Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 18 décembre 2025

Réglez vos réveils, l’heure d’été pointera ce dimanche 30 mars à 2h

Dans la nuit du samedi 29 au dimanche 30 mars, nous avancerons nos horloges d’1 heure. Le passage à l’heure d’été se réalisera ce dimanche à 2h pour devenir 3h. Nous perdrons certes 1h de sommeil, mais gagnerons du temps d’ensoleillement en soirée, un réconfort bienvenu en ce début de printemps.

C’est une vraie problématique cependant qui concerne ou a concerné autrefois plus de 70% pays ou États dans le monde. La France est donc loin d’être la seule à s’y soumettre, puisqu’à ce jour ce sont encore 40% des territoires d’Europe occidentale et d’Amérique du nord notamment qui appliquent toujours le changement en vigueur.

Dans l’Union Européenne, l’harmonisation du changement d’heure est effective depuis 1998, mettant tout le monde d’accord. Toutefois en mars 2019, cette application dans les États membres est remise en question par les eurodéputées et l’idée d’y mettre fin pointe son nez. Par malchance, la crise sanitaire est passée par là, et l’économie en pâtit. La fin du changement d’heure a sauté de l’agenda politique européen malgré une demande de suppression effective pour 2021. Une véritable arlésienne qui nous pousse à penser “Mais ça ne devait pas être déjà fini, le changement d’heure ?” chaque mois de mars et d’octobre, tout en réglant nos horloges.

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 18 décembre 2025

Raisonnements économique et politique

Entre les sentiments de déjà-vu, d'attente ou de lassitude, le changement d'heure rythme la vie des Français tous les 6 mois. Symbole de décennies d'agitation au XXe siècle, nous ne savons plus vraiment à quand remontent de telles habitudes : guerres mondiales, guerre du pétrole, guerre politique pour s'accorder à mettre un point final à cette saga horaire.

Pourtant, c'est en 1916, alors en pleine grande guerre, que les Allemands ont appliqué le changement d'heure pour économiser de l'énergie, suivis des Britanniques et des Français. Une idée qui date cependant de 1784, suggérée par le politique indépendantiste américain Benjamin Franklin et publiée dans Le journal de Paris. L'initiative a été reprise notamment durant la seconde guerre mondiale par d'autres pays. En France, en raison de l'occupation allemande, tout le pays (même la zone libre) a dû se "mettre à l'heure allemande", pour convenir au régime hitlérien. À noter que l'Espagne est dans la même situation à cette époque, car son dirigeant Franco voulait s'adapter au fonctionnement des Nazis. Une situation qui explique pourquoi la France et l'Espagne vivent au rythme de l'Allemagne.

Une étude de l'ADEME (Agence de la transition écologique) a indiqué dans ses statistiques il y a 10 ans que le bénéfice minime du passage annuel à l'heure d'été s'élevait à hauteur de 351 GWh d'électricité. Mais cela ne représente que 0,07 % de la consommation globale française. La tendance de cette économie d'énergie est à la baisse depuis plusieurs années, notamment par l'avancée de l'éclairage économique dans les lieux publics, les entreprises et les foyers.

Bouleversements sur le long terme

À la Libération, les Français ont retrouvé leur fuseau horaire GMT d'autrefois, avant d'y ajouter 1h en 1945. C'est en 1976, soit 30 ans après le premier décalage horaire appliqué en Europe, que la France s'est inscrite durablement dans la dynamique du changement d'heure. Une décision venant du président Valéry Giscard d'Estaing, suite au choc pétrolier de 1973. Mais tout ne s'est pas passé comme prévu : le décalage d'abord temporaire est devenu durable. Il a par ailleurs modifié le mode de vie des Français entre autres, mais aussi celui des autres pays de l'Union Européenne ayant adopté l'heure d'été depuis plusieurs décennies.

Par cette application du décalage horaire, le XXe siècle marque un tournant dans l'Histoire politico-économique mondiale, répondant à une logique fondamentalement opportuniste. Et quand bien même nous supprimions ce changement d'heure, les conséquences inquiètent à l'heure actuelle.

Par exemple en France, en maintenant à l'année l'heure d'été dans tout le pays, certaines régions ne verraient le soleil se lever que tardivement en hiver, vers 10h. La santé en pâtirait également, avec un sommeil perturbé par le déphasage de notre physiologie et notre environnement. D'un autre côté, en revenant à l'heure d'hiver de manière pérenne, ce sont les longues fin de journées du printemps et de l'été qui n'auront plus la même luminosité. Un impact potentiel sur notre bien-être mais aussi sur toute l'activité touristique que cela implique avec des journées moins longues. Sommes-nous réellement prêts à faire des concessions ? Sommes-nous prêts à ne plus changer d'heure tous les 6 mois ? Désirons-nous

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839
Pour toujours en savoir plus, lisez **www.echodumardi.com**, le seul média économique 100% Vaucluse habilité à publier les annonces légales, les appels d'offres et les ventes aux enchères !

