



Changement d'heure : Attention, ce dimanche à 3 heures du matin, il sera 2 heures (sauf en Outre-mer)

TIC TAC La pratique du changement d'heure devrait être supprimée en 2021, suivant une décision du Parlement européen

Publié le 21/10/19 à 16h43 — Mis à jour le 21/10/19 à 17h13



(Illustration) Ce dimanche 27 octobre : à 3h du matin, il sera en réalité 2h. — *Vincent Loison/SIPA*

C'est un rituel bien ancré dans les ménages de la France métropolitaine : [le changement d'heure](#). Et ce dimanche 27 octobre, il faudra reculer son horloge d'une heure à l'occasion du passage à l'heure d'hiver. Ainsi, à 3 heures du matin, il sera en réalité 2h du matin.

Les Européens gagneront alors une heure de sommeil avant de répéter la manœuvre dans l'autre sens le 29 mars 2020, lors du passage à l'heure d'été. La problématique ne concerne pas [les territoires ultramarins](#), qui [ne changent jamais d'heure](#).

Vers la fin du changement d'heure en Europe en 2021

Mais ce rite devrait bientôt prendre fin d'ici deux ans. En effet, [le Parlement européen s'est prononcé en faveur de la suppression du changement d'heure pour 2021](#), le 26 mars 2019. Reste désormais aux Etats membres de définir les modalités de l'arrêt de cette pratique.

Instauré initialement pour réaliser des économies d'énergie, le changement d'heure en été et en hiver dans l'UE – en vigueur en France depuis 1976 – suscite de vives oppositions depuis des années, ses détracteurs invoquant des [effets négatifs sur le sommeil et la santé](#) ou sur les accidents de la route et l'absence de réelles économies d'énergie.

Une majorité des Français se sont déclarés en faveur du [maintien de l'heure d'été](#) toute l'année lors d'une grande consultation citoyenne organisée par l'Assemblée nationale, en mars dernier. Sur les plus de deux millions de citoyens [ayant répondu au sondage](#), « 83,71 % des répondants sont pour mettre fin au changement d'heure deux fois par an » et « 59,17 % des répondants choisissent de toujours rester à l'heure d'été » (UTC + 2). Les Etats qui adopteront définitivement l'heure d'été ajusteront leurs montres pour la toute dernière fois au printemps 2021. Mais pour l'heure, aucune mesure n'a été évoquée.