

**F3 PAYS DE LA LOIRE**

**Samedi 21 Mars 2026**

**12.00 EDR LE MAG**

**ENQUETES DE REGIONS, LE MAG(064)**

durée : 15' MAGAZINE / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION  
PAYS DE LA LOIRE

---

**11.15 HOMARD ET CORDON BLEU - 1ER SEMESTRE 2026**

**ROMANE**

durée : 26' MAGAZINE / Cuisine, gastronomie  
PAYS DE LA LOIRE

*Cette semaine, Sylvain Guillemot se rend chez Ottmar, à Saint-Malo. D'origine bavaroise, Ottmar adore la cuisine française ! Ensemble ils vont rencontrer Tomy qui est pêcheur de coquilles Saint-Jacques en plongée. Ils reviennent de la criée avec des trésors à cuisiner dans la cuisine d'Ottmar et ce duo d'experts s'associe pour sublimer les coquilles Saint-Jacques, crues et les huîtres chaudes ! Une fois n'est pas coutume, Ottmar est sur-équipé ! De l'agar-agar, des couteaux qui coupent, une balance de précision, une mandoline de compétition... de quoi ravir notre chef ! Et quand Ottmar fait découvrir à Sylvain ses Bretzels... on ne sait plus qui de l'un ou de l'autre est le chef dans cette émission !*

---

**12.20 METEO - PAYS DE LA LOIRE**

**METEO - PAYS DE LA LOIRE (080)**

durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo  
PAYS DE LA LOIRE

*Les conditions météorologiques et les informations sur la qualité de l'air.*

---

**12.25 ICI 12/13 - PAYS DE LA LOIRE**

**ICI 12/13 - PAYS DE LA LOIRE(079)**

durée : 25' JOURNAL TELEVISE / Information  
PAYS DE LA LOIRE  
EN DIRECT

*Toute l'information régionale, nationale et internationale à la mi-journée avec reportages, invités, dossiers, duplex et décryptages. Présenté en alternance par Marion Naumann et Amélie Lepage. Rédaction en chef : Christine Vilvoisin*

---

**12.55 MAGAZINE ART DE VIVRE**

durée : 26' MAGAZINE / Découverte  
PAYS DE LA LOIRE

---

**19.00 LE JOURNAL DES TALENTS**

**JOURNAL DES TALENTS (LE)(034)**

durée : 07' MAGAZINE / PORTRAIT  
PAYS DE LA LOIRE

---

**19.10 METEO - PAYS DE LA LOIRE**

**METEO - PAYS DE LA LOIRE (080)**

durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo  
PAYS DE LA LOIRE

*Les conditions météorologiques et les informations sur la qualité de*

*l'air.*

---

**19.15 ICI 19/20 - PAYS DE LA LOIRE**

**ICI 19/20 - PAYS DE LA LOIRE(080)**

durée : 32' JOURNAL TELEWISE / Information  
PAYS DE LA LOIRE  
EN DIRECT

*Chaque soir, votre journal régional relie l'info locale aux grands événements, avec un regard ancré dans le territoire. La rédaction propose chaque soir un décryptage d'une actualité ou d'un fait de société. En fin de journal : un point sur l'actu nationale et internationale.*

*Rédaction en chef : Christine Vilvoisin*

---

**20.25 METEO - PAYS DE LA LOIRE**

**METEO - PAYS DE LA LOIRE (080)**

durée : 01' JOURNAL TELEWISE / Météo  
PAYS DE LA LOIRE

*Les conditions météorologiques et les informations sur la qualité de l'air.*

---

**F3 PAYS DE LA LOIRE**

**Dimanche 22 Mars 2026**

**11.05 DIMANCHE EN POLITIQUE - PAYS DE LA LOIRE**

**DIMANCHE EN POLITIQUE - PAYS DE LA LOIRE(005)**

durée : 26' MAGAZINE / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION  
PAYS DE LA LOIRE

*Chaque semaine, l'émission aborde un thème ou une problématique liée à l'actualité politique et sociétale des Pays de la Loire. Dimanche en Politique Pays de la Loire reçoit des élus et des acteurs du monde politique, économique ou associatif.*

*Présentation : Virginie Charbonneau, Jérémy Armand ou Maxime Jaglin*

*Rédaction en chef : Christine Vilvoisin*

---

**12.30 METEO - PAYS DE LA LOIRE**

**METEO - PAYS DE LA LOIRE (081)**

durée : 01' JOURNAL TELEWISE / Météo  
PAYS DE LA LOIRE

*Les conditions météorologiques et les informations sur la qualité de l'air.*

---

**12.35 ICI 12/13 - PAYS DE LA LOIRE**

**ICI 12/13 - PAYS DE LA LOIRE(080)**

durée : 13' JOURNAL TELEWISE / Information  
PAYS DE LA LOIRE  
EN DIRECT

*Toute l'information régionale, nationale et internationale à la mi-journée avec reportages, invités, dossiers, duplex et décryptages.*

*Présenté en alternance par Marion Naumann et Amélie Lepage.*

*Rédaction en chef : Christine Vilvoisin*

---

## 12.55 ENVIE DEHORS

### LA COTE D'AMOUR COMME PORT D'ATTACHE

durée : 26' MAGAZINE / Société  
PAYS DE LA LOIRE

: Timo EBERMANN, Gildas CORGNET, CLEMENCE LAROQUE, Julie HATTU, Alexandra LAHUPPE, Lucile HOCHDOERFFER, Julia LE CORREC, CLĂ©MENCE LAROQUE, Clémence LAROQUE

*Julie Hattu met les voiles vers la Côte d'Amour et part à la rencontre des amoureux de bateaux. D'abord, Agathe Boyet. Cette aventurière en herbe s'est lancé le pari, avec sa copine Marion Fresneau, de naviguer sur le Danube. Julien Carlier, lui, est un fan de voile et de kitesurf sensible à l'environnement ! Il a eu l'idée de prolonger la vie du matériel nautique en créant une recyclerie maritime au Croisic. Enfin, Serge Boué-Kovacs nous embarque dans son univers maritime*

