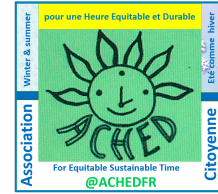


17 octobre 2025

**Exit le Changement
d'Heure. Rassemblement
des Français Autour du
Retour Vers le Fuseau.
Pétition Urgente.**

COMMUNIQUÉ DE PRESSE



ACHED depuis 1983
@ACHEDFR

A quelques jours du 26 octobre où les montres reculeront (désavanceront) dans la nuit, les autorités et médias ressortent leur **campagne de désinformation centrées sur le changement de l'heure**. L'association ACHED fondée en 1983 en tant qu'Association Contre l'Heure d'Eté (double) veut recadrer le sujet, rassembler les Français majoritairement incommodés par le **#changementdheure** et que l'on entame un **#RetourVersLeFuseau** (horaire) de la France en 2026 pour le bien des Français au niveau sommeil, santé, climat, budget.

Une **pétition sur le site de l'Assemblée nationale** attend les signatures. Dans le sillage de la pétition DuPlomb, les Français ont l'opportunité de s'informer et de se faire entendre. A la clé, on ne change plus d'heure ou le changement est adouci; plus de lumière le matin, moins de lumière le soir pour retrouver du bon sommeil, favoriser la santé, ET réduire substantiellement les émissions carbone.

"Pour un retour vers le fuseau avec l'abolition du double avancement de l'heure" <https://petitions.assemblee-nationale.fr/initiatives/i-3409>

Voir aussi la pétition de 2020 sur change.org toujours ouverte:
<http://chng.it/hYNdXtk4LH>.

Nous encourageons à signer toute pétition qui va dans le sens du Retour Vers Le Fuseau, mais éviter de signer les pétitions d'arrêt du changement d'heure qui ne demandent pas spécifiquement l'heure dite d'hiver.

Donc Exit le changement d'heure?

OUI. C'est un faux-sujet, une désinformation, un détournement de l'attention et du débat. **Le retour vers le fuseau est un nouveau vocabulaire pour recentrer le sujet**, rassembler les Français, et éviter confusion et déperdition de la voix des Français.

On joue un tour de grenouille échaudée aux Français. Lors des avancements et reculs / désavancement de l'heure, c'est comme un changement brusque de température, mais celui-ci est **fugace**. Les médias encouragent l'effervescence pour qu'elle retombe. En revanche, de mars à octobre, les Français sont soumis à 2 heures d'avance et cela on n'en parle pas. Et même en hiver, d'octobre à mars,

les montres sont en avance d'une heure sur l'heure normale de la France et ça aussi on n'en parle pas. On peut comparer cela à la grenouille qui ne s'aperçoit pas qu'elle est échaudée de manière **chronique** entre les changements.

Le changement d'heure est donc un problème fugace sur lequel il faut prendre du recul. Tous les changements d'heure ne se valent pas. Celui de fin octobre est un changement d'heure bienvenu. Un retour vers le Fuseau, un désavancement de l'heure. Celui de mars est un éloignement du fuseau, un avancement de l'heure. Si les changements d'heure était sur la base d'une heure d'hiver à UTC+0 au lieu de UTC+1, ils seraient aussi plus supportables.

Il y a plusieurs possibilités de Retour vers le Fuseau:

-Arrêter de changer d'heure en restant sur UTC+1 serait un retour à la situation de 1945-1975.

-Arrêter de changer d'heure en adoptant UTC+0

-Continuer à changer d'heure en adoptant une heure d'hiver à UTC+0 au lieu de UTC+1.

TOUTES COMMENCENT PAR NE PAS AVANCER L'HEURE EN MARS 2026. DONC L'ACTION IMMEDIATE ET URGENTE EST ON NE PEUT PLUS CLAIRE.

Dans ses lettres récapitulatives au gouvernement, l'ACHED [donne](#) la dimension des enjeux et montre que **l'on trompe les Français avec des prétendues économies lorsque l'on ne parle que de l'éclairage**. Le temps de sommeil a diminué d' 1h30 en 50 ans; la santé est dégradée, les **cancers augmentés**, avec un **coût** supérieur à 7 milliards d'euros par an; ce ne sont pas des réductions d'émissions carbone, mais **plusieurs millions de tonnes de CO2 émis en plus**. C'est depuis 1976 que l'on a deux heures d'avance en été (une heure d'été double) et depuis 1945 qu'on a une heure d'avance conservée à la sortie de la guerre qui avait décalé la France sur l'heure de l'Allemagne.

L'opportunité aujourd'hui c'est un #RetourVersLeFuseau. Ce n'est pas le Graal mais c'est pas mal dit l'ACHED. Pas du tout négligeable.

Il y a urgence. Le climat déraile avec des émissions CO2 qui ne se réduisent pas. Le sommeil et les journées des Français sont déglingués par l'avancement de l'heure, les réveils dans le noir, les soirées trop éclairées et chaudes. Les journées de travail ou de loisirs se sont allongées avec une consommation suractivée et une productivité dégradée.

Retrouver du temps bienfaisant c'est retrouver l'heure plus proche d'UTC+0, l'heure normale de la France , centrée sur les heures solaires des Français.