

Pourquoi change-t-on d'heure ?

Dans cette leçon, vous allez :

- Comprendre un article simple qui explique un phénomène de société
- Expliquer les raisons d'une habitude dans son pays
- Exprimer la cause : parce que, car, comme, grâce à, à cause de
- Exprimer la conséquence : donc, c'est pourquoi, alors

1 Pour commencer

1. Dans votre pays, est-ce qu'on change d'heure deux fois par an ?
2. Qu'avez-vous fait de l'heure en plus dimanche dernier ?
3. Selon vous, pourquoi certains pays changent-ils d'heure ?

2 Lisez le texte

Pourquoi change-t-on d'heure ?

Dans la nuit du 24 au 25 octobre 2026, la France est passée à l'heure d'hiver. Une habitude vieille de cinquante ans... et toujours discutée.

- §1 Dimanche 25 octobre, à 3 heures du matin, il était soudain 2 heures : la France est passée à l'heure d'hiver. Beaucoup de gens ont profité d'une heure de sommeil en plus. D'autres ont oublié de régler la montre ou le four de la cuisine, mais ce n'est plus très grave, car aujourd'hui les téléphones et les ordinateurs changent d'heure tout seuls.
- §2 Pourquoi ce changement ? Tout commence avec le choc pétrolier de 1973 : le prix du pétrole augmente fortement et la France cherche à économiser de l'énergie. En 1976, le gouvernement décide donc de rétablir l'heure d'été, qui avait déjà existé en France de 1916 à 1945. L'idée est simple : comme il fait jour plus tard le soir, on allume moins la lumière et on consomme moins d'électricité.
- §3 Depuis les années 1980, les pays européens ont progressivement harmonisé leurs dates. Aujourd'hui, une directive européenne de l'an 2000 fixe la règle : on passe à l'heure d'été le dernier dimanche de mars et à l'heure d'hiver le dernier dimanche d'octobre. Grâce à cette règle commune, les horaires des trains et des avions restent cohérents dans toute l'Union européenne.
- §4 Mais ce système a aussi des inconvénients. Certaines personnes dorment mal pendant quelques jours à cause du changement de rythme. Les parents de jeunes enfants et les éleveurs, qui s'occupent d'animaux, trouvent aussi ce changement difficile. De plus, les économies d'énergie sont aujourd'hui plus faibles qu'en 1976, parce que les lampes modernes consomment beaucoup moins.

\$5 C'est pourquoi l'Union européenne a demandé l'avis des citoyens en 2018 : sur 4,6 millions de réponses, 84 % voulaient arrêter de changer d'heure. En 2019, le Parlement européen a voté pour la fin du changement d'heure, mais les pays de l'Union ne se sont pas mis d'accord sur l'heure à garder. Résultat : au printemps prochain, nous avancerons encore nos montres d'une heure.

Texte original rédigé pour Le Fil FLE.

3 Vocabulaire

Retrouvez ces mots dans le texte. Notez la traduction dans votre langue.

régler (une montre, un réveil)	mettre à la bonne heure	dans ma langue :
le choc pétrolier	la forte hausse du prix du pétrole en 1973	dans ma langue :
économiser	dépenser ou utiliser moins	dans ma langue :
consommer (de l'électricité)	utiliser une énergie, un produit	dans ma langue :
une directive	un texte de loi de l'Union européenne	dans ma langue :
fixer (une date, une règle)	décider de manière précise	dans ma langue :
un horaire	l'heure prévue d'un train, d'un avion, d'un cours	dans ma langue :
un inconvénient	un aspect négatif (≠ un avantage)	dans ma langue :
le rythme	l'organisation régulière de la journée : sommeil, repas...	dans ma langue :
un éleveur, une éleveuse	une personne qui s'occupe d'animaux (vaches, moutons...)	dans ma langue :
se mettre d'accord	avoir finalement la même opinion	dans ma langue :
avancer sa montre	ajouter une heure (≠ retarder sa montre)	dans ma langue :

4 Compréhension

1. Dans la nuit du 24 au 25 octobre 2026...

- ☐ a) à 2 heures, il était 3 heures. ☐ b) à 3 heures, il était 2 heures.
☐ c) à minuit, il était 23 heures.

