



## **Communiqué de Presse, 23 Octobre 2018, "Gardons la France à GMT+1"**

ACHED Association française Contre l'Heure d'Été Double

**L'ACHED conjure le gouvernement français d'anticiper les décisions et de faire rester la France à GMT+1 en 2019**

### **23 Octobre 2018: J-5 du retour à GMT+1 pour l'hiver!**

**Dans quelques jours**, changement d'heure de fin octobre: dans la nuit de samedi à dimanche, à 3h il sera 2h. Nous quitterons la zone temps GMT+2 et repasserons sous zone temps GMT+1. Nous cesserons alors d'être deux heures en avance sur le soleil et aimerions que cela soit **définitif**.

Pour la santé des Français et pour leur futur proche,  
pour une action immédiate contre le dérèglement climatique,

**l'ACHED, Association française Contre l'Heure d'Été Double demande solennellement:**

- 1) l'abandon de l'avancement des deux heures dès mars 2019**
- 2) l'abandon des changements bisannuels aussi dès mars 2019**

**Depuis 1976, la France métropolitaine s'est vue imposée une heure d'été double, GMT+2 (\*), deux heures d'avance sur le soleil en été**, c'est à dire une heure en sus de l'heure GMT+1 héritée de la guerre 39-45. Cette mesure nationale est devenue depuis **également une affaire européenne**, sous la houlette de la commission Transport (Move) de la Commission européenne. Mais seuls 4 autres pays européens sont comme la France sous heure d'été double: l'Espagne et les pays du Benelux, depuis que le Portugal a quitté cette situation en 1996. Les autres sont sous heure d'été simple. En 2018, le Parlement européen a **appelé à l'arrêt des changements d'heure (sous entendu les heures d'été)** et saisi la Commission européenne. Suite à cela, la Commission a élaboré un sondage appelé consultation dans la chaleur de l'été et nous offre cet hiver un plan d'arrêt des changements d'heure. Ce faisant, la commission cache peu et tente de susciter une **préférence pour l'heure d'été, totalement injustifiée** dans l'intérêt général de notre point de vue. Elle propose de lui donner pouvoir via une nouvelle directive (son intérêt alternatif serait sans doute que rien ne se fasse et qu'elle garde le contrôle avec la présente directive). Elle dit laisser les pays libres dans leur droit de choisir leur nouvelle heure standard tout en organisant un dernier changement en mars 2019 qui pourrait nous laisser tous en heure d'été.

**En mars 2019, l'ACHED demande "Gardons la France à GMT+1!"** sans nécessairement nous soumettre aux propositions compliquées de la Commission Européenne qui nous laissent dubitatifs. Comme le Portugal en mars 1996, changeons (virtuellement) de zone horaire vers GMT (notre fuseau géographique) au même moment que le changement d'heure, ce qui résultera en un changement d'heure de 0h et **un été à GMT+1**. Il est possible que l'Espagne nous suive (ou nous devance) et d'autres encore. A l'automne 2019, les aspects européens clarifiés, nous **resterions à GMT+1** évitant ainsi un nouveau changement d'heure.

### **De multiples résolutions et recommandations justifient cette action:**

- résolution numéro 54 du Sénat français du 3 janvier 2001:

<http://www.senat.fr/leg/tas00-054.html>

- recommandation 1432 du Conseil de l'Europe adressée le 4 Novembre 1999 au comité des Ministres:

<http://assembly.coe.int/nw/xml/XRef/Xref-DocDetails-FR.asp?FileID=16732&lang=fr>

-les injonctions multiples et répétées à réduire la pollution atmosphérique des villes en France

**Il faudrait l'annoncer dès que possible, de préférence avant décembre 2018 pour mieux s'y préparer.**

**Les Français s'adapteront sans nul doute à une heure GMT+1.** On peut leur demander ce qui est mieux pour la France, plutôt que de les laisser regretter ce à quoi ils se sont adaptés bon gré mal gré et ont réticence à quitter.

Ainsi nous pensons que les **Français y iront de bon coeur** s'ils connaissent les **7 points capitaux suivants:**

- 1) **LUMIÈRE MATINALE BÉNÉFIQUE:** on la reçoit **plus facilement sous heure GMT ou GMT+1** en route ou dans les activités matinales. Les loisirs ça peut être le matin aussi! Il y aura encore des loisirs le soir y compris des barbecues. Et avec GMT+1 on aura aussi des activités nouvelles sous les étoiles.

(\* Nous utilisons ici le sigle GMT (Greenwich Mean Time) au même sens que le sigle UTC (Temps Coordonné Universel) .

