

# BALADE NOCTURNE EN VILLE

Idée d'action [inspirée par Landon Bannister](#), IDA Tasmanie

Traduit et adapté par [Marie Diligent](#)



Discover the Night

|                                                                                      |          |
|--------------------------------------------------------------------------------------|----------|
| <b>BALADE NOCTURNE EN VILLE</b>                                                      | <b>1</b> |
| Discover the Night                                                                   | 1        |
| La promotion de l'évènement                                                          | 3        |
| Le soir même                                                                         | 4        |
| Présentez-vous ainsi que les Associations de défense de la nuit Dark Skies et ANPCEN | 4        |
| Présentez le programme                                                               | 4        |
| Fiche de sécurité                                                                    | 4        |
| Les bases :                                                                          | 5        |
| 1. L'éblouissement est l'ennemi d'un bon éclairage.                                  | 5        |
| 2. Lumière gaspillée vers le ciel, l'eau (ou les deux !)                             | 5        |
| 3. Trop de lumière est une mauvaise chose.                                           | 6        |
| 5. Utilisation appropriée de la couleur.                                             | 9        |
| 6. Sources de lumière chaude contre sources de lumière froide                        | 9        |
| 7. Éclairer là où la lumière est nécessaire                                          | 10       |
| 8. La lumière est-elle nécessaire ?                                                  | 11       |
| Eclairage de bâtiments                                                               | 11       |
| Eclairage de parkings                                                                | 11       |
| 9. Pollution lumineuse de la publicité                                               | 12       |
| 10. Le paradoxe de Jevons                                                            | 13       |
| Garder les enfants intéressés                                                        | 13       |
| Enseigne lumineuse monobloc                                                          | 14       |
| L'enseigne lumineuse clignotante                                                     | 14       |
| L'enseigne numérique                                                                 | 14       |
| Pour entrer en contact email amisdelaterremoselle@gmail.com                          | 15       |

Les Promenades Nocturnes de Ville sont conçues pour tous les âges et, surtout, pour être amusantes. Elles sont un moyen de montrer aux gens combien de lumière est gaspillée dans nos villes et qu'un excès de lumière est nuisible à la sécurité.

<

- Durée - une heure est une bonne durée.
- Heure de départ est après la tombée de la nuit !
- Fréquence : 2 à 4 fois par ans :
  - **samedi 23 mars 2024, Earth Hour** de 20h30 à 21h30 porté par [WWF](#) (avec tapage médiatique pour préparer le terrain pour International Dark Sky Week)
  - **début avril 2024** Début de [International Dark Sky](#) Week (avec tapage médiatique pour que d'ici à la fin de la **semaine internationale du ciel nocturne** il y ait déjà eu une amélioration pour que les amateurs de ciel étoilé puissent mieux voir le ciel)
  - **6 septembre 2024 à 22h Nuit de la Terre** (pour encourager l'extinction à 22h) porté par les [Parrains de la nuit](#).
  - **Samedi 12 octobre 2024** pour l'opération « **Le Jour de la Nuit** », portée par [Agir pour l'Environnement](#)

- Sécurité - nous portons généralement des gilets haute visibilité
  - Légalité : Vous aurez peut-être besoin d'une assurance indemnisation ou pour que les participants signent une décharge – ne vous exposez pas.
  - Conseils-
    - o Assurez-vous d'être très clair sur votre lieu de début et de fin.
    - o C'est bien d'avoir une destination finale qui peut être sociale comme un bar ou une place de marché. Cela donne la possibilité aux gens de discuter.
    - o Il est bon d'avoir au moins deux personnes qui organisent la marche et répondent aux questions.
    - o Maximiser les groupes à 25 personnes, cela permet de garder les balades plus intimes et signifie que vous n'avez pas besoin de crier.
    - o Nous recommandons entre 8 et 10 arrêts avec arrêts accessibles en moins de 5 minutes à pied, pour un ressenti de promenade décontractée, pas une course.
    - o Favoriser les questions entre destinations, c'est un bon moyen de garder le public engagé.
    - o Chaque ville est différente et étapes peuvent donc être réorganisés, doublés, manqués et ajoutés au besoin. Par exemple, ajoutez une étape terrain de sport !
- L'important est d'avoir du rythme dans la marche, plus vous divertissez votre public, plus il l'apprécie.