---

## 18.55 LE JOURNAL DES TALENTS

### JOURNAL DES TALENTS (LE)(035)

durée : 07' MAGAZINE / PORTRAIT  
PAYS DE LA LOIRE

---

## 19.05 METEO - PAYS DE LA LOIRE

### METEO - PAYS DE LA LOIRE (081)

durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo  
PAYS DE LA LOIRE

*Les conditions météorologiques et les informations sur la qualité de l'air.*

---

## 19.15 ICI 19/20 - PAYS DE LA LOIRE

### ICI 19/20 - PAYS DE LA LOIRE(081)

durée : 32' JOURNAL TELEVISE / Information  
PAYS DE LA LOIRE  
EN DIRECT

*Chaque soir, votre journal régional relie l'info locale aux grands événements, avec un regard ancré dans le territoire. La rédaction propose chaque soir un décryptage d'une actualité ou d'un fait de société. En fin de journal : un point sur l'actu nationale et internationale.*

*Rédaction en chef : Christine Vilvoisin*

---

## 19.50 ELECTIONS MUNICIPALES 2026 2D TOUR

### PROGRAMMATION 19H53

durée : 01' Plateau débat / Information  
PAYS DE LA LOIRE

*Ici Pays de la Loire propose une seconde soirée électorale, en direct, pour suivre les premières estimations, les résultats et les analyses du second tour, en alternance avec France Info. Cette soirée permettra de découvrir les nouveaux maires élus dans les communes de la région.*

---

## 21.00 ELECTIONS MUNICIPALES 2026 2D TOUR

### PROGRAMMATION 21H00

durée : 01' Plateau débat / Information  
PAYS DE LA LOIRE

*Ici Pays de la Loire propose une seconde soirée électorale, en direct, pour suivre les premières estimations, les résultats et les analyses du second tour, en alternance avec France Info. Cette soirée permettra de découvrir les nouveaux maires élus dans les communes de la région.*

---

**22.00 ELECTIONS MUNICIPALES 2026 2D TOUR**  
**PROGRAMMATION 22H00**

durée : 01' Plateau débat / Information  
PAYS DE LA LOIRE

*Ici Pays de la Loire propose une seconde soirée électorale, en direct, pour suivre les premières estimations, les résultats et les analyses du second tour, en alternance avec France Info. Cette soirée permettra de découvrir les nouveaux maires élus dans les communes de la région.*

---

**22.55 ELECTIONS MUNICIPALES 2026 2D TOUR**  
**PROGRAMMATION 23H00**

durée : 01' Plateau débat / Information  
PAYS DE LA LOIRE

*Ici Pays de la Loire propose une seconde soirée électorale, en direct, pour suivre les premières estimations, les résultats et les analyses du second tour, en alternance avec France Info. Cette soirée permettra de découvrir les nouveaux maires élus dans les communes de la région.*

---

**04.00 EDR LE MAG**  
**ENQUETES DE REGIONS, LE MAG(065)**

durée : 15' MAGAZINE / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION  
PAYS DE LA LOIRE

---

**F3 PAYS DE LA LOIRE**

**Lundi 23 Mars 2026**

**06.00 MAGAZINE**

durée : 26'  
PAYS DE LA LOIRE

---

**09.05 ON VOUS EMMENE ICI**  
**ON VOUS EMMENE ICI(035)**

durée : 07' MAGAZINE / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION  
PAYS DE LA LOIRE

---

**10.50 REGIONS GOURMANDES**

durée : 26' MAGAZINE / Cuisine, gastronomie  
PAYS DE LA LOIRE

---

**12.00 LE JOURNAL DES TALENTS**

**JOURNAL DES TALENTS (LE)(036)**  
durée : 07' MAGAZINE / PORTRAIT  
PAYS DE LA LOIRE

---

**06.30 ICI MATIN - MAYENNE**

**ICI MATIN - PAYS DE LA LOIRE (046)**

durée : 2h29'    MAGAZINE / Information  
 Locale Mayenne-Laval  
 EN DIRECT

*De 6h30 à 9h, « Ici Matin Mayenne » vous informe sur l'actualité locale avec Gauthier Paturo et Maïwenn Bordron. Benoit sillonne aussi le département de la Mayenne pour partager vos initiatives et événements. Chaque jour aussi : « Ici ça marche », des conseils sport et un zoom sur les clubs comme le Stade Lavallois et les temps forts de la semaine.*

---

**06.30 ICI MATIN - MAINE**

**ICI MATIN - PAYS DE LA LOIRE (046)**  
 durée : 2h29'    MAGAZINE / Information  
 Locale Maine  
 EN DIRECT

*De 6h30 à 9h, ici Matin Maine est votre premier rendez-vous d'information de proximité. Autour de Grégory Régner et Marie Mutricy, journaliste, retrouvez tous les quarts d'heure, les infos nationales, et également du Mans et de la Sarthe, des points météo et trafic réguliers, de l'interactivité avec les auditeurs et téléspectateurs, et surtout une grande bouffée de bonne humeur pour démarrer la journée du bon pied !*

---

**06.30 ICI MATIN - LOIRE OCEAN**

**ICI MATIN - PAYS DE LA LOIRE (046)**  
 durée : 2h29'    MAGAZINE / Information  
 Locale Estuaire  
 EN DIRECT

*De 6h30 à 9h, « Ici Matin Loire Océan » est votre premier rendez-vous de la journée avec l'information de proximité. Julie Fiore et Nicolas Crozel vous accompagnent chaque matin avec plusieurs chroniques : Les gens d'ici : des portraits d'habitants du coin, Ici sport : l'actu des grands clubs de Loire-Atlantique et Vendée, les 3 plus : des infos utiles et sympas, Mon oeil ou le décryptage d'une actualité, C'est pas vrai : chaque jour, un conseil pour faire face aux arnaques, notamment sur internet.*

