

BAN NIGHT FLIGHTS

#RedLinesForAirports

**** Español abajo *** // Version française ici*

International day for the ban of night flights at airports

Toolkit for taking action on the 13th of September

In this toolkit, you will find:

- 1) [Overview](#)
- 2) [Examples of successful curfews](#)
- 3) [Key messages on the impacts of night flights on health & climate](#)
- 4) [Ideas for taking action](#)
- 5) [How to join](#)
- 6) [Sample tweets](#)

1) Overview

Aviation poses a long-term risk for the climate and a liveable future. It also is an immediate [health risk](#) for people living near airports and under flight paths. In a world rapidly accelerating toward climate collapse and social degradation, we need to draw non-negotiable red lines: night flights are unnecessary and avoidable. It's past time we ban them.

That's why **communities across the globe have declared 13th of September as the international day for the ban of night flights**, in a [joint call](#) signed by 160+ groups to mobilise in Europe and beyond to force airports to implement curfews and to actually stick to them. **Find out below how you can join!**

2) Examples of successful curfews

Currently, most airports still operate flights at night, with harsh impacts for those living around them. There are cases in which night flight bans exist, so it is possible to implement such a measure! Yet, they are few and the legislation includes a lot of exceptions, some related to aircraft noise levels and others to flight purpose (ie. medical flights or security reasons). Some countries have made advancements towards this sort of curfew, but often the legislation is not put into practice, like in the [case of Lisbon](#) Airport.

It's not easy to give a comprehensive list of all the existing restrictions, so we offer some examples of what can be done (find more details in [this article](#) by UECNA):

- Düsseldorf (Germany)
Germany's fourth busiest airport is known for having a curfew for even relatively silent aircraft. The curfew for take-offs starts at 22:00 and for landings at 23:00, lasting until 06:00.
- Zurich (Switzerland)
A night flight ban has existed since 2010 between from 23:30 and 06:00, and it has almost no exceptions.
- Schiphol (Amsterdam, Netherlands)
A recent example of restrictions resulting from intense popular pressure is Schiphol Airport. Although its planned night time restrictions cover a smaller time frame (starting at 00:00, and ending by 06:00 for take-offs and 05:00 for landings), it comes with an [8-point plan](#) which also includes measures such as a ban on private jets. These are, yet, still pending implementation.
- Ciampino (Rome, Italy)
Besides having limited operations from 23:30 to 06:00, since 2021 Ciampino Airport also has a cap of [65 daily flights](#), thanks to unrelenting pressure from citizens' groups in the area.
- Leeds (United Kingdom)
Recently, our member [GALBA has defeated](#) Leeds Bradford Airport's attempt to rewrite the rules limiting night time flying between 11:00 and 07:00, allowing for more aircraft to still fly in this period. Yet, they believe the airport has exceeded the cap on the number of available night flights last year and is on track to do the same this year.

3) Key messages on the impacts of night flights on health & climate

Night flights wreck sleep and the climate.

- Every flight burns massive amounts of fossil fuels, causing emissions that heat the planet. Even a single long-haul flight can emit more than many people's [entire annual footprint](#).
- Night flights have an outsized climate impact: most heating contrails [form at night](#). So banning night flights allows to immediately reduce the climate impact of aviation without waiting for the implementation of contrail avoidance measures.
- These flights are not just climate bombs, they are noise machines¹. Aircraft noise at night can lead to [serious health issues](#), such as cardiovascular disease, cognitive impairment in children, mental health problems, sleep disturbance and even diabetes.
- The harm isn't shared equally: low-income communities, airport workers, and marginalised populations often bear the brunt of both the sleepless nights and climate destruction.

Night flights are bullshit flights: we need to cut them now.

- Flights between 10 pm and 6 am are unnecessary, unhealthy and unjust². They must be banned for the wellbeing of people and the planet.
- A ban on night flights is just one step in reducing aviation to a minimum. If we want a liveable future, we need to draw a red line: this includes halting all airport expansions, limiting flights overall, banning private jets and replacing short-haul flights with trains.
- We are not just fighting in our own backyard. We're working together to stop the problem – not just shift it to other airports. We're standing shoulder to shoulder with those most impacted by the destruction caused by air traffic, to secure a just future for all.

