vincent, spécialiste de l'agriculture sur le Parc naturel régional de Millevaches, Valentine va devenir incollable sur le sarrasin, sur la façon dont on le cultive et le récolte A l'automne. D'ailleurs, A la minoterie voisine, on attend impatiemment la moisson ! Un autre Daniel, meunier celui-ci, va montrer A Valentine comment les graines de sarrasin sont transformées en farine. Evidemment, nos cuisiniers vont s'en donner A cA"ur joie derrière les fourneaux ! Cuit, toasté, transformé en crackers... le sarrasin sera travaillé sous toutes ses formes !

12.00 ENQUETES DE REGION LE MAG
Lille : La transition de Tom
durée : 15' MAGAZINE / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION
BOURGOGNE FRANCHE-COMTE

12.55 CHATEAU
durée : 25' MAGAZINE / Cuisine, gastronomie
BOURGOGNE FRANCHE-COMTE

12.20 METEO - BOURGOGNE
METEO - BOURGOGNE (311)
durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo
Bourgogne

12.25 ICI 12/13 - BOURGOGNE
ICI 12/13 - BOURGOGNE(242)
durée : 25' JOURNAL TELEVISE / Information
Bourgogne

À 12h25, retrouvez toutes les informations locales, régionales, nationales et internationales de la mi-journée, présentées par la rédaction de France 3 Bourgogne.

12.20 METEO - FRANCHE COMTE
METEO - FRANCHE COMTE (311)
durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo
Franche-Comté

12.25 ICI 12/13 - FRANCHE COMTE
ICI 12/13 - FRANCHE COMTE(242)
durée : 25' JOURNAL TELEVISE / Information
Franche-Comté

Toutes les informations locales, régionales, nationales et internationales de la mi-journée, présentées par la rédaction de France 3 Franche-Comté. Le monde commence ICI, avec une information complète, vérifiée, analysée, décryptée par les journalistes de la rédaction.

12.55 MAG ART DE VIVRE
durée : 26'
BOURGOGNE FRANCHE-COMTE

18.55 LA MINUTE CURIEUSE DE PAPY LEANDRI
BALLON ANDREE
durée : 01' MAGAZINE / Histoire, civilisations du monde
Bourgogne

19.05 LA TETE A L'ENDROIT - SERIE 3 - N 79 A 111
L'ART DE LA TAXIDERMIE
durée : 04' MAGAZINE / Découverte
Bourgogne

Auteur: Léa SPEGT
Producteur: MAXIME OWYSZER
Réalisation: Léa SPEGT

Guillaume découvre l'art de la taxidermie en Côte d'Or auprès d'un professionnel chevronné. Véritable mémoire de la faune, cet artisanat permet de conserver et magnifier la beauté animale. Guillaume n'aura pas peur d'approcher les espèces les plus sauvages !

19.10 PLEIN FEU - BOURGOGNE
PLEIN FEU - BOURGOGNE S45 MODD
durée : 01' SPOT / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION
Bourgogne

L'indispensable programme culturel de vos sorties et loisirs en Bourgogne ! Plein Feu, c'est se distraire, se cultiver et s'amuser ! Retrouvez des idées de balades au grand air, des virées dans des lieux insolites, des concerts et spectacles immanquables, des escapades au plus près du patrimoine de notre région.

19.10 METEO - BOURGOGNE
METEO - BOURGOGNE (311)
durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo
Bourgogne

19.15 ICI 19/20 - BOURGOGNE
ICI 19/20 - BOURGOGNE(243)
durée : 32' JOURNAL TELEVISE / Information
Bourgogne

L'information vue d'ici. Chaque soir, le grand journal de votre région, avec toute l'info locale, régionale, nationale et internationale. Des reportages, des invités, des analyses, des rubriques pour un traitement de l'actualité en prise directe avec la Bourgogne.

18.55 LA MINUTE CURIEUSE DE PAPY LEANDRI
BALLON ANDREE
durée : 01' MAGAZINE / Histoire, civilisations du monde
Franche-Comté

19.05 LA TETE A L'ENDROIT - SERIE 3 - N 79 A 111
L'ART DE LA TAXIDERMIE
durée : 04' MAGAZINE / Découverte
Franche-Comté

Auteur: Léa SPEGT
Producteur: MAXIME OWYSZER
Réalisation: Léa SPEGT

Guillaume découvre l'art de la taxidermie en Côte d'Or auprès d'un professionnel chevronné. Véritable mémoire de la faune, cet artisanat permet de conserver et magnifier la beauté animale. Guillaume n'aura pas peur d'approcher les espèces les plus sauvages !

19.10 PLEIN FEU - FRANCHE COMTE
PLEIN FEU - FRANCHE COMTE S45 MODD
durée : 01' SPOT / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION
Franche-Comté

L'indispensable programme culturel de vos sorties et loisirs en Franche-Comté ! Plein Feu, c'est se distraire, se cultiver et s'amuser ! Retrouvez des idées de balades au grand air, des virées dans des lieux insolites, des concerts et spectacles immanquables, des escapades au plus près du patrimoine de notre région.

19.10 METEO - FRANCHE COMTE
METEO - FRANCHE COMTE (311)
durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo
Franche-Comté

19.15 ICI 19/20 - FRANCHE COMTE
ICI 19/20 - FRANCHE COMTE(243)
durée : 32' JOURNAL TELEVISE / Information
Franche-Comté

L'information vue d'ici. Chaque soir, le grand journal de votre région, avec toute l'info locale, régionale, nationale et internationale. Des reportages, des invités, des analyses, des rubriques telles que Entre ces murs et Esprit d'équipe pour un traitement de l'actualité en prise directe avec la Franche-Comté.

20.30 METEO - BOURGOGNE
METEO - BOURGOGNE (311)
durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo
Bourgogne

20.30 METEO - FRANCHE COMTE
METEO - FRANCHE COMTE (311)
durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo
Franche-Comté

F3 BOURGOGNE FRANCHE-COMTÉ **Dimanche 8 Novembre 2026**

11.25 DIMANCHE EN POLITIQUE - BOURGOGNE
DIMANCHE EN POLITIQUE - BOURGOGNE(011)
durée : 26' MAGAZINE / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION
Bourgogne
EN DIRECT

Débattons de votre quotidien ! Dimanche en politique fait vivre la démocratie en Bourgogne avec des personnalités politiques, des citoyens engagés et des experts. Dimanche en politique, c'est le média de tous les débats. Autour de questions de société et de thèmes d'actualité, les élus et acteurs de la région échangent leurs points de vue et leurs solutions avec Elsa Bezin, Gabriel Talon et Vincent Thollet.

11.25 DIMANCHE EN POLITIQUE - FRANCHE COMTE
DIMANCHE EN POLITIQUE - FRANCHE COMTE(011)
durée : 26' MAGAZINE / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION
Franche-Comté
EN DIRECT

Débattons de votre quotidien ! Dimanche en politique fait vivre la démocratie en Franche-Comté avec des personnalités politiques, des citoyens engagés et des experts. Dimanche en politique, c'est le média de tous les débats. Autour de questions de société et de thèmes d'actualité, les élus et acteurs de la région échangent leurs points de vue et leurs solutions.

12.35 METEO - BOURGOGNE
METEO - BOURGOGNE (312)
durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo
Bourgogne

12.35 ICI 12/13 - BOURGOGNE
ICI 12/13 - BOURGOGNE(243)
durée : 13' JOURNAL TELEVISE / Information
Bourgogne

À 12h25, retrouvez toutes les informations locales, régionales, nationales et internationales de la mi-journée, présentées par la rédaction de France 3 Bourgogne.

