FRANCE 5 ARTE

8.50 Consomag **8.55** Les maternelles **10.00** Allô Rufo **10.15** Dans l'ombre des dinosaures. L'ère des géants **11.10** Pas si bête. Le cochon **12.05** Les Zouzous **13.35** Le magazine de la santé **14.30** Allô docteurs **15.05** Un refuge pour les orangs-outans. Des petits à soigner **15.35** Sale temps pour la planète. Mozambique, mieux vaut prévenir que guérir **16.35** Superstructures animales. Architectes de la nature **17.30** C à dire **17.45** C dans l'air

19.00 Journal
19.30 Globalmag
19.55 Les aventures culinaires de Sarah Wiener en Autriche
À la basse-cour de Basse-Autriche
20.40 Les routes de la terreur
1993-2001: le compte à rebours
22.05 Dog fight
Les as du ciel de la Première Guerre mondiale
22.55 Le dessous des cartes
23.05 Le dernier voyage du juge Feng
DRAME (CN 2006)
Un voyage hors du commun à travers la Chine rurale et ses minorités ethniques, où la justice d'État se confronte aux traditions ancestrales.
0.50 L'usage du monde
1.35 24 City
DRAME (CN 2007)

CANAL+

18.45 Le JT **19.10 / 20.30** Le Grand Journal **20.50** Passe le périph' d'abord! **22.30** Hors de contrôle. Téléfilm policier (CDN 2009) **0.20** Platane **2.00** When You're Strange **3.25** Surprises **3.30** L'oeil de links

NRJ 12

17.15 Cougar Town **17.40** Les anges gardiens **18.45** Stargate Atlantis **20.35** Les Cordier, juge et flic. L'honneur d'un homme / Menace sur la ville **23.55** Les anges gardiens **0.45** Drop'In **1.05** Poker **2.00** Programmes de nuit

TMC

15.20 Hercule Poirot **16.15** 90' Enquêtes. Vacances au camping: Tous les coups sont permis! **17.55** Alerte cobra **18.50** Monk **20.40** Fan des années 80 **0.05** Fan des années 90 **1.55** Incroyable mais vrai, le mag **3.35** Les nouvelles filles d'à côté

Avec les bons aliments, elle a guéri ses enfants

«SPÉCIMEN». Reportage étonnant ce soir (20 h 10, TSR) sur une Vaudoise qui a notamment traité son fils hyperactif en changeant son régime.

Le magazine «Spécimen» de TSR1 se penche sur la nourriture. Avec un sujet sur Claude Berdoz. Cette Vaudoise explique comment, après six ans d'enfer enduré à cause de la maladie de ses enfants (qui souffraient de graves troubles gastriques, d'hyperactivité et de déficit d'attention), elle a trouvé la solution en révolutionnant leur repas.

Ce que le sujet ne dit pas, c'est que Claude Berdoz a écrit un livre dans la foulée de cette expérience: «Déjouer les turbulences». «L'idée était de donner des pistes aux gens qui se trouvent confrontés aux mêmes problèmes que moi.» Surtout qu'il y a eu une évolution entre les régimes qu'elle appliquait à l'époque et ceux que l'on peut proposer aujourd'hui. «J'avais supprimé tous les sucres, féculents, céréales. Il fallait consacrer beaucoup de temps à la préparation des repas. Mais depuis, les diagnostics médicaux sont plus précis et on peut cibler les aliments qui sont à la base de dérèglements.»

Sa démarche a suscité bien des réactions. «On m'a même accusée de faire partie d'une secte. Mais je m'en fiche. Ce qui compte, c'est que cette méthode a permis à mes enfants d'arrêter tout médicament et de se sentir bien.»

Aujourd'hui, des médecins envoient même des patients consulter Claude, qui les aide à gérer leur régime.

–MICHEL PRALONG/GUIDETVLOISIRS

→ **www.dejouerlesturbulences.ch**

Claude Berdoz a révolutionné les repas de sa famille. –TSR/DR

LA TÉLÉ

20.30 «Gottéron Mag»

«Gottéron Mag», c'est le rendez-vous des Dragons et des fans de hockey sur La télé. Plongez dans les coulisses du club fribourgeois et découvrez cette semaine les joueurs fans de golf, et le portrait du Québécois **Christian Dubé (à dr.)**.

«Friends», quels chauds lapins!

SÉRIE. Des fans de «Friends» se sont amusés à recenser sur internet tous les partenaires qu'ont eus les héros de la série. N'ont été comptés que ceux vus à l'écran. Joey arrive sans surprise en tête avec 17 conquêtes, mais dont 23,5% seulement étaient une histoire d'amour. Phoebe suit avec 16 (37,5% de sérieuses). 16 aussi pour Ross, mais qui était amoureux une fois sur deux. Pour Rachel, le chiffre est de 14 (71,4%!). Monica 13 (38,5%). En queue de peloton, Chandler, avec 9 seulement (33,3%).

Phoebe et Joey, rois de la drague. –EPP

Nouvelle dose de «Soda»

M6 a commandé une deuxième saison de la série «Soda» de l'humoriste Kev Adams, selon «Satellifax». Diffusé cet été, ce programme court a pourtant fait moins bien que «Scènes de ménage» qu'il remplaçait: entre 6 et 9% de part d'audience, contre 12 à 15% pour l'autre série. Mais «Soda» semble cibler davantage les ados.