- 2) CHANGEMENT D'HEURE = CHRONO RUPTURE: le changement d'heure perturbe le **sommeil**, rend **malade** , augmente les **crises cardiaques** (au printemps), et peut-être les **accidents** et certainement fait **grossir**.
- 3) HEURE D'ÉTÉ, MAUVAISE SANTÉ : avec **GMT+2** , soit l'avancement de 2 heures sur le soleil, on a perturbation du sommeil et d'autres perturbations physiologiques avec leurs conséquences **même sans le concours du changement d'heure!** Avec moins de lumière matinale et trop de lumière tard le soir, nos **horloges biologiques peinent**, on dort moins bien, moins longtemps, on grossit, et on est malade éventuellement sans en comprendre la cause.
- 4) HEURE D'ÉTÉ, TU GASPILLES - C'EST MAUVAIS POUR LE CLIMAT: Clamons la **vérité sans fard sur l'énergie**. L'heure d'été double c'est du **gaspillage pur et simple, un facteur aggravant pour le dérèglement climatique**. En 1975 on a pensé à l'éclairage comme il y a un siècle, mais pas au chauffage, à la climatisation, aux transports...et aux lampes économes. Depuis la France s'est empêtrée dans un mauvais argumentaire. La seule explication présentée depuis quelques années est "faire mieux coïncider la lumière naturelle avec l'activité humaine" (ou l'inverse?). Officiellement, l'économie d'éclairage est de 0,07 % de la consommation d'électricité totale, très peu par rapport aux autres consommations entraînées par le système.
- 5) HEURE D'ÉTÉ, TU NOUS POLLUES: avec **GMT+2** , soit l'avancement de 2 heures sur le soleil, il y a plus le trafic automobile sous plus de chaleur et de lumière l'après midi ce qui **augmente la pollution de l'air** que nous respirons. Rappelons que la pollution de l'air provoque près de 50.000 morts prématurées par an en France.
- 6) HEURE D'ÉTÉ, TU NOUS TUES DANS LA PÉNOMBRE : avec **GMT+2** , soit l'avancement de 2 heures sur le soleil, les enfants , les jeunes parents, les grand parents, les piétons, et les travailleurs du matin **risquent de mourir en route dans la pénombre et l'humidité du matin** et encore plus si on met GMT+2 toute l'année.
- 7) HEURE D'ÉTÉ , C'EST L'ENFER POUR CERTAINS: avec **GMT+2** , soit l'avancement de 2 heures sur le soleil, **tant de personnes souffrent** de se lever en milieu de nuit, d'avoir froid le matin et de se coucher dans la chaleur de début de soirée. Cela se passe dans les hôpitaux, les fermes, les maisons de retraites, et aussi à la maison, pour les personnes âgées, personnes malades, mais aussi notamment pour les enfants, et même les adultes.

**En bref, GMT+1 c'est une bonne cure pour la santé de tous et une bonne action pour le climat.**

**Ultérieurement** il est possible que l'avenir nous emmène à nouveau vers GMT, notre propre fuseau horaire. Il est peut-être trop tôt pour le dire. Mais une réflexion sur le futur énergétique montrera peut-être l'intérêt des pays à vivre chacun à l'heure du propre fuseau géographique pour pouvoir mieux se répartir la production électrique. Avoir plusieurs fuseaux horaires au sein de l'Union Européenne n'est pas un problème, des pays comme les Etats-unis en ont bien plusieurs aussi, sans souci pour leur marché intérieur.

**Aux citoyens français** qui voudraient exprimer leur soutien: écrivez à vos élus et à la Commission; rejoignez nous à l'ACHED; **signez notre pétition** pour abandonner GMT+2 à l'intention du premier ministre, sur le site CyberActeurs: <https://www.cyberacteurs.org/cyberactions/necherchonsplusmidiaquatorzeheures-2557.html> en collaboration avec une association amie "La Méridienne". Nous vous encourageons aussi à être tournés vers le futur, **unis et engagés sur le climat**. L'abandon du GMT+2 va dans le bon sens et apporte une bonne fondation. Des forces vives se manifestent avec les marches pour le climat. **Il faut se réveiller et agir en temps, c'est à dire maintenant.**

Sincèrement votre, l'ACHED, Association française Contre l'Heure d'Eté Double

*Contact presse : Laetitia MOREAU-GABARAIN, présidente de l'association*

ACHED - Association Contre l'Heure d'Eté Double 14, avenue de St-Germain 78160 Marly-le-Roi (France)

Portable 09 77 19 91 14 Sms 06 86 45 24 52 Tél-répondeur 01 39 58 00 91 Email: [achedinfo@gmail.com](mailto:achedinfo@gmail.com)

Site et communiqués de presse: [www.heure-ete.net](http://www.heure-ete.net) Blog et info réseaux sociaux [www.reformonslheurelqale.fr](http://www.reformonslheurelqale.fr) @ACHEDFR

Le livre de l'ancienne présidente de l'association, Leonor Gabarain, « Au musée des erreurs : l'heure d'été – Les victimes d'une légende » est disponible chez l'éditeur EDILIVRE en version papier et/ou numérique sous ce lien: <http://www.edilivre.com/au-musee-des-erreurs-l-heure-d-ete-231223384e.html>.

Les journalistes peuvent l'avoir gratuitement par [actualite@edilivre.com](mailto:actualite@edilivre.com)