12.35 METEO - FRANCHE COMTE
METEO - FRANCHE COMTE (312)
durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo
Franche-Comté

12.35 ICI 12/13 - FRANCHE COMTE
ICI 12/13 - FRANCHE COMTE(243)
durée : 13' JOURNAL TELEVISE / Information
Franche-Comté

Toutes les informations locales, régionales, nationales et internationales de la mi-journée, présentées par la rédaction de France 3 Franche-Comté. Le monde commence ICI, avec une information complète, vérifiée, analysée, décryptée par les journalistes de la rédaction.

12.55 FAMILLES D'ICI LES DUCHERPOZAT, MACONS DU PATRIMOI
durée : 26' MAGAZINE / Société
BOURGOGNE FRANCHE-COMTE

Réalisation: Guillaume RENARD
Auteur: Cyril HINAUT
: Guillaume RENARD

Depuis plus de quatre siècles et quinze générations, la famille Ducherpozat perpétue avec passion l'art de la maçonnerie. Ancrés à Fixin, en Côte-d'Or, depuis 1830, ces bâtisseurs bourguignons nous ouvrent les portes de leur univers. Cyril Hinaut part à la découverte de cette dynastie fascinante, où chaque pierre raconte une histoire, chaque geste est un héritage. Un voyage captivant au coeur d'une lignée hors du commun.

18.55 JOURNAL DES TALENTS
JOURNAL DES TALENTS(054)
durée : 07' Flash / Information
BOURGOGNE FRANCHE-COMTE

19.00 LES EXPERTS D'ICI
EXPERTS D'ICI DU 08/11
durée : 03' MAGAZINE / Loisirs, vie quotidienne, vie pratique
Bourgogne

19.10 PLEIN FEU - BOURGOGNE
PLEIN FEU - BOURGOGNE S45 MODE
durée : 01' SPOT / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION
Bourgogne

L'indispensable programme culturel de vos sorties et loisirs en Bourgogne ! Plein Feu, c'est se distraire, se cultiver et s'amuser ! Retrouvez des idées de balades au grand air, des virées dans des lieux insolites, des concerts et spectacles immanquables, des escapades au plus près du patrimoine de notre région.

19.10 METEO - BOURGOGNE
METEO - BOURGOGNE (312)
durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo
Bourgogne

19.15 ICI 19/20 - BOURGOGNE
ICI 19/20 - BOURGOGNE(244)
durée : 32' JOURNAL TELEVISE / Information
Bourgogne

L'information vue d'ici. Chaque soir, le grand journal de votre région, avec toute l'info locale, régionale, nationale et internationale. Des reportages, des invités, des analyses, des rubriques pour un traitement de l'actualité en prise directe avec la Bourgogne.

19.00 LES EXPERTS D'ICI
EXPERTS D'ICI DU 08/11
durée : 03' MAGAZINE / Loisirs, vie quotidienne, vie pratique
Franche-Comté

19.10 PLEIN FEU - FRANCHE COMTE

PLEIN FEU - FRANCHE COMTE S45 MODD
durée : 01' SPOT / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION
Franche-Comté

L'indispensable programme culturel de vos sorties et loisirs en Franche-Comté ! Plein Feu, c'est se distraire, se cultiver et s'amuser ! Retrouvez des idées de balades au grand air, des virées dans des lieux insolites, des concerts et spectacles immanquables, des escapades au plus près du patrimoine de notre région.

19.10 METEO - FRANCHE COMTE
METEO - FRANCHE COMTE (312)
durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo
Franche-Comté

19.15 ICI 19/20 - FRANCHE COMTE
ICI 19/20 - FRANCHE COMTE(244)
durée : 32' JOURNAL TELEVISE / Information
Franche-Comté

L'information vue d'ici. Chaque soir, le grand journal de votre région, avec toute l'info locale, régionale, nationale et internationale. Des reportages, des invités, des analyses, des rubriques telles que Entre ces murs et Esprit d'équipe pour un traitement de l'actualité en prise directe avec la Franche-Comté.

20.00 METEO - BOURGOGNE
METEO - BOURGOGNE (312)
durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo
Bourgogne

20.00 METEO - FRANCHE COMTE
METEO - FRANCHE COMTE (312)
durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo
Franche-Comté

23.00 DRE
durée : 01'
BOURGOGNE FRANCHE-COMTE

F3 BOURGOGNE FRANCHE-COMTÉ Lundi 9 Novembre 2026

06.00 ALORS ON BOUGE EN REGION
FITNESS SPECIALE FESSIERS AVEC SOPHIE
durée : 26' MAGAZINE / SPORTS
BOURGOGNE FRANCHE-COMTE

Présentation: Sophie ROULAUD

Séance spéciale fessiers : les meilleurs exercices pour se muscler.

06.30 ICI MATIN - BOURGOGNE
ICI MATIN - BOURGOGNE(141)
durée : 2h31' MAGAZINE / Information
Côte d'Or-Saône et Loire

EN DIRECT

06.30 ICI MATIN - AUXERRE
ICI MATIN - AUXERRE(141)
durée : 2h31' MAGAZINE / Information
Yonne-Nièvre

06.30 ICI MATIN - BELFORT MONTBELIARD
ICI MATIN - BELFORT MONTBELIARD(141)
durée : 2h31' MAGAZINE / Information
Belfort-Montbéliard
EN DIRECT

Dès 6h30 du lundi au vendredi, les matinales France Bleu sur France 3, c'est le 1er rdv de la journée avec l'actualité locale, l'info pratique, la bonne humeur et les plus belles images de votre région. La radio s'écoute, elle se regarde également à Belfort-Montbéliard.

06.30 ICI MATIN - BESANCON
ICI MATIN - BESANCON(141)
durée : 2h31' MAGAZINE / Information
Besançon FC
EN DIRECT

11.00 C'EST SUCCULENT !
PAD THAI A LA CREOLE ET SORBET COCO, GWLADYS
durée : 26' MAGAZINE / Cuisine, gastronomie
BOURGOGNE FRANCHE-COMTE

Réalisation: LEBLOND GUILLAUME, CHAPELIER LOUIS

Leïla reçoit dans sa cuisine Gwladys, originaire comme elle de Guadeloupe. En Seine-et-Marne, cette gérante de cantine adore fusionner la cuisine de son enfance et la cuisine asiatique. L'occasion pour Leïla de réviser ses classiques en dégustant un délicieux Pad Thaï créole et un sorbet coco. Pour cette recette, nous cherchons du bon miel chez Mélanie. Puis, nous rencontrons Caroline, fabricante de pâtes artisanales. Enfin, nous dégustons les glaces onctueuses de trois amies â'ogivrées', Pauline, Alexandra et Emmanuelle.

11.30 HOMARD ET CORDON BLEU - RENTREE 2025
EM66 DANS LA CUISINE DE REGINE NORMANDIE
durée : 25' MAGAZINE / Cuisine, gastronomie
BOURGOGNE FRANCHE-COMTE

Réalisation: Magalie DOUARCHE

Cette semaine, surprise pour le chef Sylvain Guillemot : direction un lieu qu'il ne connaît pas encore, mais dont il connaît bien les produits la ferme EBEN. Nous y rencontrons Stéphane, éleveur de Black Angus, qui nous explique comment il veille au bien-être de ses animaux, de l'élevage jusqu'à l'abattage. La ferme EBEN est en effet la seule en France à posséder son propre abattoir, ce qui permet à l'éleveur d'abattre les vaches sur place, en évitant toute souffrance animale.
À quelques pas de là, le chef est accueilli dans la cuisine de Régine et son compagnon Nicolas, voisins de la ferme. Dans leur maison du lieu-dit La Foulerie où brûle un feu de cheminée, l'ambiance est chaleureuse et complice. Petit détour aussi par leur jardin, où

Nicolas a construit les serres qui regorgent de légumes et de plantes aromatiques.
Au menu : paleron et rognon de boeuf grillés au feu de bois, terrine de courgettes et tomates du jardin et salade de feuilles variées.
Un épisode généreux et convivial, marqué par la surprise, l'engagement et l'ancrage dans un terroir vivant.
À quelques pas de là, le chef est accueilli dans la cuisine de Régine et son compagnon Nicolas, voisins de la ferme. Dans leur maison du lieu-dit La Foulerie où brûle un feu de cheminée, l'ambiance est chaleureuse et complice. Petit détour aussi par leur jardin, où Nicolas a construit les serres qui regorgent de légumes et de plantes aromatiques.
Au menu : paleron et rognon de boeuf grillés au feu de bois, terrine de courgettes et tomates du jardin et salade de feuilles variées.
Un épisode généreux et convivial, marqué par la surprise, l'engagement et l'ancrage dans un terroir vivant.