---

**09.15 CHATEAU! PAR ANDRE MANOUKIAN**

**ISLETTE - BOUGES**  
 durée : 26'    MAGAZINE / Histoire  
 PAYS DE LA LOIRE

*Réalisation: Vincent DUPOUY*

---

**09.40 MADAME OSE BASHUNG**

**MADAME OSE BASHUNG**  
 durée : 52'    MAGAZINE / Arts et Spectacles  
 PAYS DE LA LOIRE

*Réalisation: Vincent DUPOUY, Guillaume KLEIN*

*Madame a osé. Elles ont osé ! Elles lui ont déclaré leur flamme ! Quand des créatures travesties chevauchent l'univers de Bashung, forcément ça galopeâ", Madame Ose Bashung, c'est un cabaret A« folle A», aux talons acérés et aux perruques appreI,tées, mené par Corrine, Brenda Mour et Patachtouille. Câ'est un concert fulgurant dirigé tambour battant par six musiciens hors pair, une cavalcade au rythme*

*des chansons d'Alain Bashung disparu il y a 15 ans. C'est un voyage initiatique dans son univers transcendé, une tentative sensorielle maquillée et culottée, une expérience unique de voir son répertoire trempé dans les plumes et fixé A la laque. Elles s'aventureront sur les routes les plus sinueuses pour un hommage haut en couleur", Osez Bashung !*

---

**12.20 METEO - PAYS DE LA LOIRE**

**METEO - PAYS DE LA LOIRE (082)**

durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo

PAYS DE LA LOIRE

*Les conditions météorologiques et les informations sur la qualité de l'air.*

---

**12.25 ICI 12/13 - PAYS DE LA LOIRE**

**ICI 12/13 - PAYS DE LA LOIRE(081)**

durée : 25' JOURNAL TELEVISE / Information

PAYS DE LA LOIRE

EN DIRECT

*Toute l'information régionale, nationale et internationale à la mi-journée avec reportages, invités, dossiers, duplex et décryptages. Présenté en alternance par Marion Naumann et Amélie Lepage. Rédaction en chef : Christine Vilvoisin*

---

**19.00 ICI 19/20 PAYS DE LA LOIRE LES TITRES**

**ICI 19/20 PAYS DE LA LOIRE LES TITRES(055)**

durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Information

PAYS DE LA LOIRE

EN DIRECT

---

**19.05 METEO - PAYS DE LA LOIRE**

**METEO - PAYS DE LA LOIRE (082)**

durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo

PAYS DE LA LOIRE

*Les conditions météorologiques et les informations sur la qualité de l'air.*

---

**19.15 ICI 19/20 - PAYS DE LA LOIRE**

**ICI 19/20 - PAYS DE LA LOIRE(082)**

durée : 39' JOURNAL TELEVISE / Information

PAYS DE LA LOIRE

EN DIRECT

*Chaque soir, votre journal régional relie l'info locale aux grands événements, avec un regard ancré dans le territoire. La rédaction propose chaque soir un décryptage d'une actualité ou d'un fait de société. En fin de journal : un point sur l'actu nationale et internationale. Rédaction en chef : Christine Vilvoisin*

---

**19.45 ON VOUS EMMENE ICI**

durée : 07' MAGAZINE / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION

PAYS DE LA LOIRE

---

**20.15 METEO - PAYS DE LA LOIRE**

**METEO - PAYS DE LA LOIRE (082)**

durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo

PAYS DE LA LOIRE

*Les conditions météorologiques et les informations sur la qualité de l'air.*

---

**04.00 EDR LE MAG**

durée : 26'  
PAYS DE LA LOIRE

---

**F3 PAYS DE LA LOIRE**

**Mardi 24 Mars 2026**

**06.00 MAGAZINE**

durée : 26'  
PAYS DE LA LOIRE

---

**09.05 ON VOUS EMMENE ICI**

**ON VOUS EMMENE ICI(036)**

durée : 07' MAGAZINE / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION  
PAYS DE LA LOIRE

---

**10.50 REGIONS GOURMANDES**

durée : 26' MAGAZINE / Cuisine, gastronomie  
PAYS DE LA LOIRE

---

**12.00 LE JOURNAL DES TALENTS**

**JOURNAL DES TALENTS (LE)(037)**

durée : 07' MAGAZINE / PORTRAIT  
PAYS DE LA LOIRE

---

**06.30 ICI MATIN - MAYENNE**

**ICI MATIN - PAYS DE LA LOIRE (047)**

durée : 2h29' MAGAZINE / Information  
Locale Mayenne-Laval  
EN DIRECT

*De 6h30 à 9h, « Ici Matin Mayenne » vous informe sur l'actualité locale avec Gauthier Paturo et Maïwenn Bordron. Benoit sillonne aussi le département de la Mayenne pour partager vos initiatives et événements. Chaque jour aussi : « Ici ça marche », des conseils sport et un zoom sur les clubs comme le Stade Lavallois et les temps forts de la semaine.*

---

**06.30 ICI MATIN - MAINE**

**ICI MATIN - PAYS DE LA LOIRE (047)**

durée : 2h29' MAGAZINE / Information  
Locale Maine  
EN DIRECT

*De 6h30 à 9h, Ici Matin Maine est votre premier rendez-vous d'information de proximité. Autour de Grégory Régner et Marie Mutricy, journaliste, retrouvez tous les quarts d'heure, les infos nationales, et également du Mans et de la Sarthe, des points météo et trafic réguliers, de l'interactivité avec les auditeurs et téléspectateurs, et surtout une grande bouffée de bonne humeur pour démarrer la journée du bon pied !*

---

### 06.30 ICI MATIN - LOIRE OCEAN

#### ICI MATIN - PAYS DE LA LOIRE (047)

durée : 2h29' MAGAZINE / Information

Locale Estuaire

EN DIRECT

*De 6h30 à 9h, « Ici Matin Loire Océan » est votre premier rendez-vous de la journée avec l'information de proximité. Julie Fiore et Nicolas Crozel vous accompagnent chaque matin avec plusieurs chroniques : Les gens d'ici : des portraits d'habitants du coin, Ici sport : l'actu des grands clubs de Loire-Atlantique et Vendée, les 3 plus : des infos utiles et sympas, Mon oeil ou le décryptage d'une actualité, C'est pas vrai : chaque jour, un conseil pour faire face aux arnaques, notamment sur internet.*