4) Ideas for taking action

Here are some ideas for inspiration, of course you can also develop your own. Do whatever makes sense in your context and with your capacities :)

¹ The World Health Organisation [recommends limits](#) of 45 dB *Lden* (*Lden* is the sound pressure level averaged over the year for the day, evening and night time periods with evening and night weighting more) during the day and 40 dB *Lnight* (equivalent "noise level" during night hours) at night. [EU legislation](#), however, only acts on aircraft noise above 55 dB *Lden*, a level already linked to increased cardiovascular risk and poorer learning outcomes in children. [In 2023](#), over 3.4 million people around 98 major European airports were exposed to noise above this threshold, and 1.6 million experienced over 50 daily aircraft noise events exceeding 70 dB.

² Night flights are increasingly driven by freight traffic, as seen for example in Budapest and Leipzig.

- **Hang a sign out of your window/balcony.** You can find below a cool and impactful design that you can adapt. Easy peasy: you don't even have to leave your house for this.
- **Big banners on roofs where planes pass by, saying "let me sleep!",** taking a picture from a higher spot. You could still stay at home but you'd need some friends.
- **Wear pyjamas and bring your mattresses to a gathering** opposing night flights in front of decision-making bodies or airport administrations. If you can't sleep at home, sleep in front of your local decision maker's office! You can do this during the day (who doesn't love a good afternoon nap?) or evening. Some inspiration, [here!](#)
- **Loudspeakers in front of municipal buildings with plane sounds** or music (you can even create your own song with some lyrics to ban night flights!) in the same volume as those nasty night flights. Let's show decision-makers how noisy (night) flights are!

5) How to join!

1. Sign

Read & sign [the declaration](#)

2. Join

- the mailing list: email sg-redlines-subscribe@lists.riseup.net
- and let us know about your action → reach out to Mira:
Email: mira@stay-grounded.org;
Signal: mira_mare.03;
Phone: +436801451307

3. Create your action idea

- Choose a tactic & a target. Besides the suggestions mentioned above, we also have a huge action toolkit with inspiration, [here](#).

4. Adapt your designs for social media & banners

- Banners (to print, paint your own or even translate into your own language):
<https://bit.ly/ban-night-flights-banner>
- Social media (you can adapt them, translate them or use any of the images):
<https://bit.ly/ban-night-flights-social-media>

5. Legal risks

- Don't forget to check for potential legal implications for your country/city

6. Funding

- We have some money to support you & your action – max. €1,000 per group. Please let us know if you want to get our financial support and send us an application (very easy and more or less pro-forma) [via this page](#).

7. Press work

- Contact Inês for coordination around communication and press:
Email: ines@stay-grounded.net
Phone: +351 912656904
- We will prepare an international press release to be ready one week before, which you can translate & adapt to your local context

8. Photos

- Take high-quality photos of your action. Here's a [photography checklist](#) that might be helpful.
- Add them to [this folder](#)

9. Social Media:

- Share photos of your action on X / Instagram / Bluesky with the hashtags:
#BanNightFlights #RedLinesForAirports #StayGrounded
- Tag @StayGroundednet

10. Sample tweets:

- Tweet #1
Night flights wreck sleep & the climate 🛑✈️
200+ groups worldwide - from neighbours who can't sleep to climate justice groups - are saying it's time to #BanNightFlights at airports!
- Tweet #2
From Europe to Korea, communities are saying NO to night flights! 🇪🇺🇰🇷📢
Banners, pillows, red lines: people everywhere are taking action for sleep, health & the climate.
- Tweet #3
For a liveable future, we need to draw a red line ✖️
Ban night flights, stop airport expansions, limit overall air traffic, no private jets and replace short-haul flights by trains.

Día internacional por la prohibición de los vuelos nocturnos en los aeropuertos

Kit de herramientas para actuar el 13 de septiembre

En este kit de herramientas encontrarás:

1. [Resumen](#)
2. [Ejemplos de restricciones horarias exitosas](#)
3. [Mensajes clave sobre los efectos de los vuelos nocturnos en la salud y el clima](#)
4. [Ideas para actuar](#)
5. [Cómo participar](#)
6. [Tweets](#)

1) Resumen

La aviación supone un riesgo a largo plazo para el clima y para un futuro habitable. También supone un [riesgo para la salud](#) inmediata de las personas que viven cerca de los aeropuertos y bajo las rutas de vuelo. En un mundo que se acelera rápidamente hacia el colapso climático y la degradación social, debemos trazar líneas rojas innegociables: los vuelos nocturnos son innecesarios y evitables. Ya es hora de prohibirlos.

