

# Heure d'hiver

Articles

Le 28 octobre 2009 |

Durant la nuit du samedi 25 au dimanche 26 octobre, nous sommes passés à l'heure d'hiver. Nous avons reculé nos montres d'une heure. A 3 heures du matin ce dimanche, il était donc 2 heures. Nous sommes passés de l'heure de GMT+2 à l'heure de GMT+1. Et nous avons, au passage, gagné une heure de sommeil.

En Belgique, comme dans beaucoup d'autres pays d'Europe, le changement d'heure est appliqué depuis 1977. En 1973, c'était la crise pétrolière. Pour économiser le pétrole, on a par exemple, décidé des « dimanches sans voitures ». On a aussi pensé à d'autres moyens pour économiser l'énergie. Un des moyens ? Essayer de profiter le plus longtemps possible de la lumière du jour. On a donc imaginé de changer les heures, l'été, pour utiliser moins d'électricité le soir. La Grande-Bretagne connaissait déjà ce système. La France a décidé d'appliquer l'heure d'été en 1976. Les pays du Benelux : Belgique, Pays -Bas et Luxembourg ont suivi le mouvement en 1977.

Aujourd'hui, les passages aux heures d'été et d'hiver sont réglementés par des lois nationales et aussi par des directives européennes. L'heure d'hiver commence le dernier dimanche d'octobre et l'heure d'été commence le dernier dimanche de mars. Le 28 mars 2010, nous ferons donc exactement la manoeuvre contraire : nous avancerons nos montres d'une heure. Nous dormirons alors une heure de moins. Pourquoi ces changements ? C'est pour faire des économies d'énergie. On utiliserait mieux la lumière solaire naturelle pour nos activités. Mais aujourd'hui, beaucoup de chercheurs contestent ces économies. Même la Commission européenne parle d'économies assez limitées. Le changement d'heure a aussi des effets négatifs. Il trouble notamment le rythme biologique des humains et des animaux.

En fait, si on maintient encore l'heure d'été en Europe, c'est surtout pour permettre aux gens de mieux profiter de leurs loisirs pendant les périodes de printemps et d'été.