---

### 09.15 ENVIE DEHORS

#### LA COTE D'AMOUR COMME PORT D'ATTACHE

durée : 26' MAGAZINE / Société

PAYS DE LA LOIRE

*: Timo EBERMANN, Gildas CORGNET, CLEMENCE LAROQUE, Julie HATTU, Alexandra LAHUPPE, Lucile HOCHDOERFFER, Julia LE CORREC, CLÉMENCE LAROQUE, Clémence LAROQUE*

*Julie Hattu met les voiles vers la Côte d'Amour et part à la rencontre des amoureux de bateaux. D'abord, Agathe Boyet. Cette aventurière en herbe s'est lancé le pari, avec sa copine Marion Fresneau, de naviguer sur le Danube. Julien Carlier, lui, est un fan de voile et de kitesurf sensible à l'environnement ! Il a eu l'idée de prolonger la vie du matériel nautique en créant une recyclerie maritime au Croisic. Enfin, Serge Boué-Kovacs nous embarque dans son univers maritime*

---

### 09.15 GERALD THOMASSIN, LA MALEDICTION DE LA FICTION

durée : 51' DOCUMENTAIRE / Policier

PAYS DE LA LOIRE

Réalisation: Thibaut BERTRAND

Producteur: CHRISTIAN HEUSCH

: Thibaut BERTRAND

*Gérald Thomassin, enfant de la DDASS, découvert lors d'un casting A   sauvage A  , voit sa vie chamboulée par son premier rôle au cinéma dans Le Petit Criminel, qui lui vaut un César du Meilleur Espoir en 1991. Pourtant, le cinéma, qui l'a choisi lui et pas un autre, devient vite une malédiction : c'est sur un tournage qu'on lui proposera de goûter A la cocaïne, porte d'entrée vers une vie de toxicomane ; c'est parce qu'il a jou   des criminels qu'il devient le coupable idéal du meurtre de Catherine Burgod A Montréal-la-Cluse en 2008 ; c'est parce qu'il a l'habitude d'endosser des rôles qu'il A   joue A   au coupable, s'apitoyant sur la tombe de la victime ou mimant le crime ; c'est parce qu'il est acteur que l'affaire Burgod devient feuilleton national. Quant A sa disparition en 2019 A Nantes, elle donne de la profondeur A un personnage où la frontière entre fiction et réalité est définitivement trop mince. Ce que le cinéma a cassé, le cinéma doit réparer. Si le septième art a fait dévier la course de la vie de Thomassin, en l'instituant A   acteur non-professionnel A  , c'est A des acteurs non-professionnels eux aussi que j'aimerais faire appel pour retracer son parcours, son enfance dans la cité des Courtilli  res A Pantin, son adolescence en*

*foyer A Buc dans les Yvelines, jusqu'A sa disparition A Nantes, sans oublier les rives du lac de Nantua oA<sup>1</sup> s'est scellé son sort de criminel. L'occasion de comprendre que le cinéma a une responsabilité immense quand il décide de sortir un corps du réel pour en faire un acteur sur le grand écran.*

---

**12.20 METEO - PAYS DE LA LOIRE**

**METEO - PAYS DE LA LOIRE (083)**

durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo

PAYS DE LA LOIRE

*Les conditions météorologiques et les informations sur la qualité de l'air.*

---

**12.25 ICI 12/13 - PAYS DE LA LOIRE**

**ICI 12/13 - PAYS DE LA LOIRE(082)**

durée : 25' JOURNAL TELEVISE / Information

PAYS DE LA LOIRE

EN DIRECT

*Toute l'information régionale, nationale et internationale à la mi-journée avec reportages, invités, dossiers, duplex et décryptages. Présenté en alternance par Marion Naumann et Amélie Lepage. Rédaction en chef : Christine Vilvoisin*

---

**19.00 ICI 19/20 PAYS DE LA LOIRE LES TITRES**

**ICI 19/20 PAYS DE LA LOIRE LES TITRES(056)**

durée : 02' JOURNAL TELEVISE / Information

PAYS DE LA LOIRE

EN DIRECT

---

**19.05 METEO - PAYS DE LA LOIRE**

**METEO - PAYS DE LA LOIRE (083)**

durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo

PAYS DE LA LOIRE

*Les conditions météorologiques et les informations sur la qualité de l'air.*

---

**19.05 ICI 19/20 - MAINE**

**ICI 19/20 - MAINE(042)**

durée : 07' JOURNAL TELEVISE / Information

Locale Maine

EN DIRECT

*Toute l'actualité de la Sarthe dans votre édition locale Ici 19/20 Maine  
Rédaction en chef : Christine Vilvoisin*

---

**19.05 ICI 19/20 - CA SE PASSE ICI**

**ICI 19/20 - CA SE PASSE ICI(042)**

durée : 07' JOURNAL TELEVISE / Information

Locale Estuaire

EN DIRECT

*Du lundi au vendredi, Emmanuel Faure reçoit ceux qui font vivre le territoire à travers leurs initiatives et leurs talents. On reçoit des bénévoles, des artistes, des entrepreneurs, des personnes engagées.  
Rédaction en chef : Christine Vilvoisin*

---

---

**19.15 ICI 19/20 - PAYS DE LA LOIRE**

**ICI 19/20 - PAYS DE LA LOIRE(083)**

durée : 31' JOURNAL TELEVISE / Information

PAYS DE LA LOIRE

EN DIRECT

*Chaque soir, votre journal régional relie l'info locale aux grands événements, avec un regard ancré dans le territoire. La rédaction propose chaque soir un décryptage d'une actualité ou d'un fait de société. En fin de journal : un point sur l'actu nationale et internationale.*