2. Pourquoi la France a-t-elle rétabli l'heure d'été en 1976 ?

- ☐ a) Pour avoir les mêmes horaires que ses voisins. ☐ b) Pour économiser de l'énergie.
☐ c) Pour aider les éleveurs.

3. Les pays de l'Union européenne changent d'heure à des dates différentes.

- ☐ Vrai ☐ Faux

Justifiez :

4. Le changement d'heure peut perturber le sommeil.

☐ Vrai ☐ Faux

Justifiez :

5. Aujourd'hui, le changement d'heure fait économiser plus d'énergie qu'en 1976.

☐ Vrai ☐ Faux

Justifiez :

6. Que s'est-il passé en 2018 et en 2019 ?

7. Pourquoi change-t-on encore d'heure aujourd'hui ?

5 Grammaire en contexte : exprimer la cause et la conséquence

Observez. Relisez le texte. Soulignez en bleu les mots qui donnent une cause (réponse à « pourquoi ? ») et en rouge les mots qui annoncent une conséquence (un résultat).

Cause	parce que + phrase	Réponse à « pourquoi ? ». Les économies sont faibles parce que les lampes consomment moins.
Cause	car + phrase	Surtout à l'écrit, jamais en début de phrase. Ce n'est plus grave, car les téléphones changent d'heure seuls.
Cause	comme + phrase	En début de phrase. Comme il fait jour plus tard, on allume moins la lumière.
Cause	grâce à + nom	Cause à effet positif. Grâce à cette règle, les horaires restent cohérents.
Cause	à cause de + nom	Cause à effet négatif. Ils dorment mal à cause du changement de rythme.
Conséquence	donc, c'est pourquoi, alors	Le gouvernement décide donc de rétablir l'heure d'été. C'est pourquoi l'Union a demandé l'avis des citoyens.

Attention : à cause de + le = à cause du ; grâce à + le = grâce au ; à cause de + les = à cause des.

Exercice 1. Complétez avec **parce que**, **comme**, **grâce à (au)** ou **à cause de (du)**.

- _____ il fait jour plus tard, on allume moins la lumière.
- Les trains restent à l'heure _____ une règle commune.
- Il dort mal _____ changement de rythme.
- Je suis arrivé en retard _____ j'ai oublié de régler mon réveil.
- _____ téléphone, elle n'a pas oublié le changement d'heure.

Exercice 2. Reliez les deux phrases avec donc ou c'est pourquoi.

1. Le prix du pétrole augmente. La France veut économiser l'énergie.

2. Les citoyens veulent arrêter de changer d'heure. Le Parlement a voté.

3. Les pays ne sont pas d'accord. Nous changeons encore d'heure.

4. J'ai dormi une heure de plus. Je suis en forme ce matin.

6 À vous de parler : Et chez vous ?

Par deux, expliquez comment on vit le changement d'heure dans votre pays, ou pourquoi il n'existe pas. Utilisez au moins trois mots de cause ou de conséquence.

Dans mon pays, on (ne) change (pas) d'heure parce que...

Comme il fait nuit tôt en hiver, ...

C'est pourquoi beaucoup de gens...

À cause de / grâce à...

7 À vous d'écrire

Sur un forum d'étudiants internationaux, vous racontez votre premier changement d'heure (en France ou ailleurs). Expliquez ce qui s'est passé et donnez votre avis. **(80 à 100 mots)**

- Je raconte au passé (passé composé, imparfait).
- Je donne mon avis et je le justifie.
- J'utilise au moins trois connecteurs de cause ou de conséquence.
- Je respecte la longueur demandée.