## La promotion de l'évènement

Invitation à une visite guidée à pied de xxx (nom de la ville ou du quartier) d'une heure après la tombée de la nuit. Découvrez comment l'éclairage de notre ville impacte sur nous et sur l'environnement.

Cette marche d'une heure, animée par des membres des Amis de la Terre (ou votre Association) en collaboration avec l'ANPCEN et inspirée par l'Association DARK SKY donnera un aperçu unique de l'éclairage urbain, du problème de la pollution lumineuse et de la nouvelle réglementation encore peu connue des élus. En parcourant les rues de xxx (nom de la ville ou du quartier), vous allez découvrir divers exemples, bons et mauvais de lumière artificielle.

Nous recommandons aux participants de se munir de lampes frontales avec lumière rouge s'ils en ont ou de venir avec le feu arrière du vélo (rouge) ou encore de recouvrir une lampe de poche d'un film rouge.

Heure de début : xx                      Heure de fin : xx

Lieu de départ : xx                      Lieu d'arrivée : xx

Exigences : Les participants sont encouragés à porter des chaussures de marche pratiques.

## Le soir même

Présentez-vous ainsi que les Associations de défense de la nuit Dark Skies et ANPCEN

- Bonjour, je m'appelle xx. Je suis membre d'International Dark Sky Association et de l'ANPCEN Association Nationale de Protection du Ciel et de l'Environnement Nocturne). L'IDA est la principale organisation luttant contre la pollution lumineuse à l'échelle mondiale et l'ANPCEN en France.
- La pollution lumineuse est définie comme l'utilisation inappropriée de la lumière artificielle la nuit.
- Elle nous prive de l'opportunité de voir les étoiles.
- il s'agit d'un polluant environnemental susceptible de nuire à la santé humaine qui a un impact négatif sur la faune et nos écosystèmes

## Présentez le programme

- Nous ferons une promenade à travers la ville en nous arrêtant à divers destinations pour souligner à quel point la lumière est gaspillée et inutile.
- Nous observerons également quelques exemples à suivre, car nous ne prôtons pas de ne pas avoir de lumière la nuit, nous prôtons simplement un éclairage responsable la nuit.
- Nous espérons qu'à la fin de la promenade vous deviendrez des ambassadeurs de la nuit.
- Les questions en cours de route sont les bienvenues.
- Nous traverserons des rues. Merci d'être vigilant à votre sécurité.
- Nous allons essayer d'avancer à un rythme qui convient à tout le monde et de ne laisser personne à la traîne.

## Les bases :

1. L'éblouissement est l'ennemi d'un bon éclairage.

o Dans chaque ville, vous trouverez une situation comme l'image ci-dessous.



Nous commençons habituellement nos promenades avec cet apprentissage, plantez

un assistant derrière la bombe éblouissante en question, en attendant la grande révélation.

- Demandez à votre assistant de porter du noir et de se tenir derrière les reflets. source - c'est bien de ne pas les avoir trop loin.
- Demandez au public pourquoi avons-nous de l'éclairage dans notre ville ? Discutez des deux principales raisons : la sécurité et l'orientation.
- Demandez au public d'utiliser ses mains pour couvrir la source d'éblouissement et Demandez à votre assistant de commencer à faire signe lorsque cela se produit. Testez toujours cela d'abord, ça doit être l'apparition magique de la personne cachée.
- Demandez au public si la lumière offre une bonne sécurité ?
- Le principal enseignement tiré : **l'éblouissement empêche l'œil de s'adapter.**

## 2. Lumière gaspillée vers le ciel, l'eau (ou les deux !)

Les éclairages constituent de véritables barrières lumineuses à la circulation des espèces.

o Il y a encore beaucoup d'exemples de lumières éclairant le ciel ou l'eau, pourtant, sauf exception, c'est interdit en France depuis 2020.