*Rédaction en chef : Christine Vilvoisin*

---

**19.45 ON VOUS EMMENE ICI**

durée : 07' MAGAZINE / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION

PAYS DE LA LOIRE

---

**20.15 METEO - PAYS DE LA LOIRE**

**METEO - PAYS DE LA LOIRE (083)**

durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo

PAYS DE LA LOIRE

*Les conditions météorologiques et les informations sur la qualité de l'air.*

---

**04.00 EDR LE MAG**

durée : 26'

PAYS DE LA LOIRE

**F3 PAYS DE LA LOIRE**

**Mercredi 25 Mars 2026**

---

**06.00 MAGAZINE**

durée : 26'

PAYS DE LA LOIRE

---

**09.05 ON VOUS EMMENE ICI**

**ON VOUS EMMENE ICI(037)**

durée : 07' MAGAZINE / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION

PAYS DE LA LOIRE

---

**10.50 REGIONS GOURMANDES**

durée : 26' MAGAZINE / Cuisine, gastronomie

PAYS DE LA LOIRE

---

**12.00 LE JOURNAL DES TALENTS**

**JOURNAL DES TALENTS (LE)(038)**

durée : 07' MAGAZINE / PORTRAIT

PAYS DE LA LOIRE

---

**06.30 ICI MATIN - MAYENNE**

**ICI MATIN - PAYS DE LA LOIRE (048)**

durée : 2h29' MAGAZINE / Information

Locale Mayenne-Laval

EN DIRECT

*De 6h30 à 9h, « Ici Matin Mayenne » vous informe sur l'actualité locale avec Gauthier Paturo et Maïwenn Bordron. Benoit sillonne aussi le département de la Mayenne pour partager vos initiatives et événements. Chaque jour aussi : « Ici ça marche », des conseils sport et un zoom sur les clubs comme le Stade Lavallois et les temps forts de la semaine.*

---

#### **06.30 ICI MATIN - MAINE**

##### **ICI MATIN - PAYS DE LA LOIRE (048)**

durée : 2h29'    MAGAZINE / Information

Locale Maine

EN DIRECT

*De 6h30 à 9h, ici Matin Maine est votre premier rendez-vous d'information de proximité. Autour de Grégory Régnier et Marie Mutricy, journaliste, retrouvez tous les quarts d'heure, les infos nationales, et également du Mans et de la Sarthe, des points météo et trafic réguliers, de l'interactivité avec les auditeurs et téléspectateurs, et surtout une grande bouffée de bonne humeur pour démarrer la journée du bon pied !*

---

#### **06.30 ICI MATIN - LOIRE OCEAN**

##### **ICI MATIN - PAYS DE LA LOIRE (048)**

durée : 2h29'    MAGAZINE / Information

Locale Estuaire

EN DIRECT

*De 6h30 à 9h, « Ici Matin Loire Océan » est votre premier rendez-vous de la journée avec l'information de proximité. Julie Fiore et Nicolas Crozel vous accompagnent chaque matin avec plusieurs chroniques : Les gens d'ici : des portraits d'habitants du coin, Ici sport : l'actu des grands clubs de Loire-Atlantique et Vendée, les 3 plus : des infos utiles et sympas, Mon oeil ou le décryptage d'une actualité, C'est pas vrai : chaque jour, un conseil pour faire face aux arnaques, notamment sur internet.*

---

#### **09.15 LA VIE EN VELO**

durée : 26'    MAGAZINE / Société

PAYS DE LA LOIRE

---

#### **09.40 VIEILLIR AVEC LA TRISOMIE 21**

durée : 52'    DOCUMENTAIRE / Société

PAYS DE LA LOIRE

*Réalisation: Dorothee FRENOT*

*Bruno, Céline et Stéphane font partie de cette nouvelle génération d'adultes porteurs de trisomie 21 dont l'espérance de vie s'est allongée grâce aux progrès de la médecine. Chronique d'une vieillesse pas comme les autres, ce film suit le quotidien de nos personnages et le combat de leurs familles pour leur trouver un lieu où ils pourront vieillir dignement.*

---

#### **12.20 METEO - PAYS DE LA LOIRE**

##### **METEO - PAYS DE LA LOIRE (084)**

durée : 01'    JOURNAL TELEVISE / Météo

PAYS DE LA LOIRE

*Les conditions météorologiques et les informations sur la qualité de l'air.*

---

**12.25 ICI 12/13 - PAYS DE LA LOIRE**

**ICI 12/13 - PAYS DE LA LOIRE(083)**

durée : 25' JOURNAL TELEVISE / Information  
PAYS DE LA LOIRE  
EN DIRECT

*Toute l'information régionale, nationale et internationale à la mi-journée avec reportages, invités, dossiers, duplex et décryptages.  
Présenté en alternance par Marion Naumann et Amélie Lepage.  
Rédaction en chef : Christine Vilvoisin*

---

**19.00 ICI 19/20 PAYS DE LA LOIRE LES TITRES**

**ICI 19/20 PAYS DE LA LOIRE LES TITRES(057)**

durée : 02' JOURNAL TELEVISE / Information  
PAYS DE LA LOIRE  
EN DIRECT

---

**19.05 METEO - PAYS DE LA LOIRE**

**METEO - PAYS DE LA LOIRE (084)**

durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo  
PAYS DE LA LOIRE

*Les conditions météorologiques et les informations sur la qualité de l'air.*

---

**19.05 ICI 19/20 - MAINE**

**ICI 19/20 - MAINE(043)**

durée : 07' JOURNAL TELEVISE / Information  
Locale Maine  
EN DIRECT

*Toute l'actualité de la Sarthe dans votre édition locale Ici 19/20  
Maine  
Rédaction en chef : Christine Vilvoisin*

