

# Notre temps

## Changement d'heure, à vos pendules!

le 02 janvier 2020 à 14h12 par Magali Quent

Dimanche 27 octobre 2019, la France passe à l'heure d'hiver. À 3h, il sera 2h. L'occasion de remettre les pendules à l'heure sur ce changement.

En mars 2019, les eurodéputés ont voté **pour la suppression du changement d'heure saisonnier**. Cette réforme devrait prendre effet en 2021. Pour l'heure, la valse des aiguilles continue!

- **Avancer ou reculer les aiguilles, éternelle question!**

Au passage à l'heure d'hiver nous reculons les aiguilles d'une heure: à **3 h du matin, il sera 2 h**. Pour éviter les confusions, mieux vaut charger une seule personne de mettre toutes les pendules à l'heure le jour J. Et ne pas toucher aux smartphones, tablettes, ordinateurs, box internet qui passent automatiquement à la nouvelle heure! En cas de doute, reste l'horloge parlante: au 3669 (2,99€ l'appel)

- **Notre horloge biologique déboussolée...**

Les experts français s'accordent à dire que **les changements d'heure perturbent notre horloge biologique pendant quatre à cinq jours**. L'humeur, l'appétit et le sommeil en font les frais, notamment chez les bébés et personnes âgées.

- **Ça fait même tourner les vaches en bourrique!**

D'après les éleveurs, les ruminantes produiraient lors du changement d'heure un lait de moindre quantité et de moindre qualité. Certains producteurs décalent donc de quart d'heure en quart d'heure, pendant quatre jours l'heure de la traite pour les leurrer sur le changement horaire.

- **200 ans de valse-hésitation**

L'inventeur Benjamin Franklin évoqua l'idée pour la première fois en 1784. C'est pour économiser le charbon pendant la Première Guerre mondiale que l'Allemagne l'adopta, **le 30 avril 1916**. Elle fut suivie par l'Angleterre et la France. Pendant la Deuxième Guerre mondiale, l'occupant allemand impose à la France l'heure d'été pour la même raison. La mesure est illico abandonnée à la Libération. **En 1976, à la suite du premier choc pétrolier, le Président Giscard d'Estaing décide de renouer avec cette mesure** afin de réduire les besoins d'éclairage donc d'énergie. Le principe étant de faire au maximum coïncider les périodes d'ensoleillement avec les périodes d'activités.

- **En Bretagne et dans les DOM-TOM, pas question!**

Dans les DOM-TOM, les heures de coucher et de lever du soleil varient très faiblement, la mesure n'a pas été jugée utile. Et à l'extrême pointe bretonne, sur l'île de Molène, une poignée d'irréductibles la refuse tout bonnement, dans un sens comme dans l'autre, depuis 1976, voire même depuis l'Occupation. Pour eux la journée du 29 octobre ne comptera que 23 h!

- **L'exception russe**

En Europe, depuis 1998, la date du changement d'heure a été harmonisée sauf en Russie où, depuis 2014, Vladimir Poutine a décidé que les Russes vivraient toute l'année à l'heure d'hiver.