Recherchez les sources lumineuses qui éclairent les cours d'eau, les plans d'eau et les lacs, photographiez-les et signalez le soit avec l'application des sentinelles de la nature, soit sur la page de signalement de votre mairie.

L'objectif est de sensibiliser les gestionnaires et les propriétaires des éclairages afin de supprimer les nuisances de la pollution lumineuse pour faire appliquer la réglementation qui interdit que l'éclairages soient orientés directement vers les milieux aquatiques et / ou le ciel.

- Nous aimons parler de la façon dont la lumière est par rapport à la situation des gens, les gens sont à proximité du sol, la lumière doit donc être dirigée vers le sol.



- Parlez de la quantité d'énergie gaspillée et les avions et les oiseaux n'en ont pas besoin.

3. Trop de lumière est une mauvaise chose.

o Ici, nous recherchons des espaces avec un contraste excessif. Un endroit où le

l'éclairage est si brillant qu'il rend les environs sombres.



- On parle du scénario du chevreuil dans les phares. Comment est le contraste ? Le facteur important est la façon dont nous voyons le monde, et non la quantité de lumière.
- Rappelez aux gens que l'œil est un appareil étonnant : il peut voir à des niveaux de luminosité extrêmes, comme une journée ensoleillée où vous pourriez avoir 100 000 lux. Il peut aussi voir à la lumière de la pleine lune, peut-être seulement 0,3 lux. Ce que votre œil ne peut pas faire, c'est gérer les deux en même temps - il y a une limite à la quantité de contraste que nous pouvons gérer.
- Trop de contraste (causé par trop de lumière) entraîne une perte de visibilité des problèmes et donc des problèmes de sécurité.

Depuis l'arrêté **du 27 décembre 2018** il y a des normes de densités surfaciques de flux lumineux installé (DSFLI) suivantes :

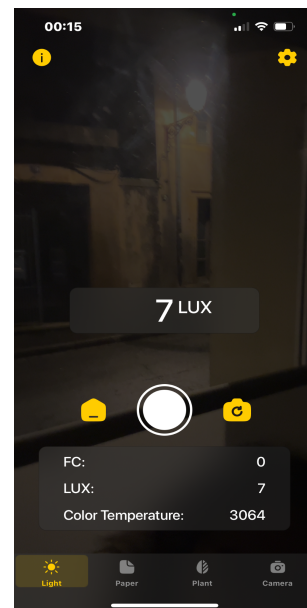
| En lm/m2                                | En agglomération | Hors agglomération |
|-----------------------------------------|------------------|--------------------|
| Eclairages extérieurs définis au a      | < 35             | < 25               |
| Parcs et jardins définis au b           | < 25             | < 10               |
| Bâtiments non résidentiels définis au d | < 25             | < 20               |
| Parcs de stationnement définis au e     | < 25             | < 20               |

l'éclairement moyen ne devrait pas excéder 20 lux

4. Quelle quantité de lumière est nuisible et quelle quantité est agréable ?

o Avec un luxmètre (il y a des luxmètres gratuits sur votre smartphone), c'est amusant de comparer un endroit trop éclairé à une autre rue qui a un éclairage plus agréable.

o Il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses et certaines personnes préféreront quand même l'espace plus lumineux, mais cela soulève la question de savoir de quelle quantité de lumière nous avons besoin.



*L'intensité de la perturbation circadienne semble dépendre de l'intensité lumineuse, du moment et de la durée d'exposition, mais également de l'historique de l'exposition de l'individu à la lumière dans la journée. Il a été montré qu'une intensité de 2 à 10 lux ou une exposition de 5 minutes à une lumière de 200 lux sont suffisantes pour empêcher la sécrétion de la mélatonine et inhiber le sommeil (cf Prayag et al (2019).)*

*Ici une photo de l'intérieur de mon appartement de nuit avec toutes mes lumières éteintes et pourtant il y a 7 Lux de lumières intrusives !*

## 5. Utilisation appropriée de la couleur.

o Les villes d'aujourd'hui utilisent des lumières de couleur pour le plaisir de la couleur. On retrouve souvent des exemples qui utilisent le changement de couleur sans but apparent.