---

**19.05 ICI 19/20 - CA SE PASSE ICI**

**ICI 19/20 - CA SE PASSE ICI(043)**

durée : 07' JOURNAL TELEVISE / Information  
Locale Estuaire  
EN DIRECT

*Du lundi au vendredi, Emmanuel Faure reçoit ceux qui font vivre le territoire à travers leurs initiatives et leurs talents. On reçoit des bénévoles, des artistes, des entrepreneurs, des personnes engagées.  
Rédaction en chef : Christine Vilvoisin*

---

**19.15 ICI 19/20 - PAYS DE LA LOIRE**

**ICI 19/20 - PAYS DE LA LOIRE(084)**

durée : 31' JOURNAL TELEVISE / Information  
PAYS DE LA LOIRE  
EN DIRECT

*Chaque soir, votre journal régional relie l'info locale aux grands événements, avec un regard ancré dans le territoire. La rédaction propose chaque soir un décryptage d'une actualité ou d'un fait de société. En fin de journal : un point sur l'actu nationale et internationale.  
Rédaction en chef : Christine Vilvoisin*

---

---

**19.45 ON VOUS EMMENE ICI**

durée : 07' MAGAZINE / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION  
PAYS DE LA LOIRE

---

**20.15 METEO - PAYS DE LA LOIRE**

**METEO - PAYS DE LA LOIRE (084)**

durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo  
PAYS DE LA LOIRE

*Les conditions météorologiques et les informations sur la qualité de l'air.*

---

**00.10 LA FAMILLE BIJOUX**

**LA FAMILLE BIJOUX VERSION COURTE**

durée : 52' RETRANSMISSION / Théâtre  
PAYS DE LA LOIRE

*Une cérémonie funéraire au théâtre, en chansons et en éclats de rire. La Famille Bijoux s'invite sur sur Ici Pays de la Loire. Enregistrée au Théâtre 100 Noms en mai 2025, cette comédie burlesque et musicale transforme un dernier adieu en un spectacle aussi déjanté qu'émouvant.*

---

**01.00 LES NOUVEAUX RIDICULES**

**LES RIDICULES 2023(001)**

durée : 52' MAGAZINE / Divertissement  
PAYS DE LA LOIRE

*Réalisation: Laurent PREYALE, Laurent PREYALE*

*Un spectacle, incarné par Régis Mailhot, caustique et hilarant qui passe au crible notre société moderne. Aucun sujet n'est épargné, des religieux sans foi aux militants en croisade, en passant par les écolos. Ne manquez pas ce moment de pure satire, où même l'humoriste s'inclut dans la critique !*

---

**04.00 EDR LE MAG**

durée : 26'  
PAYS DE LA LOIRE

---

**F3 PAYS DE LA LOIRE**

**Judi 26 Mars 2026**

---

**06.00 MAGAZINE**

durée : 26'  
PAYS DE LA LOIRE

---

**09.05 ON VOUS EMMENE ICI**

**ON VOUS EMMENE ICI(038)**

durée : 07' MAGAZINE / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION  
PAYS DE LA LOIRE

---

**10.50 REGIONS GOURMANDES**

durée : 26' MAGAZINE / Cuisine, gastronomie  
PAYS DE LA LOIRE

---

## 12.00 LE JOURNAL DES TALENTS

### JOURNAL DES TALENTS (LE)(039)

durée : 07' MAGAZINE / PORTRAIT  
PAYS DE LA LOIRE

---

## 06.30 ICI MATIN - MAYENNE

### ICI MATIN - PAYS DE LA LOIRE (049)

durée : 2h29' MAGAZINE / Information  
Locale Mayenne-Laval  
EN DIRECT

*De 6h30 à 9h, « Ici Matin Mayenne » vous informe sur l'actualité locale avec Gauthier Paturo et Maïwenn Bordron. Benoit sillonne aussi le département de la Mayenne pour partager vos initiatives et événements. Chaque jour aussi : « Ici ça marche », des conseils sport et un zoom sur les clubs comme le Stade Lavallois et les temps forts de la semaine.*

---

## 06.30 ICI MATIN - MAINE

### ICI MATIN - PAYS DE LA LOIRE (049)

durée : 2h29' MAGAZINE / Information  
Locale Maine  
EN DIRECT

*De 6h30 à 9h, Ici Matin Maine est votre premier rendez-vous d'information de proximité. Autour de Grégory Régnier et Marie Mutricy, journaliste, retrouvez tous les quarts d'heure, les infos nationales, et également du Mans et de la Sarthe, des points météo et trafic réguliers, de l'interactivité avec les auditeurs et téléspectateurs, et surtout une grande bouffée de bonne humeur pour démarrer la journée du bon pied !*

---

## 06.30 ICI MATIN - LOIRE OCEAN

### ICI MATIN - PAYS DE LA LOIRE (049)

durée : 2h29' MAGAZINE / Information  
Locale Estuaire  
EN DIRECT

*De 6h30 à 9h, « Ici Matin Loire Océan » est votre premier rendez-vous de la journée avec l'information de proximité. Julie Fiore et Nicolas Crozel vous accompagnent chaque matin avec plusieurs chroniques : Les gens d'ici : des portraits d'habitants du coin, Ici sport : l'actu des grands clubs de Loire-Atlantique et Vendée, les 3 plus : des infos utiles et sympas, Mon oeil ou le décryptage d'une actualité, C'est pas vrai : chaque jour, un conseil pour faire face aux arnaques, notamment sur internet.*

---

## 09.15 LITTORAL M

### 426LDD250019

durée : 26' DOCUMENTAIRE / Mer  
PAYS DE LA LOIRE

---

## 09.40 LA MANCHE UNE MER EN PARTAGE

durée : 51' DOCUMENTAIRE / Science et technique  
PAYS DE LA LOIRE

*Réalisation: Franck SANSON, franck SANSON*

*Les dauphins sont un emblème vivant de la vitalité de nos océans. Le long des côtes normandes, Pauline a décidé d'observer et d'écouter*

ces mammifères marins assez peu connus sous nos eaux froides. Scientifique et engagée, Pauline Couet est une héroïne de notre époque investie dans la préservation et la sauvegarde des espèces. Pourtant menacés par l'intense trafic maritime qui règne dans la mer de la Manche, les dauphins ont su étonnamment trouver des espaces où s'épanouir. A travers ce documentaire, nous allons vivre le quotidien de cette femme inspirante. Sur terre ou sur Mer, en Normandie comme en Angleterre, Pauline incarne cette histoire dans laquelle l'action et la recherche vont questionner la place de l'Homme dans cet environnement, A la fois fragile et résilient, qu'est la mer de la Manche.

