



## **Communiqué de Presse 15 mars 2020**

### **Pour faire tout votre possible contre le coronavirus, il ne faut pas de changement d'heure fin mars**

L'ACHED demande au président de la République, à ses ministres, aux responsables du G7 et européens concernés de faire tout leur possible pour protéger les citoyens français et leurs voisins contre le coronavirus COVID-19. **Précisément, il ne faut pas changer d'heure fin mars.**

L'avancement de l'heure au moment du changement d'heure et pendant les sept mois d'avancement contribue à priver la population française de sommeil, de soleil matinal et d'air sain. En heure plus avancée, la propagation de virus serait favorisée et la mortalité induite aggravée.<sup>1 2</sup>

**En temps normal, que la France reste cet été à UTC+1 au lieu de passer à UTC+2 serait de toutes manières d'intérêt public pour la santé<sup>3</sup>, les économies et les réductions des émissions de gaz à effet de serre<sup>4</sup>.**

**C'est encore plus urgent et important avec le virus COVID-19 parmi nous.**



## **Press Release March 15th, 2020**

### **To do all you can to fight against coronavirus, you need to skip the time change late March**

ACHED begs the President of France, his ministers, concerned G7 and Europeans leaders, to do all they can to protect the French citizens and their neighbours against the coronavirus COVID19. **Practically, they must skip the March time change.**

The time advance at time change and during the following seven months contributes to sleep deprivation, to missing the early morning sun and to breathing of more unhealthy air. The virus contagiousity would be boosted and the subsequent mortality would be increased.

**In normal times, rather than moving clocks forward to UTC+2 in March, it would have already been public interest for France to stay at UTC+1, for health, savings and lower emissions of greenhouse gases.**

**It is even more urgent and important with the virus COVID19 among us.**

**#Bettersleep #Betterlife #BetterPlanet #LessVirus**

Pétition #PourUneFranceAuSommeilRetrouvé #MakeFranceSleepGreatAgain <http://chnq.it/x8LGCYBn>

<sup>1</sup> Sleep and Susceptibility to the Common Cold. UCSF 2015 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26118561>

<sup>2</sup> High levels in the morning light is associated with increased sleep quality. [ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/2852625](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/2852625)

<sup>3</sup> <https://www.ebrs-online.org/news/item/dst-statement-ebrs-endorsed>

<sup>4</sup> <http://heure-ete.net/argumentaire.htm> <http://heure-ete.net/argumentaireEN.htm>