

Publié le 28/10/2011 à 12:25, Mis à jour le 26/10/2012 à 15:35

## Passage à l'heure d'hiver : comment ça marche ?

### France - Changement d'heure



*L'horloger Vincent Laumailé mettra les pendules à l'heure./ Photo JN*

N'oubliez pas de régler vos montres, pendules et horloges ce week-end !

Dimanche 28 octobre 2011, en vous réveillant, il ne sera pas 9 heures mais 8 heures. Vous devrez retenir 60 minutes à l'heure légale et pourrez ainsi dormir une heure de plus. Le changement d'heure se fait à partir de 3 heures du matin. L'heure d'hiver sera appliquée jusqu'au dimanche 31 mars 2013 à 2 heures du matin.

Le passage de l'heure d'été à l'heure d'hiver est un processus qui se répète depuis 35 ans. Le concept a été durablement instauré en France à partir de 1975, au lendemain du premier choc pétrolier de 1974, et a été harmonisé dans tous les pays de l'Union européenne en 1998. En ajustant l'heure locale officielle d'une heure par rapport au fuseau horaire standard (c'est-à-dire pendant le printemps, l'été et le début de l'automne), le pays réalise ainsi des économies d'énergie. Les horaires d'activités correspondent aux horaires d'ensoleillement pour limiter les dépenses d'éclairage artificiel. On profite ainsi de 60 minutes supplémentaires de jour, le soir pendant l'été. Ce système a été encouragé en France par l'Agence de l'environnement et de la maîtrise de l'énergie (Ademe).

En 2009, cette dernière a réalisé une étude qui montre que le gain sur l'éclairage obtenu en France grâce au changement d'heure était de l'ordre de 440 gigawatt/heure. L'équivalent en éclairage d'environ 800 000 ménages. Le changement d'heure suscite de nombreuses critiques : certains estiment que la modification brutale des rythmes biologiques, en particulier pour les enfants, est préjudiciable. De même et depuis plusieurs années, les écologistes dénoncent la contribution de l'avancée horaire sur l'augmentation du niveau de pollution atmosphérique.