09.05 LES EXPERTS D'ICI
EXPERTS D'ICI DU 09/11
durée : 26' MAGAZINE / Loisirs, vie quotidienne, vie pratique
BOURGOGNE FRANCHE-COMTE

09.30 Absinthe, histoire d'une controverse
durée : 52' DOCUMENTAIRE / Agriculture
BOURGOGNE FRANCHE-COMTE

Réalisation: FRED AUJAS

En 1915, la France décide d'interdire l'absinthe. Cet alcool mythique, née au coeur du massif du Jura, est devenue un danger public pour la Nation tout juste entrée en guerre. Cette prohibition brutale a des conséquences dramatiques : une crise économique sans précédent frappe alors toute une région et oblige les différents acteurs locaux à chercher une porte de sortie à ce désastre social. Pendant plus de cent ans, l'absinthe va survivre dans la clandestinité avant d'être à nouveau autorisée, jusqu'à se réinventer aujourd'hui.
L'absinthe ne se résume pas à sa consommation populaire et à ses effets psychotropes. Elle est le témoin d'une époque révolue, d'un territoire et de ses habitants. Au-delà du mythe, son histoire romanesque fascine encore aujourd'hui et dépasse les frontières.

11.00 REGIONS GOURMANDES 1
durée : 26'
BOURGOGNE FRANCHE-COMTE

12.15 PLEIN FEU - BOURGOGNE
PLEIN FEU - BOURGOGNE S46 MODB
durée : 01' SPOT / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION
Bourgogne

L'indispensable programme culturel de vos sorties et loisirs en Bourgogne ! Plein Feu, c'est se distraire, se cultiver et s'amuser ! Retrouvez des idées de balades au grand air, des virées dans des lieux insolites, des concerts et spectacles immanquables, des escapades au plus près du patrimoine de notre région.

12.20 METEO - BOURGOGNE
METEO - BOURGOGNE (313)
durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo

Bourgogne

12.25 ICI 12/13 - BOURGOGNE
ICI 12/13 - BOURGOGNE(244)
durée : 25' JOURNAL TELEVISE / Information
Bourgogne

À 12h25, retrouvez toutes les informations locales, régionales, nationales et internationales de la mi-journée, présentées par la rédaction de France 3 Bourgogne.

12.15 PLEIN FEU - FRANCHE COMTE
PLEIN FEU - FRANCHE COMTE S46 MODB
durée : 01' SPOT / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION
Franche-Comté

L'indispensable programme culturel de vos sorties et loisirs en Franche-Comté ! Plein Feu, c'est se distraire, se cultiver et s'amuser ! Retrouvez des idées de balades au grand air, des virées dans des lieux insolites, des concerts et spectacles immanquables, des escapades au plus près du patrimoine de notre région.

12.20 METEO - FRANCHE COMTE
METEO - FRANCHE COMTE (313)
durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo
Franche-Comté

12.25 ICI 12/13 - FRANCHE COMTE
ICI 12/13 - FRANCHE COMTE(244)
durée : 25' JOURNAL TELEVISE / Information
Franche-Comté

Toutes les informations locales, régionales, nationales et internationales de la mi-journée, présentées par la rédaction de France 3 Franche-Comté. Le monde commence ICI, avec une information complète, vérifiée, analysée, décryptée par les journalistes de la rédaction.

18.55 LA MINUTE CURIEUSE DE PAPY LEANDRI
VORTEX
durée : 01' MAGAZINE / Histoire, civilisations du monde
Bourgogne

19.00 PLEIN FEU - BOURGOGNE
PLEIN FEU - BOURGOGNE S46 MODA
durée : 01' SPOT / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION
Bourgogne

L'indispensable programme culturel de vos sorties et loisirs en Bourgogne ! Plein Feu, c'est se distraire, se cultiver et s'amuser ! Retrouvez des idées de balades au grand air, des virées dans des lieux insolites, des concerts et spectacles immanquables, des escapades au plus près du patrimoine de notre région.

19.05 METEO - BOURGOGNE
METEO - BOURGOGNE (313)
durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo
Bourgogne

18.55 LA MINUTE CURIEUSE DE PAPY LEANDRI

VORTEX
durée : 01' MAGAZINE / Histoire, civilisations du monde
Franche-Comté

19.00 PLEIN FEU - FRANCHE COMTE
PLEIN FEU - FRANCHE COMTE S46 MODA
durée : 01' SPOT / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION
Franche-Comté

L'indispensable programme culturel de vos sorties et loisirs en Franche-Comté ! Plein Feu, c'est se distraire, se cultiver et s'amuser ! Retrouvez des idées de balades au grand air, des virées dans des lieux insolites, des concerts et spectacles immanquables, des escapades au plus près du patrimoine de notre région.

19.05 METEO - FRANCHE COMTE
METEO - FRANCHE COMTE (313)
durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo
Franche-Comté

19.05 ICI 19/20 - RENDEZ VOUS CHEZ VOUS
ICI 19/20 - VERDUN-CIEL EN SAONE-ET-LOIRE
durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Information
BOURGOGNE FRANCHE-COMTE

Chaque soir de la semaine, les journalistes de France 3 Bourgogne-Franche-Comté vous font découvrir les villes, les villages et les quartiers de la région. Depuis plusieurs années, ils sillonnent les routes à la rencontre de Bourguignons et de Francs-Comtois qui ont des histoires à nous raconter sur les territoires qu'ils habitent et dans lesquels ils s'investissent.

19.15 ICI 19/20 - BOURGOGNE
ICI 19/20 - BOURGOGNE(245)
durée : 32' JOURNAL TELEVISE / Information
Bourgogne

L'information vue d'ici. Chaque soir, le grand journal de votre région, avec toute l'info locale, régionale, nationale et internationale. Des reportages, des invités, des analyses, des rubriques pour un traitement de l'actualité en prise directe avec la Bourgogne.

19.15 ON VOUS EMMENE ICI
durée : 07' MAGAZINE / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION
Bourgogne

19.15 ICI 19/20 - FRANCHE COMTE
ICI 19/20 - FRANCHE COMTE(245)
durée : 32' JOURNAL TELEVISE / Information
Franche-Comté

L'information vue d'ici. Chaque soir, le grand journal de votre région, avec toute l'info locale, régionale, nationale et internationale. Des reportages, des invités, des analyses, des rubriques telles que Entre ces murs et Esprit d'équipe pour un traitement de l'actualité en prise directe avec la Franche-Comté.

