

Heure d'été : dimanche 29 mars à 2 heures, il sera 3 heures



Heure d'été : dimanche 29 mars à 2 heures, il sera 3 heures

Dimanche 29 mars, à 2 heures du matin, il faudra avancer vos montres, pendules et réveils d'une heure pour se caler sur l'heure d'été. Nous perdrons une heure de sommeil, mais nous passerons aussi une heure de confinement en moins.

Ce changement d'heure instauré en France le 28 mars 1976 dure depuis 44 ans, alors que cette mesure ne devait durer que le temps du choc pétrolier de 1973. Il s'agissait à l'époque d'effectuer des économies d'énergie en réduisant les besoins d'éclairage le soir.

Ces changements d'horaires, été et hiver, seront supprimés, à partir de 2021, pour se caler toute l'année sur l'heure d'été.