---

**12.20 METEO - PAYS DE LA LOIRE**

**METEO - PAYS DE LA LOIRE (085)**

durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo  
PAYS DE LA LOIRE

*Les conditions météorologiques et les informations sur la qualité de l'air.*

---

**12.25 ICI 12/13 - PAYS DE LA LOIRE**

**ICI 12/13 - PAYS DE LA LOIRE(084)**

durée : 25' JOURNAL TELEVISE / Information  
PAYS DE LA LOIRE  
EN DIRECT

*Toute l'information régionale, nationale et internationale à la mi-journée avec reportages, invités, dossiers, duplex et décryptages. Présenté en alternance par Marion Naumann et Amélie Lepage. Rédaction en chef : Christine Vilvoisin*

---

**19.00 ICI 19/20 PAYS DE LA LOIRE LES TITRES**

**ICI 19/20 PAYS DE LA LOIRE LES TITRES(058)**

durée : 02' JOURNAL TELEVISE / Information  
PAYS DE LA LOIRE  
EN DIRECT

---

**19.05 METEO - PAYS DE LA LOIRE**

**METEO - PAYS DE LA LOIRE (085)**

durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo  
PAYS DE LA LOIRE

*Les conditions météorologiques et les informations sur la qualité de l'air.*

---

**19.05 ICI 19/20 - MAINE**

**ICI 19/20 - MAINE(044)**

durée : 07' JOURNAL TELEVISE / Information  
Locale Maine  
EN DIRECT

*Toute l'actualité de la Sarthe dans votre édition locale Ici 19/20 Maine  
Rédaction en chef : Christine Vilvoisin*

---

**19.05 ICI 19/20 - CA SE PASSE ICI**

**ICI 19/20 - CA SE PASSE ICI(044)**

durée : 07' JOURNAL TELEVISE / Information  
Locale Estuaire  
EN DIRECT

*Du lundi au vendredi, Emmanuel Faure reçoit ceux qui font vivre le territoire à travers leurs initiatives et leurs talents. On reçoit des bénévoles, des artistes, des entrepreneurs, des personnes engagées.*

*Rédaction en chef : Christine Vilvoisin*

---

**19.15 ICI 19/20 - PAYS DE LA LOIRE**

**ICI 19/20 - PAYS DE LA LOIRE(085)**

durée : 31' JOURNAL TELEVISE / Information

PAYS DE LA LOIRE

EN DIRECT

*Chaque soir, votre journal régional relie l'info locale aux grands événements, avec un regard ancré dans le territoire. La rédaction propose chaque soir un décryptage d'une actualité ou d'un fait de société. En fin de journal : un point sur l'actu nationale et internationale.*

*Rédaction en chef : Christine Vilvoisin*

---

**19.45 ON VOUS EMMENE ICI**

durée : 07' MAGAZINE / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION

PAYS DE LA LOIRE

---

**20.15 METEO - PAYS DE LA LOIRE**

**METEO - PAYS DE LA LOIRE (085)**

durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo

PAYS DE LA LOIRE

*Les conditions météorologiques et les informations sur la qualité de l'air.*

---

**23.00 LES ECORCHES A L'OPERA**

durée : 52' DOCUMENTAIRE / Musique

PAYS DE LA LOIRE

*Réalisation: FABIEN DOUILLARD, CLÉMENT CHAUVEAU*

*Depuis plusieurs années, la chorale nantaise "Au Clair de la Rue" honore par des chants les funérailles de personnes décédées dans l'isolement ou sans abri, souvent dans l'indifférence générale. Pour les choristes eux-mêmes, qui font face à des difficultés psychiques ou sociales, la chorale représente un soutien précieux pour avancer sur les chemins de vie accidentés. Le documentaire "Les Écorchés à l'Opéra" suit ces individus venus d'horizons fragiles qui se retrouvent sur la scène du théâtre Graslin pour un concert avec Angers Nantes Opéra*

---

**23.50 NAESTRO DE LA RUE A L'OPERA**

durée : 52' DOCUMENTAIRE / Musique

PAYS DE LA LOIRE

*de la délinquance A chanteur d'opéra*

---

**04.00 EDR LE MAG**

durée : 26'

PAYS DE LA LOIRE

---

**F3 PAYS DE LA LOIRE**

**Vendredi 27 Mars 2026**

**06.00 MAGAZINE**

durée : 26'  
PAYS DE LA LOIRE

---

**09.05 ON VOUS EMMENE ICI**

**ON VOUS EMMENE ICI(039)**

durée : 07' MAGAZINE / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION  
PAYS DE LA LOIRE

---

**10.50 REGIONS GOURMANDES**

durée : 26' MAGAZINE / Cuisine, gastronomie  
PAYS DE LA LOIRE

---

**12.00 LE JOURNAL DES TALENTS**

**JOURNAL DES TALENTS (LE)(040)**

durée : 07' MAGAZINE / PORTRAIT  
PAYS DE LA LOIRE

---

**07.00 ICI MATIN - MAYENNE**

**ICI MATIN - PAYS DE LA LOIRE (050)**

durée : 2h29' MAGAZINE / Information  
Locale Mayenne-Laval  
EN DIRECT

*De 6h30 à 9h, « Ici Matin Mayenne » vous informe sur l'actualité locale avec Gauthier Paturo et Maïwenn Bordron. Benoit sillonne aussi le département de la Mayenne pour partager vos initiatives et événements. Chaque jour aussi : « Ici ça marche », des conseils sport et un zoom sur les clubs comme le Stade Lavallois et les temps forts de la semaine.*