19.15 ON VOUS EMMENE ICI
durée : 07' MAGAZINE / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION
Franche-Comté

20.20 METEO - BOURGOGNE
METEO - BOURGOGNE (313)
durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo
Bourgogne

20.20 METEO - FRANCHE COMTE
METEO - FRANCHE COMTE (313)
durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo
Franche-Comté

F3 BOURGOGNE FRANCHE-COMTÉ Mardi 10 Novembre 2026

06.00 ALORS ON BOUGE EN REGION
YOGA ABDOS AVEC VALERIE
durée : 26' MAGAZINE / SPORTS
BOURGOGNE FRANCHE-COMTE

Présentation: Valérie COPIN

Une pratique mixant Yoga et Pilates pour renforcer sa sangle abdominale ,prévenir les maux de dos et avoir une meilleure tenue sue son tapis comme dans la vie.
Prêts à relever le défi?
Pratique intermédiaire

06.30 ICI MATIN - BOURGOGNE
ICI MATIN - BOURGOGNE(142)
durée : 2h31' MAGAZINE / Information
Côte d'Or-Saône et Loire
EN DIRECT

06.30 ICI MATIN - AUXERRE
ICI MATIN - AUXERRE(142)
durée : 2h31' MAGAZINE / Information
Yonne-Nièvre

06.30 ICI MATIN - BELFORT MONTBELIARD
ICI MATIN - BELFORT MONTBELIARD(142)
durée : 2h31' MAGAZINE / Information
Belfort-Montbéliard
EN DIRECT

Dès 6h30 du lundi au vendredi, les matinales France Bleu sur France 3, c'est le 1er rdv de la journée avec l'actualité locale, l'info pratique, la bonne humeur et les plus belles images de votre région.
La radio s'écoute, elle se regarde également à Belfort-Montbéliard.

06.30 ICI MATIN - BESANCON
ICI MATIN - BESANCON(142)
durée : 2h31' MAGAZINE / Information
Besançon FC
EN DIRECT

11.30 HOMARD ET CORDON BLEU - RENTREE 2025
EM67 DANS LA CUISINE DE MARIE-FRANCE PDL
durée : 25' MAGAZINE / Cuisine, gastronomie
BOURGOGNE FRANCHE-COMTE

Réalisation: Magalie DOUARCHE

Cette semaine, cap sur Louvigné, près de Laval, où Sylvain Guillemot rencontre Marie-France, professeure de danse afro-urbaine, coach fitness et animatrice d'ateliers de cuisine africaine. Entre énergie solaire et gestes précis, elle entraîne le chef dans son univers haut en couleurs.
Dans son carré potager, Sylvain cueille quelques fleurs de courgette, tandis que Marie-France lui fait découvrir les saveurs de son pays d'origine : les bananes plantains et les épices camerounaises qu'elle a rapportées dans ses valises. Un petit coup de klaxon interrompt la découverte : Stéphane, vendeur de fruits et légumes ambulant, passe proposer ses produits directement au portail. Marie-France en profite pour insister sur un ingrédient inattendu qu'elle tient absolument à intégrer au plat : un ananas !
Le beau temps aidant, la cuisine se déplace dehors, autour du barbecue. Chacun sort alors de sa zone de confort : Sylvain s'aventure sur un terrain qu'il explore rarement, celui des fruits exotiques et des saveurs venues d'ailleurs, tandis que Marie-France découvre avec curiosité les techniques et associations proposées par le chef.
Au menu, un audacieux sucré-salé : ananas grillé au beurre salé, purée et chips de banane plantain, filet de julienne cuit au barbecue, sauce verte aux épices camerounaises et fleurs de courgette garnies de poivrons trois couleurs celles du Cameroun ! poêlés avec du kiwi Le tout relevé au piment rouge du Cameroun.
Et parce qu'avec Marie-France, la cuisine rime toujours avec mouvement, elle parvient même à faire danser Sylvain qui ne s'en sort pas mal du tout !
Un épisode vibrant et joyeux, où la Bretagne et le Cameroun s'accordent au rythme du feu, des rires et des épices.

09.05 ALORS ON BOUGE EN REGION
YOGA PILATES FUSION AVEC VALERIE
durée : 26' MAGAZINE / SPORTS
BOURGOGNE FRANCHE-COMTE

Présentation: Valérie COPIN

Une pratique mixant Yoga et Pilates pour renforcer ses jambes et son centre.
Niveau intermédiaire

09.30 ALAMBIC
durée : 52' DOCUMENTAIRE / Société
BOURGOGNE FRANCHE-COMTE

Réalisation: Matthieu SIMON

Il y a un peu plus de 20 ans je me lançais dans la réalisation d'un film sur André Dick, un bouilleur ambulant normand. C'était le père de mon pote Vincent, avec qui j'étudiais à l'université de Rouen.
Je n'ai jamais pu achever ce film dont j'ai pourtant conservé les images DV imparfaites. Alors 20 ans plus tard, je reviens finir mon film autour de cet alambic, que

Vincent a depuis repris. Une histoire d'amitié retrouvée, qui me plonge dans l'univers singulier d'une activité, à proprement parler extraordinaire et nous entraîne, de village en village, de rencontre en rencontre dans un road movie normand.

11.00 C'EST SUCCULENT !
RIS DE VEAU SAUCE AU BRIE ET PUREE DE PDT, OLIVIER
durée : 25' MAGAZINE / Cuisine, gastronomie
BOURGOGNE FRANCHE-COMTE

Réalisation: LEBLOND GUILLAUME, CHAPELIER LOUIS

Leïla ouvre les portes de sa cuisine A Olivier, agriculteur et distillateur de gin et de whisky. L'agriculteur de Meaux a décidé de concocter sa recette phare, des ris de veau A la sauce au brie accompagnés d'un écrasé de pommes de terre. Au campus Bougainville, nous découvrons les veaux élevés par des éleveuses en herbe. Puis, nous faisons un tour chez Clément et Lucca pour tout connaître de la fabrication artisanale du brie de Meaux. Enfin, la famille Taveau nous ouvre ses portes pour nous éclairer sur la culture de la pomme de terre et la solidarité paysanne.

12.15 PLEIN FEU - BOURGOGNE
PLEIN FEU - BOURGOGNE S46 MODA
durée : 01' SPOT / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION
Bourgogne

L'indispensable programme culturel de vos sorties et loisirs en Bourgogne ! Plein Feu, c'est se distraire, se cultiver et s'amuser ! Retrouvez des idées de balades au grand air, des virées dans des lieux insolites, des concerts et spectacles immanquables, des escapades au plus près du patrimoine de notre région.

12.20 METEO - BOURGOGNE
METEO - BOURGOGNE (314)
durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo
Bourgogne

12.25 ICI 12/13 - BOURGOGNE
ICI 12/13 - BOURGOGNE(245)
durée : 25' JOURNAL TELEVISE / Information
Bourgogne

À 12h25, retrouvez toutes les informations locales, régionales, nationales et internationales de la mi-journée, présentées par la rédaction de France 3 Bourgogne.

12.15 PLEIN FEU - FRANCHE COMTE
PLEIN FEU - FRANCHE COMTE S46 MODA
durée : 01' SPOT / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION
Franche-Comté

L'indispensable programme culturel de vos sorties et loisirs en Franche-Comté ! Plein Feu, c'est se distraire, se cultiver et s'amuser ! Retrouvez des idées de balades au grand air, des virées dans des lieux insolites, des concerts et spectacles immanquables, des escapades au plus près du patrimoine de notre région.

12.20 METEO - FRANCHE COMTE

METEO - FRANCHE COMTE (314)
durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo
Franche-Comté

12.25 ICI 12/13 - FRANCHE COMTE
ICI 12/13 - FRANCHE COMTE(245)
durée : 25' JOURNAL TELEVISE / Information
Franche-Comté

Toutes les informations locales, régionales, nationales et internationales de la mi-journée, présentées par la rédaction de France 3 Franche-Comté. Le monde commence ICI, avec une information complète, vérifiée, analysée, décryptée par les journalistes de la rédaction.

18.55 LA MINUTE CURIEUSE DE PAPY LEANDRI
LE RHINO DE LOUIS XV
durée : 01' MAGAZINE / Histoire, civilisations du monde
Bourgogne

19.00 PLEIN FEU - BOURGOGNE
PLEIN FEU - BOURGOGNE S46 MODB
durée : 01' SPOT / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION
Bourgogne

L'indispensable programme culturel de vos sorties et loisirs en Bourgogne ! Plein Feu, c'est se distraire, se cultiver et s'amuser ! Retrouvez des idées de balades au grand air, des virées dans des lieux insolites, des concerts et spectacles immanquables, des escapades au plus près du patrimoine de notre région.

