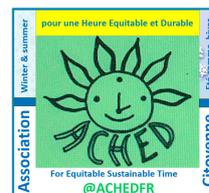


Communiqué de Presse

ACHED FR:

23 octobre 2023

Dormir pour la santé, les économies et pour la paix.
C'est la recommandation de notre association.



ACHED

Association Citoyenne
pour une Heure Équitable et Durable,
pour la fin de l'heure d'été double
depuis 1983

@ACHEDFR

Selon la formule consacrée, le week-end prochain, dans la nuit de samedi à dimanche, on change d'heure ... en reculant de UTC+2 à UTC+1.

Dans les médias,
on vous donnera des conseils;
on essaiera de vous vendre quelque chose
on vous dira heure d'hiver;
on pleurera la fin de l'été.
on vous dira de faire attention aux accidents en les attribuant à l'heure d'hiver;
on vous dira que l'heure d'été fait des économies (d'éclairage) .
Il y aura même peut-être une étude farfelue qui inventera d'autres économies.

La réalité est que l'heure d'été est une machine à consommer, rendre malade. En France c'est une heure d'été double. En hiver on a encore une heure d'avance sur notre heure normale.

Pour résister à la désinformation et avoir des sources sous la main, notre cahier d'acteur de 2022 reste une référence.

<https://archivephase1.concertation-strategie-energie-climat.gouv.fr/cahier-dacteur-ndeg91-association-citoyenne-heure-equitable-durable-ached>

Avec correction d'une coquille ici, dans notre lettre recommandé du 3 juillet 2023 au président **Emmanuel Macron** qui d'ailleurs ne nous a toujours pas répondu.

<http://heure-ete.net/lettre20230703EM.pdf>

En janvier, nous avons aussi parlé à la ministre **Agnès Pannier-Runacher** de vive voix. Aucune réaction positive à ce jour. Un message dans les médias parlant de **sobriété** se conjuguant à l'heure d'été ne présage rien de bon.

https://www.francetvinfo.fr/economie/energie/plan-de-sobriete/energie-la-sobriete-se-conjuguera-aus-si-a-l-heure-d-ete_5900204.html

Pourtant, la ministre cherche à réduire la consommation de **carburant selon son interview récente**
https://www.francetvinfo.fr/economie/energie/plan-de-sobriete/hiver-il-faut-continuer-les-efforts-de-sobriete-plaide-agnes-pannier-runacher_6117207.html

Une heure normale au lieu de l'heure d'été (double) irait dans ce sens.

Nous avons enfin aussi écrit aux **Nations Unies (Antonio Guterres, sans trop savoir comment lui faire parvenir)** car l'adoption d'une heure normale sans changement ni avancement serait bénéfique mondialement.

#naturaltimezonesforclimate Pour la santé, le climat, voire pour la paix.

Plus de sommeil, moins de soirées désoeuvrées, c'est aussi moins de tensions.