

## DIMANCHE, À 3H IL SERA 2H

# UNE HEURE DE PLUS AU LIT



© SHUTTERSTOCK/SRA

Le passage à l'heure d'hiver permet de dormir une heure de plus.

**C'est un rituel immuable qui ne fait pas l'unanimité.** Dans la nuit de samedi à dimanche, nous passerons à l'heure d'hiver. A 3h du matin, il ne sera en réalité que 2h. Ce qui, concrètement, permettra de dormir une heure de plus. Pourtant, seuls 19 % des Français approuvent ce changement d'heure, selon un sondage OpinionWay publié hier. Si 27 % des personnes interrogées se disent indifférentes, plus de la moitié

(54 %) y sont opposées. Et pour cause, 59 % d'entre elles pensent que cela ne permet pas de faire des économies d'énergie, alors qu'il s'agit là de la raison du changement d'heure. L'Ademe (Agence de l'environnement et de la maîtrise de l'énergie) estime cependant qu'il permet d'économiser quelque 440 GWh en éclairage sur un an, soit la consommation annuelle de 800 000 ménages, et 44 000 tonnes de CO<sub>2</sub>. •