19.05 METEO - BOURGOGNE
METEO - BOURGOGNE (314)
durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo
Bourgogne

18.55 LA MINUTE CURIEUSE DE PAPY LEANDRI
LE RHINO DE LOUIS XV
durée : 01' MAGAZINE / Histoire, civilisations du monde
Franche-Comté

19.00 PLEIN FEU - FRANCHE COMTE
PLEIN FEU - FRANCHE COMTE S46 MODB
durée : 01' SPOT / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION
Franche-Comté

L'indispensable programme culturel de vos sorties et loisirs en Franche-Comté ! Plein Feu, c'est se distraire, se cultiver et s'amuser ! Retrouvez des idées de balades au grand air, des virées dans des lieux insolites, des concerts et spectacles immanquables, des escapades au plus près du patrimoine de notre région.

19.05 METEO - FRANCHE COMTE
METEO - FRANCHE COMTE (314)
durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo
Franche-Comté

19.05 ICI 19/20 - RENDEZ VOUS CHEZ VOUS
ICI 19/20 - GY EN HAUTE-SAONE
durée : 05' JOURNAL TELEVISE / Information

BOURGOGNE FRANCHE-COMTE

Chaque soir de la semaine, les journalistes de France 3 Bourgogne-Franche-Comté vous font découvrir les villes, les villages et les quartiers de la région. Depuis plusieurs années, ils sillonnent les routes à la rencontre de Bourguignons et de Francs-Comtois qui ont des histoires à nous raconter sur les territoires qu'ils habitent et dans lesquels ils s'investissent.

19.15 ICI 19/20 - BOURGOGNE
ICI 19/20 - BOURGOGNE(246)
durée : 32' JOURNAL TELEVISE / Information
Bourgogne

L'information vue d'ici. Chaque soir, le grand journal de votre région, avec toute l'info locale, régionale, nationale et internationale. Des reportages, des invités, des analyses, des rubriques pour un traitement de l'actualité en prise directe avec la Bourgogne.

19.15 ON VOUS EMMENE ICI
durée : 07' MAGAZINE / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION
Bourgogne

19.15 ICI 19/20 - FRANCHE COMTE
ICI 19/20 - FRANCHE COMTE(246)
durée : 32' JOURNAL TELEVISE / Information
Franche-Comté

L'information vue d'ici. Chaque soir, le grand journal de votre région, avec toute l'info locale, régionale, nationale et internationale. Des reportages, des invités, des analyses, des rubriques telles que Entre ces murs et Esprit d'équipe pour un traitement de l'actualité en prise directe avec la Franche-Comté.

19.15 ON VOUS EMMENE ICI
durée : 07' MAGAZINE / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION
Franche-Comté

20.20 METEO - BOURGOGNE
METEO - BOURGOGNE (314)
durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo
Bourgogne

20.20 METEO - FRANCHE COMTE
METEO - FRANCHE COMTE (314)
durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo
Franche-Comté

F3 BOURGOGNE FRANCHE-COMTÉ Mercredi 11 Novembre 202

11.00 C'EST SUCCULENT !
LES GATEAUX AUX QUETSCHES
durée : 26' MAGAZINE / Cuisine, gastronomie
BOURGOGNE FRANCHE-COMTE

Réalisation: Guillaume LEBLOND

Leïla Albert reçoit dans sa cuisine Patrick Beick, retraité et fin gourmet. Ensemble, ils vont préparer un délicieux gâteau aux quetsches avec un streusel aux noisettes. Le tout, avec des produits 100% alsaciens ! Les quetsches viennent de la ferme Dettling où Daniel les produit dans son verger de Westhoffen. Les noisettes du streusel viennent de Bergheim. Marc Rolli est l'un des seuls producteurs de noisettes de la région. Il nous livrera tous les secrets de ce délicieux fruit à coque.

12.20 PLEIN FEU - BOURGOGNE
PLEIN FEU - BOURGOGNE S46 MODB
durée : 01' SPOT / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION
Bourgogne

L'indispensable programme culturel de vos sorties et loisirs en Bourgogne ! Plein Feu, c'est se distraire, se cultiver et s'amuser ! Retrouvez des idées de balades au grand air, des virées dans des lieux insolites, des concerts et spectacles immanquables, des escapades au plus près du patrimoine de notre région.

12.20 METEO - BOURGOGNE
METEO - BOURGOGNE (315)
durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo
Bourgogne

12.20 PLEIN FEU - FRANCHE COMTE
PLEIN FEU - FRANCHE COMTE S46 MODC
durée : 01' SPOT / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION
Franche-Comté

L'indispensable programme culturel de vos sorties et loisirs en Franche-Comté ! Plein Feu, c'est se distraire, se cultiver et s'amuser ! Retrouvez des idées de balades au grand air, des virées dans des lieux insolites, des concerts et spectacles immanquables, des escapades au plus près du patrimoine de notre région.

12.20 METEO - FRANCHE COMTE
METEO - FRANCHE COMTE (315)
durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo
Franche-Comté

12.25 ICI 12/13 - BOURGOGNE FRANCHE COMTE
ICI 12/13 - BOURGOGNE FRANCHE COMTE(071)
durée : 25' JOURNAL TELEVISE / Information
BOURGOGNE FRANCHE-COMTE

L'information vue d'ici. Chaque midi, le grand journal de votre région, avec toute l'info locale, régionale, nationale et internationale. Des reportages, des invités, des analyses, des rubriques (ça se passe ici) pour un traitement de l'actualité en prise directe avec la Bourgogne-Franche-Comté.

18.55 LA MINUTE CURIEUSE DE PAPY LEANDRI
POINT ZERO
durée : 01' MAGAZINE / Histoire, civilisations du monde
Bourgogne

19.00 PLEIN FEU - BOURGOGNE

PLEIN FEU - BOURGOGNE S46 MODC
durée : 01' SPOT / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION
Bourgogne

L'indispensable programme culturel de vos sorties et loisirs en Bourgogne ! Plein Feu, c'est se distraire, se cultiver et s'amuser ! Retrouvez des idées de balades au grand air, des virées dans des lieux insolites, des concerts et spectacles immanquables, des escapades au plus près du patrimoine de notre région.

19.05 METEO - BOURGOGNE
METEO - BOURGOGNE (315)
durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo
Bourgogne

18.55 LA MINUTE CURIEUSE DE PAPY LEANDRI
POINT ZERO
durée : 01' MAGAZINE / Histoire, civilisations du monde
Franche-Comté

19.00 PLEIN FEU - FRANCHE COMTE
PLEIN FEU - FRANCHE COMTE S46 MODA
durée : 01' SPOT / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION
Franche-Comté

L'indispensable programme culturel de vos sorties et loisirs en Franche-Comté ! Plein Feu, c'est se distraire, se cultiver et s'amuser ! Retrouvez des idées de balades au grand air, des virées dans des lieux insolites, des concerts et spectacles immanquables, des escapades au plus près du patrimoine de notre région.

19.05 METEO - FRANCHE COMTE
METEO - FRANCHE COMTE (315)
durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo
Franche-Comté

19.05 ICI 19/20 - RENDEZ VOUS CHEZ VOUS
ICI 19/20 - BISSEY-LA-COTE EN COTE-D'OR
durée : 05' JOURNAL TELEVISE / Information
BOURGOGNE FRANCHE-COMTE

Chaque soir de la semaine, les journalistes de France 3 Bourgogne-Franche-Comté vous font découvrir les villes, les villages et les quartiers de la région. Depuis plusieurs années, ils sillonnent les routes à la rencontre de Bourguignons et de Francs-Comtois qui ont des histoires à nous raconter sur les territoires qu'ils habitent et dans lesquels ils s'investissent.

