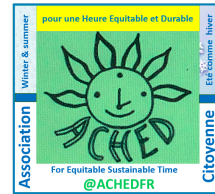


24 mars 2025 (maj 28 mars)

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Lettre ouverte de l'ACHED







Des millions de tonnes de CO2 émises avec l'heure d'été double




ACHED depuis 1983
@ACHEDFR

En 2025, alors que la France s'est engagée à réduire drastiquement ses émissions de gaz à effet de serre et à améliorer la santé publique, elle continue d'ignorer un levier simple, efficace et sous-estimé : **le retour à une heure légale plus naturelle**, alignée avec l'heure solaire.

L'ACHED a adressé ce jour une lettre ouverte au président de la République française, Emmanuel Macron. Elle s'appuie sur des données scientifiques, médicales, énergétiques et sociales pour démontrer que **le système actuel – marqué par l'heure d'été double (UTC+2 en été, UTC+1 en hiver) – aggrave à la fois notre empreinte carbone et notre santé :**

-  **Sommeil en berne** : réduction moyenne du temps de sommeil jusqu'à 1h30 en 50 ans.
-  **Surconsommation énergétique** : hausse des besoins en chauffage matinal et en climatisation le soir.
-  **Carburant et trafic accrus** : plus de déplacements matin et soir, plus de loisirs motorisés.
-  **Coût sanitaire estimé à 7 milliards d'euros par an**, équivalant à **777 000 tonnes de CO₂**.
-  **Les prétendues économies d'éclairage (30 kT CO₂) sont nettement compensées par les surcoûts non évalués par l'ADEME.**
-  **1,7 MtCO₂ d'émissions évitables estimées**, voire **jusqu'à 20 MtCO₂**, selon l'effet d'un retour au sommeil réparateur et à des rythmes naturels.

 **L'ACHED appelle à sortir du statu quo**, à renoncer à une heure avancée permanente (UTC+2), et à adopter **une heure standard proche de l'heure solaire (UTC+0 ou UTC+1)**, en cohérence avec les recommandations des chronobiologistes, médecins du sommeil, économistes et experts climatiques.

L'association indique que **le choix d'une heure permanente à UTC+2 aggraverait la situation**. Elle rappelle qu'elle a demandé la **rétraction du rapport ADEME de 2010** dernier en date à voir des économies d'énergie et des réductions des Gaz à effet de serre tandis que c'est tout le contraire avec une **part non négligeable dans les émissions françaises totales**. Des communications fausses ou incomplètes ont forgé opinion et décisions depuis des décennies. **Il est temps de reconsidérer.**

 **Lire la lettre** : ♦ [Lettre originale version française](#) (version anglaise à paraître)

 **4 infographies pour comprendre d'un coup d'oeil**: en annexe à ce communiqué

Soutenir le #RetourVersLeFuseau pour la France

Signer la pétition de l'ACHED sur Change.org : [Lien vers la pétition](#) #RetourVersLeFuseau

- ♦ **Conformément aux recommandations du Conseil de l'Europe** :
 - ✓ Adoption d'une **heure standard UTC+1** sans changement d'heure
 - ✓ Ou **UTC+0** avec maintien d'un changement d'heure (été/hiver)
- ♦ **Idéalement** :
 - ✓ **Fin des changements d'heure** et adoption d'une **heure standard UTC+0**

Merci de signer pour appuyer la lettre ouverte. Signez si vous en avez assez de changer d'heure et vous voulez la bonne heure!