

Ecrit par le 9 février 2026

# 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 eurodéputés 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.

Ecrit par le 9 février 2026

## 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

Écrit par le 9 février 2026

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

## Le nouveau Ventoux Magazine printemps est paru



**Le 60<sup>e</sup> numéro de Ventoux Magazine vient de paraître. L'occasion d'accueillir le printemps en beauté avec la découverte des trésors des gorges de la Nesque, un focus sur la bibliothèque-musée Inguimbertaine à Carpentras, la célébration du centenaire de la commune de Vaison-la-Romaine, ou encore les délicieuses recettes de Xavier Mathieu du Phébus à Jocas.**

Ce nouveau numéro printanier du Ventoux Magazine célèbre avec [la ville de Vaison-la-Romaine le centenaire de son nom](#). Plusieurs caves coopératives fêtent également cette année le passage symbolique du siècle, l'occasion de faire un point d'étape sur ce modèle économique solidaire.



Ecrit par le 9 février 2026

Puis, direction Carpentras pour découvrir en avant-première la bibliothèque-musée Inguimbertaine avant sa réouverture dans un espace flambant neuf en avril. Côté nature, vous pourrez plonger dans le fabuleux canyon des gorges de la Nesque.

Quant à l'artisanat, vous découvrirez les ateliers de Mélanie Dupont avec ses origamis près de Buis-les-Baronnies, et de la boulangerie La Croûte céleste à Robion avec ses pains et ses gourmandises.

Ce numéro passera aussi par les hameaux oubliés de la Nesque, ainsi que par Travignon, hameau fantôme situé à une heure de marche de Saint-Saturnin-lès-Apt. Et avec l'arrivée du printemps vient l'envie de sortir de chez soi, vous découvrirez donc des idées de sorties dans le Vaucluse, la Drôme et les Alpes-de-Haute-Provence.



## Comment profiter de la forêt tout en la préservant ?



**Cyclistes, cavaliers, marcheurs, sportifs... L'ONF rappelle à tous les usagers de la forêt les bons réflexes à avoir pour une promenade responsable, avec un maître-mot : donner à chacun et chacune les clés pour mieux comprendre les enjeux de la forêt, et ainsi, mieux agir.**

Le printemps est arrivé, les beaux jours reviennent, la saison de la chasse est terminée et la tentation d'aller se promener en forêt est grande. Pour rappel, avec un département de Vaucluse recouvert à 53% de forêts, la région Provence-Alpes-Côte d'Azur est la 2e région la plus boisée de France avec 51% du territoire recouvert de forêts. Ainsi, cueillir, observer, se détendre, pratiquer une activité de loisirs font partie des plaisirs simples en forêt. Pour mieux comprendre les enjeux de la forêt, l'ONF fait le point sur



Ecrit par le 9 février 2026

les activités autorisées et celles qui ne le sont pas.

### **Au printemps, puis-je cueillir des fleurs ?**

Oui, avec modération. Dans les forêts communales, il faut se rapprocher de la mairie. En forêt domaniale, la cueillette est tolérée. Il est possible de ramasser 5 lites (1 panier) de baies, fruits, champignons... Concernant les fleurs, celles-ci doivent être saisies à la main et la récolte est d'au maximum le contenu d'une main. Si vous cueillez des baies près du sol, n'oubliez pas de les cuire pour éliminer les éventuels parasites. La cueillette en forêt domaniale au-delà des limites autorisées est passible d'une amende pouvant aller jusqu'à 45 000 euros et d'une peine d'emprisonnement. Les sanctions sont plus lourdes dans certains espaces et pour les espèces protégées.

### **Puis-je me promener partout ?**

Oui, en prenant des précautions. Il peut être risqué de s'aventurer hors des sentiers balisés. Les parcelles forestières abritent du bois mort et une végétation masquant les irrégularités du sol : ces facteurs rendent la marche difficile pour les promeneurs et constituent un risque pour leur sécurité. Sortir des chemins autorisés accélère l'érosion des terrains fragiles et dégrade la végétation du sous-bois. Il ne faut pas entrer dans les réserves biologiques intégrales car ces espaces sont laissés en libre évolution, sans intervention de l'homme pour favoriser la biodiversité.

### **Puis-je promener mon chien en laisse ?**

Oui et non. Tout au long de l'année, les chiens doivent impérativement rester sous la surveillance de leur maître et ne pas s'éloigner à plus de 100 mètres. Au printemps, la réglementation se durcit : du 15 avril au 30 juin de chaque année, un arrêté ministériel impose aux propriétaires canins de tenir leurs animaux en laisse en dehors des allées forestières. L'allée forestière se comprend au sens large comme les routes, chemins ou sentiers forestiers, notamment les GR, mais aussi tous les chemins de promenade. En revanche, les cloisonnements forestiers, les pares-feux et les limites de parcelles ne sont pas considérés comme des chemins. En cas de non-respect, le contrevenant encourt une amende pouvant aller jusqu'à 750 euros.

### **Puis-je organiser un évènement en forêt domaniale ?**

Oui, seulement si autorisation de la part de l'ONF. Toutes les demandes de manifestations doivent faire l'objet d'une sollicitation de l'ONF. Cela évite que des marcheurs, des cavaliers et des vététistes ou des associations se marchent sur les pieds.

### **Puis-je pratiquer du VTT en forêt ?**

Oui, à la condition de circuler exclusivement sur les routes et chemins forestiers. Dans les sites très fréquentés, les vélos et les cavaliers peuvent être autorisés uniquement sur les chemins larges (au moins 2,50 mètres) et les itinéraires balisés. La circulation des VTT et des cavaliers hors sentiers, détériore la végétation, entraîne le tassement des sols, accélère l'érosion et dérange les animaux de la forêt. Certains chemins sont parfois interdits d'accès afin de préserver les milieux fragiles et assurer la sécurité des usagers.

### **Puis-je allumer un feu de camp en forêt ?**



Ecrit par le 9 février 2026

Non. Fumer, allumer un feu de camp ou faire un barbecue en forêt peut provoquer un incendie. En 2022, plus de 7 000 feux ont été déclarés en France, représentant 63 000 hectares de forêt brûlés, dont 17 000 hectares sur le seul bassin méditerranéen. 90% des feux sont d'origine humaine. Allumer un feu est passible d'amende et/ou de peine d'emprisonnement en cas d'incendie. Des réglementations plus strictes peuvent s'appliquer localement.

**Puis-je jeter mes déchets en forêt ?**

Non. A certains endroits, les poubelles ont été supprimées volontairement car les animaux, en les fouillant, se blessaient ou s'étouffaient. Il est indispensable d'éviter tous les types de dépôts sauvages, même les déchets verts et alimentaires. Les uns favorisent le développement de plantes envahissantes, les autres sont un danger pour les animaux qui perdent leur instinct sauvage et risquent de s'empoisonner. Abandonner des déchets en forêt est passible d'une amende pouvant aller jusqu'à 1 500 euros.

*Pour en savoir plus sur les bonnes pratiques en forêt, consultez [la charte du promeneur](#).*