19.15 ICI 19/20 - BOURGOGNE FRANCHE COMTE
ICI 19/20 - BOURGOGNE FRANCHE COMTE(069)
durée : 32' JOURNAL TELEVISE / Information
BOURGOGNE FRANCHE-COMTE

L'information vue d'ici. Chaque soir, le grand journal de votre région, avec toute l'info locale, régionale, nationale et internationale. Des reportages, des invités, des analyses, des rubriques (ça se passe ici) pour un traitement de l'actualité en prise directe avec la Bourgogne-Franche-Comté.

19.45 ON VOUS EMMENE ICI
durée : 07' MAGAZINE / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION

Bourgogne

19.15 ON VOUS EMMENE ICI
durée : 07' MAGAZINE / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION
Franche-Comté

20.20 METEO - BOURGOGNE
METEO - BOURGOGNE (315)
durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo
Bourgogne

20.20 METEO - FRANCHE COMTE
METEO - FRANCHE COMTE (315)
durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo
Franche-Comté

23.00 DRE
durée : 26' MAGAZINE / Cuisine, gastronomie
BOURGOGNE FRANCHE-COMTE

F3 BOURGOGNE FRANCHE-COMTÉ Jeudi 12 Novembre 2026

06.00 ALORS ON BOUGE EN REGION
YOGA SCULPT FOCUS ABDOS
durée : 26' MAGAZINE / SPORTS
BOURGOGNE FRANCHE-COMTE

Une pratique visant le centre du corps .
Des abdos plus forts afin de consolider et protéger votre colonne vertébrale et corriger votre posture.
Niveau intermédiaire
Matériel : petit ballon soft

06.30 ICI MATIN - BOURGOGNE
ICI MATIN - BOURGOGNE(143)
durée : 2h31' MAGAZINE / Information
Côte d'Or-Saône et Loire
EN DIRECT

06.30 ICI MATIN - AUXERRE
ICI MATIN - AUXERRE(143)
durée : 2h31' MAGAZINE / Information
Yonne-Nièvre

06.30 ICI MATIN - BELFORT MONTBELIARD
ICI MATIN - BELFORT MONTBELIARD(143)
durée : 2h31' MAGAZINE / Information
Belfort-Montbéliard
EN DIRECT

Dès 6h30 du lundi au vendredi, les matinales France Bleu sur France 3, c'est le 1er rdv de la journée avec l'actualité locale, l'info pratique, la bonne humeur et les plus belles images de votre région.
La radio s'écoute, elle se regarde également à Belfort-Montbéliard.

06.30 ICI MATIN - BESANCON
ICI MATIN - BESANCON(143)
durée : 2h31' MAGAZINE / Information
Besançon FC
EN DIRECT

11.30 HOMARD ET CORDON BLEU - RENTREE 2025
DANS LA CUISINE DE MARIUS
durée : 25' MAGAZINE / Cuisine, gastronomie
BOURGOGNE FRANCHE-COMTE

Réalisation: Magalie DOUARCHE

Cette semaine, Sylvain Guillemot retrouve Marius et sa marraine Anne-Catherine à Agon-Coutainville. Marius, collégien curieux et gourmand, adore passer du temps en cuisine, surtout lorsqu'Anne-Catherine est à ses côtés pour l'épauler. Ensemble, ils arpentent le marché local, où la maraîchère fait découvrir au chef un légume insolite : la cyclanthère, une petite courge allongée au goût délicat. De retour à la maison, le trio se lance dans la préparation d'un menu haut en couleurs : des lasagnes au chorizo, des coquilles Saint-Jacques et du butternut, réunis dans une assiette façon tapas. Marius, appliqué et enthousiaste, goûte à tout avec un plaisir communicatif.
Un épisode qui montre qu'entre un ado timide et sa marraine cheffe en herbe, la cuisine devient un terrain de jeu où l'on rit autant qu'on se régale !

09.05 CHRONIQUES D'EN HAUT
HAUTE SAVOIE LA MONTAGNE ENTRE FRERES
durée : 26' MAGAZINE / Montagne
BOURGOGNE FRANCHE-COMTE

Originaires du Reposoir, un petit village des Aravis en Haute-Savoie, Nathan et Clovis Paulin ont suivi des trajectoires bien différentes, mais tournées vers les sommets et les activités extrêmes. Nathan est recordman de longueur en highline et son frère Clovis a intégré le Groupe militaire de haute montagne, un corps d'élite de l'armée française. Dans cet épisode, Laurent Guillaume part à leur rencontre.

09.30 MAG DU JEUDI MATIN
durée : 52'
BOURGOGNE FRANCHE-COMTE

11.00 C'EST SUCCULENT !
LE MILLEFEUILLE DE LEGUMES AU LANGRES DE BENOIT
durée : 26' MAGAZINE / Cuisine, gastronomie
BOURGOGNE FRANCHE-COMTE

Réalisation: Guillaume LEBLOND

Cette semaine, Leïla Albert reçoit dans sa cuisine Benoît Garnier, directeur du musée de la coutellerie de Nogent. Il réalise avec Leïla une recette fusion qui marie son amour pour la gastronomie italienne et celui de son terroir : un millefeuille de légumes au Langres.
L'occasion de rendre visite à Lydie Grégoire-Claude, de la fromagerie Germain, un des quatre derniers producteurs de fromage de Langres, et de faire un détour dans l'une des coutelleries artisanales du bassin nogentais, la coutellerie Mongin, pour découvrir les étapes de fabrication d'un couteau d'exception.

12.15 PLEIN FEU - BOURGOGNE
PLEIN FEU - BOURGOGNE S46 MODC
durée : 01' SPOT / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION
Bourgogne

L'indispensable programme culturel de vos sorties et loisirs en Bourgogne ! Plein Feu, c'est se distraire, se cultiver et s'amuser ! Retrouvez des idées de balades au grand air, des virées dans des lieux insolites, des concerts et spectacles immanquables, des escapades au plus près du patrimoine de notre région.

12.20 METEO - BOURGOGNE
METEO - BOURGOGNE (316)
durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo
Bourgogne

12.25 ICI 12/13 - BOURGOGNE
ICI 12/13 - BOURGOGNE(246)
durée : 25' JOURNAL TELEVISE / Information
Bourgogne

À 12h25, retrouvez toutes les informations locales, régionales, nationales et internationales de la mi-journée, présentées par la rédaction de France 3 Bourgogne.

12.15 PLEIN FEU - FRANCHE COMTE
PLEIN FEU - FRANCHE COMTE S46 MODA
durée : 01' SPOT / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION
Franche-Comté

L'indispensable programme culturel de vos sorties et loisirs en Franche-Comté ! Plein Feu, c'est se distraire, se cultiver et s'amuser ! Retrouvez des idées de balades au grand air, des virées dans des lieux insolites, des concerts et spectacles immanquables, des escapades au plus près du patrimoine de notre région.

12.20 METEO - FRANCHE COMTE
METEO - FRANCHE COMTE (316)
durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo
Franche-Comté

12.25 ICI 12/13 - FRANCHE COMTE
ICI 12/13 - FRANCHE COMTE(246)
durée : 25' JOURNAL TELEVISE / Information
Franche-Comté

Toutes les informations locales, régionales, nationales et internationales de la mi-journée, présentées par la rédaction de France 3 Franche-Comté. Le monde commence ICI, avec une information complète, vérifiée, analysée, décryptée par les journalistes de la rédaction.

18.55 LA MINUTE CURIEUSE DE PAPY LEANDRI
LE COLOMB BALADEUR
durée : 01' MAGAZINE / Histoire, civilisations du monde
Bourgogne

19.00 PLEIN FEU - BOURGOGNE
PLEIN FEU - BOURGOGNE S46 MODD

durée : 01' SPOT / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION
Bourgogne

L'indispensable programme culturel de vos sorties et loisirs en Bourgogne ! Plein Feu, c'est se distraire, se cultiver et s'amuser ! Retrouvez des idées de balades au grand air, des virées dans des lieux insolites, des concerts et spectacles immanquables, des escapades au plus près du patrimoine de notre région.

