



Sondage ComprendreChoisir - OpinionWay : seuls 19% des Français sont favorables au changement d'heure

Paris, le 25 mars 2015 – Ce week-end, la France passe à l'heure d'été, le 29 mars 2015 à 2h00, il sera 3h00. Un sondage ComprendreChoisir-OpinionWay, réalisé à l'automne dernier, révèle que peu de Français soutiennent cette mesure : ils ne sont que 19% à y être favorables.

- 81% des Français se révèlent contre (54%) ou indifférents (27%) au changement d'heure.
- 75% estiment que le changement d'heure a des répercussions sur le sommeil, l'alimentation ou encore l'humeur.
- Seuls 29% d'entre eux pensent que le changement d'heure permet de faire des économies.
- Plus d'un Français sur deux (54%) ne sait pas évaluer le coût d'une heure d'éclairage en moins (autour de 10 centimes d'€)*.

Le changement d'heure ne rencontre pas l'adhésion des Français et suscite l'incompréhension

Les résultats du sondage ComprendreChoisir – OpinionWay révèlent que les Français ne soutiennent pas le changement d'heure puisqu'ils ne sont que 19% à l'approuver. 54% déclarent ainsi ne pas y être favorables et 27% indiquent que ce changement leur importe peu. Les moins favorables au changement se trouvent être les seniors (62% de défavorables).

Les Français n'adhèrent pas à l'idée générale selon laquelle le changement d'heure est lié à une volonté de réaliser des économies d'énergie : **59% des Français estiment que le changement d'heure ne permet pas d'en**

réaliser. Et avec 6% de « oui, certainement », ils ne se disent pas du tout convaincus de l'effet économique de cette mesure. Les Français s'avèrent plus optimistes à ce sujet en région parisienne, où ils sont 35% à penser que ce dispositif a « probablement » ou « certainement » un tel effet, contre 27% en province. A noter, l'étude révèle que les personnes défavorables au changement d'heure pensent à 86% qu'il ne permet pas de réaliser des économies d'énergie.

Qui plus est, les Français ne se révèlent pas réellement informés du coût réel de l'énergie : plus d'un Français sur deux (54%) **ne sait pas qu'une heure en moins d'éclairage permet d'économiser autour de 10 centimes d'euro.** Ils sont 30% à estimer qu'une heure d'éclairage équivaut à environ 1 centime d'euro et 24%, environ 25 centimes d'euro.

Par ailleurs, les Français sont **75% à penser que le changement d'heure a des répercussions sur le sommeil, l'alimentation ou encore l'humeur.** Ce ressenti est majoritairement plus prégnant sur les jeunes et les femmes qui déclarent être concernés à 80% par ce phénomène dans les deux cas. **Avec 69%, les Franciliens se disent quant à eux moins impactés** que la moyenne. Les habitants du reste de la France se disant touchés à 77% par ces répercussions.

Le saviez-vous ?

- Pourquoi change-t-on d'heure ? L'intérêt de ce dispositif en matière d'économies d'énergie n'est pas toujours démontré. **La Commission européenne a d'ailleurs entamé une réflexion quant à une éventuelle suppression du changement d'heure en Europe.**
- Des répercussions sur l'organisme bien réelles : on observe une augmentation de 5% du nombre d'infarctus dans la semaine qui suit le passage à l'heure d'été, à l'inverse une diminution de 5% dans la semaine qui suit le passage à l'heure d'hiver.
- Le changement d'heure ne fait pas l'unanimité chez les scientifiques dont certains estiment que celui-ci est **encore plus néfaste sur la santé que le décalage horaire** lié aux changements de fuseaux lors des voyages.

Les bons conseils à suivre

- Les experts ComprendreChoisir délivrent les bons conseils pour bien gérer le passage à l'heure d'été
- Avec le printemps, comment combler une carence en vitamine D en s'exposant au soleil
- Comment trouver son rythme de sommeil pour être en forme
- S'essayer à la luminothérapie pour retrouver un rythme de vie régulier.

Toutes les réponses à vos questions sur ComprendreChoisir

**Habitation de 4 pièces, 4 ampoules traditionnelles par pièce.*

Méthodologie

Etude quantitative réalisée auprès d'un échantillon de 1005 répondants (1^{er} omnibus) et 1026 répondants (2^e omnibus) âgés de 18 ans et plus, représentatifs de la population française sur des critères de sexe, d'âge, de CSP, de région, et de taille d'agglomération, du 24 septembre au 3 octobre 2014.

A propos de ComprendreChoisir

ComprendreChoisir apporte des réponses d'experts aux questions du quotidien des Français à travers 2 services : l'accès à une base de connaissance rédigée par des experts et la possibilité de poser des questions gratuitement à une communauté d'experts. Le site se place dans le top 5 des plus fortes croissances du web français avec Twitter et Dropbox ; il génère plus de 4,5 millions de VU/mois (Nielsen nov. 2014). Grâce à son organisation en 400 thématiques, ComprendreChoisir propose aux annonceurs reach + affinité avec des consommateurs en aval du funnel d'achat. Le site a été lancé en 2007 par Christophe Poupinel, entrepreneur du web français. ComprendreChoisir est une marque de la société FineMedia, une filiale à 100% de Solocal Group depuis 2011.
<http://www.comprendrechoisir.com/>

A propos de Solocal Group

Solocal Group, N°1 européen de la communication locale digitale, propose des contenus digitaux, des solutions publicitaires et des services transactionnels qui connectent simplement les consommateurs avec les entreprises locales. Il fédère près de 4 800 collaborateurs - dont près de 2 300 conseillers en communication locale - en France, en Espagne, en Autriche et au Royaume Uni - et accompagne le développement numérique des entreprises (TPE/PME, Grands Comptes, etc.), notamment via ses 4 marques phares : PagesJaunes, Mappy, ComprendreChoisir et A Vendre A Louer. Fort de son expertise, il compte aujourd'hui près de 700 000 annonceurs. En 2014, Solocal Group a réalisé un chiffre d'affaires de 936 millions d'euros dont 68% sur Internet, et se classe ainsi parmi les premiers acteurs européens en termes de revenus publicitaires sur Internet. Solocal Group est cotée sur Euronext Paris (ticker 'LOCAL'). Les informations disponibles sur Solocal Group sont accessibles sur www.solocalgroup.com

Contacts presse ComprendreChoisir / Solocal Group

Jérôme Poirié (01 58 65 00 43) et Aurélie Horner (01 58 65 00 25) - comprendre_choisir@hopscotch.fr
Alexandra Kunvsz. Responsable Presse Solocal Group : 01 46 23 47 45 - akunvsz@solocal.com