---

**07.00 ICI MATIN - MAINE**

**ICI MATIN - PAYS DE LA LOIRE (050)**

durée : 2h29' MAGAZINE / Information  
Locale Maine  
EN DIRECT

*De 6h30 à 9h, Ici Matin Maine est votre premier rendez-vous d'information de proximité. Autour de Grégory Régner et Marie Mutricy, journaliste, retrouvez tous les quarts d'heure, les infos nationales, et également du Mans et de la Sarthe, des points météo et trafic réguliers, de l'interactivité avec les auditeurs et téléspectateurs, et surtout une grande bouffée de bonne humeur pour démarrer la journée du bon pied !*

---

**07.00 ICI MATIN - LOIRE OCEAN**

**ICI MATIN - PAYS DE LA LOIRE (050)**

durée : 2h29' MAGAZINE / Information  
Locale Estuaire  
EN DIRECT

*De 6h30 à 9h, « Ici Matin Loire Océan » est votre premier rendez-vous de la journée avec l'information de proximité. Julie Fiore et Nicolas Crozel vous accompagnent chaque matin avec plusieurs chroniques : Les gens d'ici : des portraits d'habitants du coin, Ici sport : l'actu des grands clubs de Loire-Atlantique et Vendée, les 3 plus : des infos utiles et sympas,*

*Mon oeil ou le décryptage d'une actualité,  
C'est pas vrai : chaque jour, un conseil pour faire face aux  
arnaques, notamment sur internet.*

---

**09.05 HOMARD ET CORDON BLEU - 1ER SEMESTRE 2026**

**ROMANE**

durée : 26' MAGAZINE / Cuisine, gastronomie  
PAYS DE LA LOIRE

*Cette semaine, Sylvain Guillemot se rend chez Ottmar, à Saint-Malo. D'origine bavaroise, Ottmar adore la cuisine française ! Ensemble ils vont rencontrer Tomy qui est pêcheur de coquilles Saint-Jacques en plongée. Ils reviennent de la criée avec des trésors à cuisiner dans la cuisine d'Ottmar et ce duo d'experts s'associe pour sublimer les coquilles Saint-Jacques, crues et les huîtres chaudes ! Une fois n'est pas coutume, Ottmar est sur-équipé ! De l'agar-agar, des couteaux qui coupent, une balance de précision, une mandoline de compétition... de quoi ravir notre chef ! Et quand Ottmar fait découvrir à Sylvain ses Bretzels... on ne sait plus qui de l'un ou de l'autre est le chef dans cette émission !*

---

**09.30 CULTURE DU 25/03**

durée : 52' DOCUMENTAIRE / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION  
PAYS DE LA LOIRE

---

**12.20 METEO - PAYS DE LA LOIRE**

**METEO - PAYS DE LA LOIRE (086)**

durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo  
PAYS DE LA LOIRE

*Les conditions météorologiques et les informations sur la qualité de l'air.*

---

**12.25 ICI 12/13 - PAYS DE LA LOIRE**

**ICI 12/13 - PAYS DE LA LOIRE(085)**

durée : 25' JOURNAL TELEVISE / Information  
PAYS DE LA LOIRE  
EN DIRECT

*Toute l'information régionale, nationale et internationale à la mi-journée avec reportages, invités, dossiers, duplex et décryptages. Présenté en alternance par Marion Naumann et Amélie Lepage. Rédaction en chef : Christine Vilvoisin*

---

**19.00 ICI 19/20 PAYS DE LA LOIRE LES TITRES**

**ICI 19/20 PAYS DE LA LOIRE LES TITRES(059)**

durée : 02' JOURNAL TELEVISE / Information  
PAYS DE LA LOIRE  
EN DIRECT

---

**19.00 METEO - PAYS DE LA LOIRE**

**METEO - PAYS DE LA LOIRE (086)**

durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo  
PAYS DE LA LOIRE

*Les conditions météorologiques et les informations sur la qualité de l'air.*

---

**19.05 ICI 19/20 - MAINE**

**ICI 19/20 - MAINE(045)**

durée : 07' JOURNAL TELEVISE / Information

Locale Maine  
EN DIRECT

*Toute l'actualité de la Sarthe dans votre édition locale Ici 19/20  
Maine  
Rédaction en chef : Christine Vilvoisin*

---

**19.05 ICI 19/20 - CA SE PASSE ICI**

**ICI 19/20 - CA SE PASSE ICI(045)**

durée : 07' JOURNAL TELEVISE / Information

Locale Estuaire

EN DIRECT

*Du lundi au vendredi, Emmanuel Faure reçoit ceux qui font vivre le territoire à travers leurs initiatives et leurs talents. On reçoit des bénévoles, des artistes, des entrepreneurs, des personnes engagées.*

*Rédaction en chef : Christine Vilvoisin*

---

**19.15 ICI 19/20 - PAYS DE LA LOIRE**

**ICI 19/20 - PAYS DE LA LOIRE(086)**

durée : 31' JOURNAL TELEVISE / Information

PAYS DE LA LOIRE

EN DIRECT

*Chaque soir, votre journal régional relie l'info locale aux grands événements, avec un regard ancré dans le territoire. La rédaction propose chaque soir un décryptage d'une actualité ou d'un fait de société. En fin de journal : un point sur l'actu nationale et internationale.*

*Rédaction en chef : Christine Vilvoisin*

---

**19.45 ON VOUS EMMENE ICI**

durée : 07' MAGAZINE / CULTURE - CONNAISSANCE - INFORMATION

PAYS DE LA LOIRE

---

**20.15 METEO - PAYS DE LA LOIRE**

**METEO - PAYS DE LA LOIRE (086)**

durée : 01' JOURNAL TELEVISE / Météo

PAYS DE LA LOIRE

*Les conditions météorologiques et les informations sur la qualité de l'air.*

---

**04.00 EDR LE MAG**

durée : 26'

PAYS DE LA LOIRE

---