

Pollution lumineuse

Comment agir au sein de mon lotissement ou de ma copropriété ?



On parle de pollution lumineuse pour désigner les effets néfastes d'un éclairage artificiel excessif. Et pour cause, l'éclairage artificiel n'en finit pas de se développer à l'échelle mondiale. En plus de constituer un gaspillage énergétique considérable, la pollution lumineuse a de nombreux impacts sur :

La biodiversité

Depuis la nuit des temps, la vie sur terre est régie par l'alternance du jour et de la nuit. En interférant avec ce mécanisme structurant, la lumière artificielle engendre des impacts divers sur la biodiversité.



La plupart des insectes sont attirés par les lumières artificielles. Ils tournent autour de la source lumineuse jusqu'à mourir d'épuisement ou se brûler à la lampe. De nombreuses autres espèces évitent les zones éclairées, qui peuvent alors constituer de véritables barrières fragmentant leurs milieux de vie. Enfin, la lumière artificielle et les halos lumineux au-dessus des agglomérations désorientent les oiseaux dans leurs migrations.

La santé humaine

Comme tous les autres êtres vivants, l'homme est conditionné par l'alternance jour/nuit. Ainsi, l'obscurité est le déclencheur de la synthèse de mélatonine, une hormone clef dans le fonctionnement de notre horloge biologique et qui intervient également dans d'autres mécanismes physiologiques (défense immunitaire, régulation de l'humeur,...). En dérégulant les sécrétions de mélatonine, l'exposition continue à des lumières artificielles provoque notamment des troubles du sommeil.



L'observation du ciel nocturne

En 2016, un atlas mondial de la clarté artificielle du ciel nocturne a été dressé, révélant que 60 % des Européens ne peuvent plus observer la Voie Lactée. La pollution lumineuse prive ainsi une partie de la population d'un lien ancestral avec le ciel nocturne, source de fascination de l'humanité au fondement de nombreuses civilisations.



Que faire au sein de mon lotissement ou de ma copro ?

Éteignons l'éclairage en cœur de nuit

En milieu de nuit, l'activité humaine est réduite dans la plupart de nos lotissements et copropriétés, alors à quoi bon éclairer ?! **Éteindre l'éclairage en cœur de nuit apparaît comme une solution de bon sens pour éviter un gaspillage énergétique, réduire sa facture d'électricité et agir concrètement contre la pollution lumineuse.**

En pratique, l'extinction en cœur de nuit passe généralement par l'installation d'horloges astronomiques au niveau des armoires électriques qui commandent le réseau d'éclairage.

Les horaires d'extinction peuvent être discutés : la plage 23h-5h est souvent retenue, mais vous êtes libre d'ajuster ces horaires, en fonction du souhait des habitants et des pratiques de la commune.

Et la sécurité ?

L'extinction de l'éclairage public ne favorise pas les cambriolages puisqu'un cambrioleur a besoin de lumière pour pouvoir se repérer. Saviez-vous d'ailleurs que les cambriolages ont majoritairement lieu en plein jour (70 à 80 % des cas selon les statistiques) ?



Une horloge astronomique, kézako ?

Une horloge astronomique est un appareil qui permet de programmer l'allumage et l'extinction de l'éclairage en fonction des heures de coucher et lever du soleil.

Elle permet donc aussi de programmer une extinction de l'éclairage en cœur de nuit. Son installation représente un investissement d'environ 400 €... pas si cher finalement pour économiser 2190 heures d'éclairage par lampe et par an, à raison d'une extinction de 23h à 5h !



« En parallèle à l'extinction en cœur de nuit, l'installation de détecteur de présence peut permettre d'avoir un éclairage à la demande... une solution futée pour n'éclairer que quand on en a besoin ! »

N'éclairons pas le ciel !

Depuis 2018, la réglementation interdit l'installation de luminaires qui émettent plus de 4 % de lumière au-dessus de l'horizontal.



Cette règle de bon sens est pourtant loin d'être appliquée partout : les luminaires boules, encore présents dans beaucoup de nos quartiers, émettent plus de 60 % de lumière vers le ciel !

Ce type de luminaire sera interdit dès 2025, alors supprimons les dès maintenant pour stopper le gaspillage et agir concrètement contre la pollution lumineuse.

Évitons les lumières blanches

Toutes les lumières ne sont pas équivalentes en matière de pollution lumineuse.

À puissance équivalente, une lumière blanche (mesurée par une température de couleur élevée) sera ainsi beaucoup plus impactante pour le vivant qu'une lumière jaune (température de couleur faible).

Pour les nouvelles installations, **ne vous limitez pas aux seuls enjeux énergétiques et soyez vigilants quant aux températures de couleur des nouvelles lampes proposées** : prudence notamment par rapport aux LEDs, qui émettent souvent une lumière blanche et engendrent donc une forte pollution lumineuse.

Privilégiez une lumière jaune et choisissez des lampes à température de couleur < 3000 Kelvin ou mieux encore < 2400 K



Pour en savoir plus et agir dans votre copropriété ou lotissement, contactez-nous !
France Nature Environnement Isère | Annaëlle DEVILLE annaelle.deville@fne-aura.org