Por eso, **comunidades de todo el mundo han declarado el 13 de septiembre como el día internacional para la prohibición de los vuelos nocturnos**, en un [llamamiento conjunto](#) firmado por más de 160 grupos para movilizarse en Europa y fuera de ella con el fin de obligar a los aeropuertos a implementar toques de queda y a cumplirlos realmente. **¡Descubre a continuación cómo puedes unirte!**

2) Ejemplos de restricciones horarias exitosos

Actualmente, la mayoría de los aeropuertos siguen operando vuelos nocturnos, con graves repercusiones para quienes viven en sus alrededores. Hay casos en los que existen prohibiciones de vuelos nocturnos, por lo que es posible aplicar esta medida. Sin embargo, son pocos y la legislación incluye muchas excepciones, algunas relacionadas con los niveles de ruido de los aviones y otras con la finalidad del vuelo (por ejemplo, vuelos médicos o por

razones de seguridad). Algunos países han avanzado hacia este tipo de restricciones/prohibiciones, pero a menudo la legislación no se aplica en la práctica, como en el [caso del aeropuerto de Lisboa](#).

No es fácil ofrecer una lista exhaustiva de todas las restricciones existentes, por lo que ofrecemos algunos ejemplos de lo que se puede hacer (encontrará más detalles en [este artículo](#) de la UECNA):

- Düsseldorf (Alemania)
El cuarto aeropuerto más transitado de Alemania es conocido por tener un toque de queda incluso para los aviones relativamente silenciosos. El toque de queda para los despegues comienza a las 22:00 y para los aterrizajes a las 23:00, y dura hasta las 06:00.
- Zúrich (Suiza)
Desde 2010 existe una prohibición de vuelos nocturnos entre las 23:30 y las 06:00, y casi no hay excepciones.
- Schiphol (Ámsterdam, Países Bajos)
Un ejemplo reciente de restricciones resultantes de la intensa presión popular es el aeropuerto de Schiphol. Aunque sus restricciones nocturnas previstas abarcan un periodo de tiempo más reducido (desde las 00:00 hasta las 06:00 para los despegues y hasta las 05:00 para los aterrizajes), incluyen un [plan de ocho puntos](#) que también contempla medidas como la prohibición de los aviones privados. Sin embargo, estas medidas aún no se han aplicado.
- Ciampino (Roma, Italia)
Además de tener restringidas las operaciones entre las 23:30 y las 06:00, desde 2021 el aeropuerto de Ciampino también tiene un límite de [65 vuelos diarios](#), gracias a la presión constante de los grupos de ciudadanos de la zona.
- Leeds (Reino Unido)
Recientemente, nuestro miembro [GALBA ha derrotado](#) el intento del aeropuerto de Leeds Bradford de reescribir las normas que limitan los vuelos nocturnos entre las 11:00 y las 07:00, lo que permitiría que más aviones siguieran volando en este periodo. Sin embargo, consideran que el aeropuerto superó el límite de vuelos nocturnos disponibles el año pasado y que va camino de hacerlo también este año.

Los vuelos nocturnos también están impulsados cada vez más por el tráfico de mercancías, como se observa, por ejemplo, en Budapest y Leipzig, lo que provoca un ruido constante en las comunidades cercanas. Además, tienen un impacto climático desmesurado: la mayoría de las estelas de condensación que contribuyen al calentamiento [se forman por la noche](#), por lo que la prohibición de los vuelos nocturnos podría ir acompañada de medidas para evitar las estelas de condensación y reducir así su efecto global sobre el calentamiento.

3) Mensajes clave sobre los efectos de los vuelos nocturnos en la salud y el clima

Los vuelos nocturnos perturban el sueño y el clima.

- Cada vuelo quema enormes cantidades de combustibles fósiles, lo que provoca emisiones que calientan el planeta. Incluso un solo vuelo de larga distancia puede emitir más que la [huella anual total](#) de muchas personas.
- Estos vuelos no son solo bombas climáticas, son máquinas de ruido. El ruido de los aviones por la noche puede provocar [graves problemas de salud](#), como enfermedades cardiovasculares, deterioro cognitivo en los niños, problemas de salud mental, trastornos del sueño e incluso diabetes.
- El daño no se distribuye de manera equitativa: las comunidades de bajos ingresos, los trabajadores de los aeropuertos y las poblaciones marginadas suelen ser los más afectados tanto por las noches de insomnio como por la destrucción del clima.

Los vuelos nocturnos son una tontería: tenemos que eliminarlos ya.

- Los vuelos entre las 10 de la noche y las 6 de la mañana son innecesarios, insalubres e injustos. Deben prohibirse por el bien de las personas y del planeta.
- La prohibición de los vuelos nocturnos es solo un paso para reducir al mínimo la aviación. Si queremos un futuro habitable, debemos trazar una línea roja: esto incluye detener todas las ampliaciones de aeropuertos, limitar los vuelos en general, prohibir los jets privados y sustituir los vuelos de corta distancia por trenes.
- No solo luchamos en nuestro propio patio trasero. Trabajamos juntos para detener el problema, no solo para trasladarlo a otros aeropuertos. Estamos hombro con hombro con los más afectados por la destrucción causada por el tráfico aéreo, para garantizar un futuro justo para todos.