19.05 METEO - BOURGOGNE
METEO - BOURGOGNE (316)
durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo
Bourgogne

18.55 LA MINUTE CURIEUSE DE PAPY LEANDRI
LE COLOMB BALADEUR
durée : 01' MAGAZINE / Histoire, civilisations du monde
Franche-Comté

19.00 PLEIN FEU - FRANCHE COMTE
PLEIN FEU - FRANCHE COMTE S46 MODB
durée : 01' SPOT / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION
Franche-Comté

L'indispensable programme culturel de vos sorties et loisirs en Franche-Comté ! Plein Feu, c'est se distraire, se cultiver et s'amuser ! Retrouvez des idées de balades au grand air, des virées dans des lieux insolites, des concerts et spectacles immanquables, des escapades au plus près du patrimoine de notre région.

19.05 METEO - FRANCHE COMTE
METEO - FRANCHE COMTE (316)
durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo
Franche-Comté

19.05 ICI 19/20 - RENDEZ VOUS CHEZ VOUS
ICI 19/20 - CHAUSSIN DANS LE JURA
durée : 05' JOURNAL TELEVISE / Information
BOURGOGNE FRANCHE-COMTE

Chaque soir de la semaine, les journalistes de France 3 Bourgogne-Franche-Comté vous font découvrir les villes, les villages et les quartiers de la région. Depuis plusieurs années, ils sillonnent les routes à la rencontre de Bourguignons et de Francs-Comtois qui ont des histoires à nous raconter sur les territoires qu'ils habitent et dans lesquels ils s'investissent.

19.15 ICI 19/20 - BOURGOGNE
ICI 19/20 - BOURGOGNE(247)
durée : 32' JOURNAL TELEVISE / Information
Bourgogne

L'information vue d'ici. Chaque soir, le grand journal de votre région, avec toute l'info locale, régionale, nationale et internationale. Des reportages, des invités, des analyses, des rubriques pour un traitement de l'actualité en prise directe avec la Bourgogne.

19.15 ON VOUS EMMENE ICI
durée : 07' MAGAZINE / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION
Bourgogne

19.15 ICI 19/20 - FRANCHE COMTE
ICI 19/20 - FRANCHE COMTE(247)
durée : 32' JOURNAL TELEVISE / Information
Franche-Comté

L'information vue d'ici. Chaque soir, le grand journal de votre région, avec toute l'info locale, régionale, nationale et internationale. Des reportages, des invités, des analyses, des rubriques telles que Entre ces murs et Esprit d'équipe pour un traitement de l'actualité en prise directe avec la Franche-Comté.

19.15 ON VOUS EMMENE ICI
durée : 07' MAGAZINE / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION
Franche-Comté

20.20 METEO - BOURGOGNE
METEO - BOURGOGNE (316)
durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo
Bourgogne

20.20 METEO - FRANCHE COMTE
METEO - FRANCHE COMTE (316)
durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo
Franche-Comté

23.00 NAITRE SANS VIOLENCE, LA REVOLUTION FREDERICK LEBO
durée : 52' DOCUMENTAIRE / Biologie, médecine
BOURGOGNE FRANCHE-COMTE

Réalisation: Franck CUVEILLIER

Il y a 50 ans, Frédérick Leboyer, médecin-accoucheur parisien, réalise un film sans parole, ni commentaire, qui offre au regard du spectateur la naissance d'un enfant. Notre film-enquête retrouve la trace de ceux qui l'ont connu. Ils dévoilent comment, après un burn-out professionnel, cet accoucheur mondain va découvrir en Inde la source de ses propositions révolutionnaires : le calme et la pénombre au moment de la naissance, le bain du nouveau-né, la pratique du massage traditionnel des enfants ainsi que le chant carnatique pour faciliter l'accouchement des mères. Suivez son histoire, ses rencontres et voyages, qui ont révolutionné la manière de concevoir l'accouchement en Occident, dans des milliers de maternités soucieuses de bienveillance.

Production : Yade French Connection
Avec la participation de France Télévisions ICI Grand Est

23.50 NAITRE MERE
durée : 51' DOCUMENTAIRE / Société
BOURGOGNE FRANCHE-COMTE

Réalisation: Cécile KHINDRIA, Armelle DE ROCQUIGNY
: Armelle DE ROCQUIGNY, CÏ¿½CILE KHINDRIA

Devenir mère. Le bonheur incontesté. Incontestable. Et pourtant, la naissance d'un enfant bouleverse tout sur son passage. Dans ce documentaire, nous suivons Alexia, 26 ans, qui devient maman pour la première fois. Nous vivons avec elle ce saut vertigineux dans la

maternité. Nous la verrons naître mère, dans la tempête, sans fard, ni tabou.
La maternité, un sujet universel, souvent célébré pour sa beauté, mais rarement exploré dans toutes ses nuances. Le film Naître mère propose une plongée intime et authentique dans cette expérience bouleversante, au-delà de l'image idéalisée souvent véhiculée. À travers le parcours d'une jeune femme qui vit en Bourgogne et devient mère pour la première fois, le documentaire met en lumière les joies, mais aussi les défis profonds de cette transition. Du dernier trimestre de grossesse aux premiers mois de la vie de son bébé, cette nouvelle mère traverse des émotions intenses : bonheur, mais aussi douleurs, angoisses, et parfois un sentiment d'impuissance.

23.00 DRE
durée : 26' MAGAZINE / Cuisine, gastronomie
BOURGOGNE FRANCHE-COMTE

F3 BOURGOGNE FRANCHE-COMTÉ Vendredi 13 Novembre 202

06.00 ALORS ON BOUGE EN REGION
FITNESS RENFORCEMENT DES BRAS AVEC SOPHIE
durée : 26' MAGAZINE / SPORTS
BOURGOGNE FRANCHE-COMTE

Présentation: Sophie ROULAUD

Séance de renforcement des bras, affiner vos bras, tonifier votre triceps....et dites adieu "aux ailes de chauve souris".

06.30 ICI MATIN - BOURGOGNE
ICI MATIN - BOURGOGNE(144)
durée : 2h31' MAGAZINE / Information
Côte d'Or-Saône et Loire
EN DIRECT

06.30 ICI MATIN - AUXERRE
ICI MATIN - AUXERRE(144)
durée : 2h31' MAGAZINE / Information
Yonne-Nièvre

06.30 ICI MATIN - BELFORT MONTBELIARD
ICI MATIN - BELFORT MONTBELIARD(144)
durée : 2h31' MAGAZINE / Information
Belfort-Montbéliard
EN DIRECT

Dès 6h30 du lundi au vendredi, les matinales France Bleu sur France 3, c'est le 1er rdv de la journée avec l'actualité locale, l'info pratique, la bonne humeur et les plus belles images de votre région. La radio s'écoute, elle se regarde également à Belfort-Montbéliard.

06.30 ICI MATIN - BESANCON
ICI MATIN - BESANCON(144)
durée : 2h31' MAGAZINE / Information

Besançon FC
EN DIRECT

11.30 HOMARD ET CORDON BLEU - RENTREE 2025
DANS LA CUISINE D'OLIVIER
durée : 26' MAGAZINE / Cuisine, gastronomie
BOURGOGNE FRANCHE-COMTE

Réalisation: Magalie DOUARCHE

Cette semaine, Sylvain Guillemot part à la rencontre d'Olivier à Chavagne. Co-gérant de trois boulangeries à Rennes, il partage son temps entre ses fournils, sa compagne et co-gérante et leurs deux jeunes enfants, à qui il aime mijoter de bons petits plats. Amateur de champignons, Olivier emmène le chef dans le bois tout proche pour une cueillette de cèpes. Mais cette fois, les champignons se cachent et l'équipe manque de se perdre.
De retour à la maison, place à la gourmandise. Olivier propose de cuisiner l'un de ses plats fétiches : les ris de veau. Sylvain s'en inspire pour imaginer une création originale : un céleri surprise farci aux ris de veau accompagné de pommes de ris de veau rôtis nappées d'un jus de cuisson monté au beurre et relevé d'une étonnante pâte onctueuse au wasabi et à l'estragon.
Un épisode où se mêlent tendresse familiale, amour du goût et esprit d'aventure !

