

HEURE D'HIVER !

Petit rappel [MédiaChartres](#), pour les ... « endormis » !



Le passage à l'heure d'hiver 2022 aura lieu dans la nuit du **Samedi 29 au dimanche 30 octobre**. Les Français devront passer à l'heure d'hiver **en reculant d'une heure** : à **3 heures du matin**, il sera alors officiellement ... **2 heures**.

Tic-tac, tic-tac, les Français vont gagner une heure de sommeil. En effet, cette année encore, l'Hexagone se mettra à l'heure d'hiver.

Les smartphones et les ordinateurs changeront automatiquement d'heure. Pour certains réveils et montres, le rituel va se répéter et il va falloir les mettre manuellement à la bonne heure.





Quelques résultats.

L'objectif de ce passage à l'**heure d'hiver**, qui fait l'objet d'une directive officielle du Parlement européen, est de gagner une heure d'ensoleillement naturel pour faire des **économies d'électricité**.

Toutefois, dans la mesure où les gains énergétiques seraient limités et auraient des **effets négatifs sur la santé** ?, le changement d'heure est de plus en plus contesté.

Une soixantaine de pays appliquent toujours les changements d'horaires saisonniers, d'autres ont fait le choix de les abandonner. C'est le cas, par exemple, de la Tunisie, de l'Égypte, de l'Islande, de l'Arménie et même de l'Ukraine.

En France, le changement d'heure a été instauré à la suite du **choc pétrolier de 1973-1974**. Il s'apprêterait donc à fêter ses **50 ans** dans nos vies, même si une majorité de la population ne veut plus de lui.

Comme vous, **MédiaChartres** ne sait pas si vous vivons une dernière (?)



Karine Relin