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 18 décembre 2025

être plus proches du rythme de la Nature avec l'UTC +1 ou bien avons-nous des besoins qui ne peuvent que se satisfaire par un décalage permanent de 2h ?

Amy Rouméjon Cros

Passage à l'heure d'été : ce qu'il faut savoir

Les jours rallongent et les nuits sont plus courtes… Aucun doute, le passage à l'heure d'été arrive à grands pas. Il aura lieu ce week-end, dans la nuit du samedi 30 au dimanche 31 mars. L'heure avancera et nous dormirons une heure de moins. À 2 heures du matin, il faudra ajouter 60 minutes à l'heure l'égale. Il sera donc 3 heures du matin.

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 18 décembre 2025

©service-public.fr

Mais savez-vous pourquoi on change d'heure deux fois par an ?

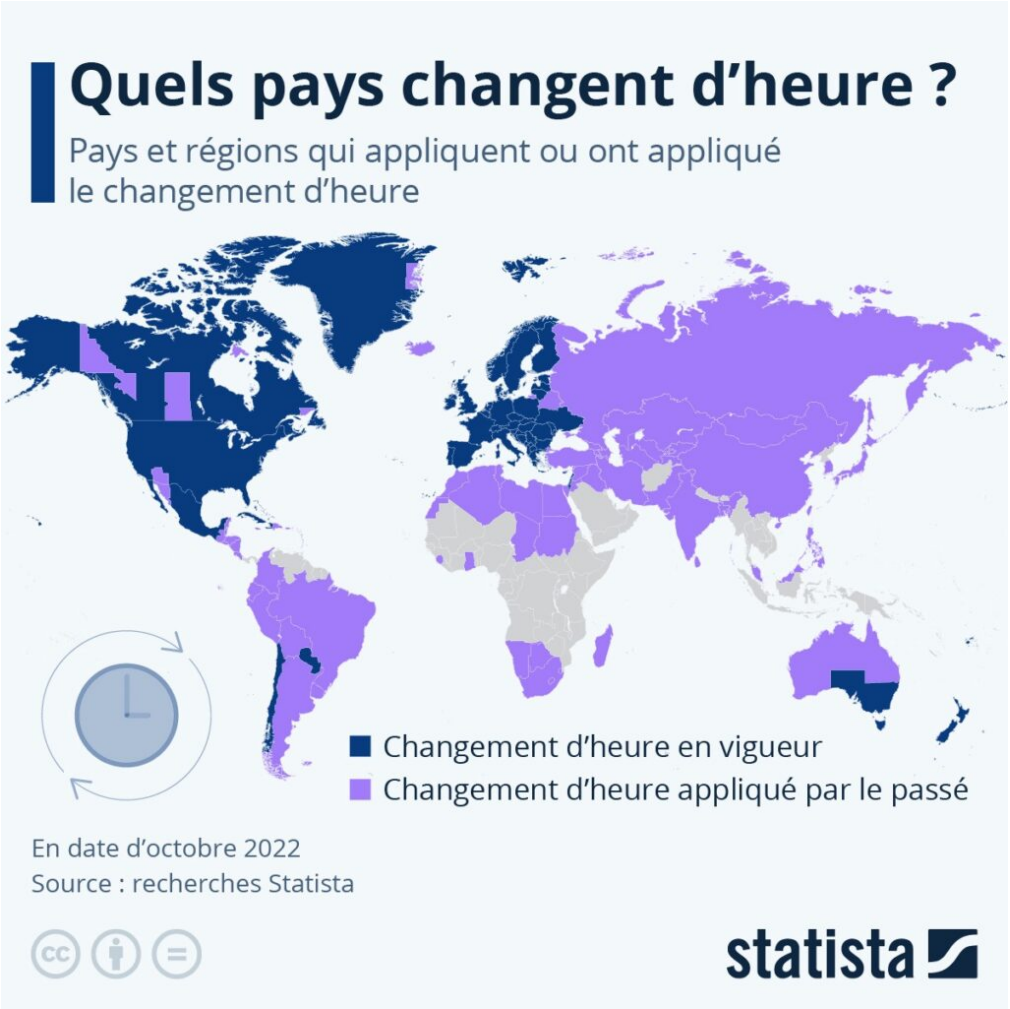
Le changement d'heure a été instauré en France à la suite d'un choc pétrolier dans les années 1970. Les dates de changement d'heure ont ensuite été harmonisées au sein de l'Union européenne en 1998. Depuis, le passage à l'heure d'hiver s'effectue le dernier dimanche d'octobre et le passage à l'heure d'été, le dernier dimanche de mars dans tous les pays membres.

Les eurodéputés ont voté en 2019 pour un projet visant la suppression de ce changement d'heure, mais ce projet a été mis de côte avec l'arrivée de la crise du Covid-19.

Selon Statista, plus de 140 pays ont mis en œuvre le changement d'heure à un moment donné de leur histoire, mais moins de 40 % des États de la planète l'appliquent encore (données datant de 2022).

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 18 décembre 2025



©Statista