4) Ideas para actuar

Aquí tienes algunas ideas para inspirarte, pero, por supuesto, también puedes desarrollar las tuyas propias. Haz lo que tenga sentido en tu contexto y según tus capacidades :)

- **Cuelga un cartel en tu ventana o balcón.** A continuación encontrarás un diseño atractivo e impactante que puedes adaptar. Es muy fácil: ni siquiera tienes que salir de casa.

- **Coloca pancartas grandes en los tejados por donde pasan los aviones con el mensaje «¡Déjame dormir!»,** y haz una foto desde un lugar elevado. Puedes quedarte en casa, pero necesitarás algunos amigos.
- **Ponte el pijama y lleva tu colchón a una** concentración en contra de los vuelos nocturnos frente a los organismos decisorios o las administraciones aeroportuarias. Si no puedes dormir en tu casa, ¡duerme frente a la oficina de tu responsable local! Puedes hacerlo durante el día (¿a quién no le gusta una buena siesta?) o por la noche. ¡Aquí tienes algo de inspiración!
- **Altavoces frente a los edificios municipales con sonidos de aviones** o música (¡incluso puedes crear tu propia canción con letra para prohibir los vuelos nocturnos!) al mismo volumen que esos molestos vuelos nocturnos. ¡Demostremos a los responsables de la toma de decisiones lo ruidosos que son los vuelos (nocturnos)!

5) ¡Cómo participar!

1. Firma

Lee y firma [la declaración](#)

2. Únete

- a la lista de correo: correo electrónico sg-redlines-subscribe@lists.riseup.net
- y cuéntanos tu acción → ponte en contacto con Mira:
Correo electrónico: mira@stay-grounded.org;
Signal: mira_mare.03;
Teléfono: +436801451307

3. Crea tu idea de acción

- Elige una táctica y un objetivo. Además de las sugerencias mencionadas anteriormente, también tenemos un enorme kit de herramientas de acción con inspiración, [aquí](#).

4. Adapta tus diseños para las redes sociales y las pancartas

- Pancartas (para imprimir, pintar tú mismo o incluso traducir a tu idioma): bit.ly/ban-night-flights-banner
- Redes sociales (puedes adaptarlas, traducirlas o utilizar cualquiera de las imágenes): <https://bit.ly/ban-night-flights-social-media>

5. Riesgos legales

- No olvides comprobar las posibles implicaciones legales en tu país/ciudad.

6. Financia

- Disponemos de fondos para apoyar tu acción, con un máximo de 1000 € por grupo. Si deseas recibir nuestro apoyo financiero, envíanos una solicitud (muy sencilla y más o menos proforma) [a través de esta página](#).

7. Trabajo de prensa

- Ponte en contacto con Inês para coordinar la comunicación y la prensa:
- Correo electrónico: ines@stay-grounded.net
- Teléfono: +351 912656904
- Prepararemos un comunicado de prensa internacional que estará listo una semana antes y que podrás traducir y adaptar a tu contexto local.

8. Fotos

- Toma fotos de alta calidad de tu acción. Aquí tienes una [lista de verificación para fotografía](#) que te puede ser útil.
- Añádelas a [esta carpeta](#)

9. Redes sociales:

- Comparte fotos de tu acción en X / Instagram / Bluesky con los hashtags: #BanNightFlights #RedLinesForAirports #StayGrounded
- Etiqueta a @StayGroundednet

10. Tweets:

- Tweet #1
Los vuelos nocturnos perturban el sueño y el clima 🛑✈️
¡Más de 200 grupos en todo el mundo - desde vecinas y vecinos que no pueden dormir hasta colectivos de justicia climática - dicen que es hora de prohibir vuelos nocturnos en los aeropuertos!

- Tweet #2

De Europa a Corea, las comunidades dicen NO a los vuelos nocturnos 🛏📢

Pancartas, almohadas, líneas rojas: personas de todo el mundo están actuando por el sueño, la salud y el clima.

- Tweet #3

Por un futuro habitable, necesitamos trazar una línea roja ✖

Prohibir vuelos nocturnos, parar la expansión de aeropuertos, limitar el tráfico aéreo, nada de jets privados y reemplazar los vuelos cortos por trenes.