09.05 #STUDIO 3 WEB
#STUDIO 3 WEB(130)
durée : 11' MAGAZINE / SPECTACLES
BOURGOGNE FRANCHE-COMTE
Inédit TV

09.15 #STUDIO 3 WEB
#STUDIO 3 SHEIK ET ZERA
durée : 12' MAGAZINE
BOURGOGNE FRANCHE-COMTE
Inédit TV

09.25 #STUDIO 3 WEB
#STUDIO 3 LOMAN
durée : 14' MAGAZINE
BOURGOGNE FRANCHE-COMTE
Inédit TV

09.40 CHATEAU !
BRISSAC
durée : 13' MAGAZINE / Histoire
BOURGOGNE FRANCHE-COMTE

09.55 LES SORTIES D'ICI
SORTIES D'ICI DU 13/11
durée : 26' MAGAZINE / Loisirs, vie quotidienne, vie pratique
BOURGOGNE FRANCHE-COMTE

11.00 C'EST SUCCULENT !
LE MILLEFEUILLE DE LEGUMES AU LANGRES DE BENOIT
durée : 26' MAGAZINE / Cuisine, gastronomie
BOURGOGNE FRANCHE-COMTE

Réalisation: Guillaume LEBLOND

Cette semaine, Leïla Albert reçoit dans sa cuisine Benoît Garnier, directeur du musée de la coutellerie de Nogent. Il réalise avec Leïla une recette fusion qui marie son amour pour la gastronomie italienne et celui de son terroir : un millefeuille de légumes au Langres. L'occasion de rendre visite à Lydie Grégoire-Claude, de la fromagerie Germain, un des quatre derniers producteurs de fromage de Langres, et de faire un détour dans l'une des coutelleries artisanales du bassin nogentais, la coutellerie Mongin, pour découvrir les étapes de fabrication d'un couteau d'exception.

12.15 PLEIN FEU - BOURGOGNE
PLEIN FEU - BOURGOGNE S46 MODD
durée : 01' SPOT / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION
Bourgogne

L'indispensable programme culturel de vos sorties et loisirs en Bourgogne ! Plein Feu, c'est se distraire, se cultiver et s'amuser ! Retrouvez des idées de balades au grand air, des virées dans des lieux insolites, des concerts et spectacles immanquables, des escapades au plus près du patrimoine de notre région.

12.20 METEO - BOURGOGNE
METEO - BOURGOGNE (317)
durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo
Bourgogne

12.25 ICI 12/13 - BOURGOGNE
ICI 12/13 - BOURGOGNE(247)
durée : 25' JOURNAL TELEVISE / Information
Bourgogne

À 12h25, retrouvez toutes les informations locales, régionales, nationales et internationales de la mi-journée, présentées par la rédaction de France 3 Bourgogne.

12.15 PLEIN FEU - FRANCHE COMTE
PLEIN FEU - FRANCHE COMTE S46 MODC
durée : 01' SPOT / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION
Franche-Comté

L'indispensable programme culturel de vos sorties et loisirs en Franche-Comté ! Plein Feu, c'est se distraire, se cultiver et s'amuser ! Retrouvez des idées de balades au grand air, des virées dans des lieux insolites, des concerts et spectacles immanquables, des escapades au plus près du patrimoine de notre région.

12.20 METEO - FRANCHE COMTE
METEO - FRANCHE COMTE (317)
durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo
Franche-Comté

12.25 ICI 12/13 - FRANCHE COMTE
ICI 12/13 - FRANCHE COMTE(247)
durée : 25' JOURNAL TELEVISE / Information
Franche-Comté

Toutes les informations locales, régionales, nationales et internationales de la mi-journée, présentées par la rédaction de France 3 Franche-Comté. Le monde commence ICI, avec une information complète, vérifiée, analysée, décryptée par les journalistes de la rédaction.

18.55 LA MINUTE CURIEUSE DE PAPY LEANDRI
FOUDRE EN BOULE
durée : 01' MAGAZINE / Histoire, civilisations du monde
Bourgogne

19.00 PLEIN FEU - BOURGOGNE
PLEIN FEU - BOURGOGNE S46 MODE
durée : 01' SPOT / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION
Bourgogne

L'indispensable programme culturel de vos sorties et loisirs en Bourgogne ! Plein Feu, c'est se distraire, se cultiver et s'amuser ! Retrouvez des idées de balades au grand air, des virées dans des lieux insolites, des concerts et spectacles immanquables, des escapades au plus près du patrimoine de notre région.

19.05 METEO - BOURGOGNE
METEO - BOURGOGNE (317)
durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo
Bourgogne

18.55 LA MINUTE CURIEUSE DE PAPY LEANDRI
FOUDRE EN BOULE
durée : 01' MAGAZINE / Histoire, civilisations du monde
Franche-Comté

19.00 PLEIN FEU - FRANCHE COMTE
PLEIN FEU - FRANCHE COMTE S46 MODC
durée : 01' SPOT / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION
Franche-Comté

L'indispensable programme culturel de vos sorties et loisirs en Franche-Comté ! Plein Feu, c'est se distraire, se cultiver et s'amuser ! Retrouvez des idées de balades au grand air, des virées dans des lieux insolites, des concerts et spectacles immanquables, des escapades au plus près du patrimoine de notre région.

19.05 METEO - FRANCHE COMTE
METEO - FRANCHE COMTE (317)
durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo
Franche-Comté

19.05 ICI 19/20 - RENDEZ VOUS CHEZ VOUS
ICI 19/20 - EPERVANS EN SAONE-ET-LOIRE
durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Information
BOURGOGNE FRANCHE-COMTE

Chaque soir de la semaine, les journalistes de France 3 Bourgogne-Franche-Comté vous font découvrir les villes, les villages et les quartiers de la région. Depuis plusieurs années, ils sillonnent les routes à la rencontre de Bourguignons et de Francs-Comtois qui ont des histoires à nous raconter sur les territoires qu'ils habitent et dans lesquels ils s'investissent.

19.15 ICI 19/20 - BOURGOGNE
ICI 19/20 - BOURGOGNE(248)
durée : 32' JOURNAL TELEVISE / Information
Bourgogne

L'information vue d'ici. Chaque soir, le grand journal de votre région, avec toute l'info locale, régionale, nationale et internationale. Des reportages, des invités, des analyses, des rubriques pour un traitement de l'actualité en prise directe avec la Bourgogne.

19.15 ON VOUS EMMENE ICI
durée : 07' MAGAZINE / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION
Bourgogne

19.15 ICI 19/20 - FRANCHE COMTE
ICI 19/20 - FRANCHE COMTE(248)
durée : 32' JOURNAL TELEVISE / Information
Franche-Comté

L'information vue d'ici. Chaque soir, le grand journal de votre région, avec toute l'info locale, régionale, nationale et internationale. Des reportages, des invités, des analyses, des rubriques telles que Entre ces murs et Esprit d'équipe pour un traitement de l'actualité en prise directe avec la Franche-Comté.

19.15 ON VOUS EMMENE ICI
durée : 07' MAGAZINE / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION
Franche-Comté

20.20 METEO - BOURGOGNE
METEO - BOURGOGNE (317)
durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo
Bourgogne

20.20 METEO - FRANCHE COMTE
METEO - FRANCHE COMTE (317)
durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo
Franche-Comté

23.00 DRE
durée : 26' MAGAZINE / Cuisine, gastronomie
BOURGOGNE FRANCHE-COMTE
