Changement d'heure !

Le passage à l'heure d'été aura lieu dans la nuit de samedi 27 au dimanche 28 mars. A 2h du matin, il sera 3h du matin. On perdra donc une heure de sommeil, mais on gagnera une heure de lumière naturelle en fin de journée.

Il faudra avancer notre montre d'une heure.



Petit rappel !

Ce week-end, on change d'heure et on passe à l'heure d'été. Alors, on avance ou on recule les aiguilles de sa montre ? Comment s'en souvenir ? C'est la grande question ! Lorsqu'on passe à l'heure d'été, il faut avancer les aiguilles de notre montre d'une heure. Voici un moyen mnémotechnique pour s'en souvenir :

=> Le passage à l'heure d'été a lieu vers le mois d'AVril, on AVance donc d'une heure !

=> Le passage à l'heure d'hiver a lieu au mois d'octobRE, on REcule donc d'une heure.