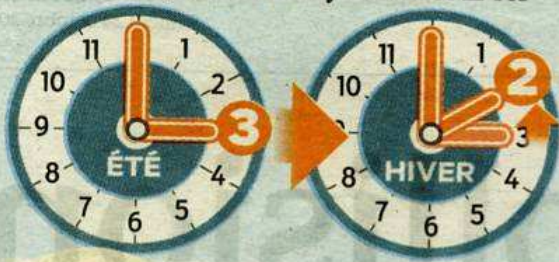


Cette nuit à 3 h, il sera 2 h.



78

Samedi 24 octobre 2015 - N° 22123 - www.leparisien.fr

1,20 €

Le Parisien

L'heure d'hiver, on n'y comprend toujours rien

RYTHMES. « Je recule ou j'avance ma montre ? » Le changement d'heure a beau exister depuis presque quarante ans, 51 % des Français se posent encore la question !

« **AU MOINS**, on dormira une heure de plus cette nuit-là ». Cette phrase que l'on entend partout — au bureau, à la maison, chez sa boulangère — annonce l'imminence du traditionnel passage à l'heure d'hiver, qui se fera dans la nuit de samedi à dimanche. Une phrase censée réconforter le chaland qui anticipe déjà sa déprime saisonnière avec la perte de luminosité qui en découle... Sauf que cette phrase est très souvent suivie de beaucoup d'autres : « Mais non, tu te trompes, on dort une heure de moins » ; « du coup, je recule ou j'avance ma montre ? » ; « est-ce que mon smartphone est paramétré pour ça ? ». Et, la plupart du temps, le verdict tombe : « Bah, je n'en sais rien, en fait. »

Institué en 1976, afin de réduire la consommation d'énergie, ce changement d'heure, le Français ne s'y est toujours pas habitué et reste déboussolé. C'est ce que révèle un sondage OpinionWay pour le site Ooreka, chargé de faciliter la vie des internautes en leur apportant des réponses d'experts à leurs questions du quotidien. Il en ressort que 51 % d'entre nous ne savent pas dans quel sens tourner les aiguilles. Les moins de 35 ans sont les plus perdus pour franchir cette « faille spatio-temporelle » : ils sont 60 % à ne pas savoir s'ils doivent avancer ou reculer leur montre à chaque changement d'heure.

Les trucs imparables, ou presque, des internautes

Alors voilà, chers lecteurs désespérés : à 3 heures du matin ce dimanche 25 octobre, il sera de nouveau 2 heures. Nous devons donc RECULER nos horloges et retrancher une heure. Le sujet est si compliqué que sur les forums, les internautes se passent leurs trucs pour ne pas s'emmêler les pincesaux... Il y a tout d'abord la version mnémotechnique : « Pour l'heure d'été on est presque en avril donc on avance parce que ça commence par AV (comme le début d'avancer), pour l'heure d'hiver on est en octobre donc on recule parce



Avancer ou reculer les aiguilles de son horloge ? La question se pose souvent pour le passage à l'heure d'été ou d'hiver. Demain, à 3 heures du matin, il sera... 2 heures. Bonne nouvelle pour les fêtards, ils auront 60 minutes de plus pour récupérer de leur soirée.

que ça finit par RE (comme le début de reculer). »

Le truc le plus drôle, selon un internaute : « Se faire inviter chez un ami le dimanche en question. Sans rien changer à son radio-réveil ni à sa montre. En arrivant chez lui : deux solutions. Soit il dit : *j'ai pas encore fait à manger, t'es en avance... ou j'ai tout cramé car tu as une heure de retard. C'est l'idéal pour savoir où on en est. Le soir en rentrant à la maison, il n'y a plus qu'à faire les changements nécessaires sur tous les réveils.* » Par contre, si

l'ami en question ne dit rien, fait remarquer l'internaute facétieux, « c'est qu'il a également oublié de changer d'heure, ou qu'on s'est trompé de week-end ! ».

On préfère de loin l'heure d'été

Ce qui est sûr, c'est qu'on ne l'aime pas, cette heure d'hiver. Tout simplement parce qu'elle signe surtout notre entrée dans les frimas. On lui préfère, de loin, sa sœur : l'heure d'été. D'ailleurs, si le changement d'heure venait à être supprimé, et qu'il fallait

alors choisir entre les deux, l'opinion des Français est bien arrêtée sur la question : 76 % préféreraient rester à l'heure d'été avec un soleil qui se couche donc plus tard. Les moins de 35 ans s'avèrent, d'ailleurs, les plus favorables (86 %). Les 50-64 ans sont moins enthousiastes sur cette option, 34 % d'entre eux souhaiteraient même rester à l'heure d'hiver pour profiter du soleil le matin. Quoi qu'il en soit, pour espérer le voir se lever demain, il faudra pointer son nez dehors à 7h26, heure d'hiver bien sûr !

CHRISTINE MATEUS