▪ C'est l'occasion de discuter du message visuel que nous recevons de l'éclairage de la ville. Des lumières aux couleurs changeantes qui ne racontent pas d'histoire ou ne parlent pas de l'identité de l'espace, sont une forme de pollution lumineuse. Ils ajoutent du désordre visuel et de la confusion dans nos paysages nocturnes.

Pour limiter les impacts de la proportion de la **lumière bleue** dans les spectres de lumière artificielle, la température de couleur des installations d'éclairage extérieur a donc été limitée à 3000 K par l'arrêté du 27 décembre 2018.

## 6. Sources de lumière chaude contre sources de lumière froide

o Si vous pouvez trouver une lampe à incandescence, des lampes au néon, des tubes fluorescents à proximité de sources LED chaudes :

- Amener les gens à observer et à commenter sur ce qu'ils pensent.
- Discutez du rendu des couleurs et demandez-leur de regarder, spécifiquement les couleurs des objets dans chaque espace. Vous devrez peut-être marcher sous chacun et regardez les tons de la peau ou des vêtements.
- Parlez du rendu des couleurs, le facteur important de la sécurité perçue. Discutez de la façon dont les sources lumineuses de technologie moderne nous permettent d'utiliser des températures de couleur très chaudes avec un très bon rendu de couleurs - souvent un meilleur rendu de couleurs que les sources lumineuses plus froides.

o Cherchons est un espace chaleureusement éclairé

- Parlez du pourquoi de la lumière chaude du point de vue de la pollution lumineuse :
  - Moins de lueur dans le ciel
  - Moins d'impact négatif sur la faune

Moins de perturbations circadiennes chez les humains et animaux

- Nous parlons également ici de notre réponse émotionnelle à la lumière, du fait que notre évolution humaine n'a jamais eu auparavant de sources de lumière froides et qu'elles nous sont très étrangères.
- Nous sommes restés assis autour du feu pendant des centaines de milliers d'années - c'est ce qui nous convient.
- Pour cette raison, la plupart d'entre nous se sentiront plus en sécurité et plus à l'aise sous une lumière chaude plutôt que froide - Pensons aux bars ou restaurants où on aime aller le soir.
- Dans quelle rue préféreriez-vous passer du temps ?



## 7. Éclairer là où la lumière est nécessaire



- o Trouver des exemples de lumière envahissante.
- o Trouver des exemples où l'objectif d'éclairage est atteint,
- o des exemples de lumière intrusive vers une propriété voisine ou un arbre.
- o Un lampadaire qui éclaire autant les logements que la

rue.



- Ce sont des exemples directs de la quantité de lumière que nous gaspillons.
- Parlez des qualités envahissantes de la lumière et du fait que la lumière ne s'arrête pas sur votre propriété, elle continue et influe sur les personnes et la faune.
- L'arrêté du 27 décembre 2018 inscrit une règle générale de ne pas émettre de lumière intrusive excessive vers les logements quelle que soit la source de cette lumière. (parkings, lumières de la ville ...) Si vous êtes victime de lumière intrusive [une lettre type est disponible sur le site de l'ANPCEN](#).

## 8. La lumière est-elle nécessaire ?

o C'est une question fondamentale que nous lui posons en matière de conception d'éclairage et que nous pouvons démontrer dans nos villes. Nous le faisons souvent en deux parties.

### Eclairage de bâtiments

o Trouvez de bons exemples de bâtiments laids ou dénués de sens que quelqu'un a décidé d'éclairer.

- Demandez pourquoi ils ont décidé d'éclairer ce bâtiment ? Que dit-il de la ville? Est-ce important pour la ville ?
- Ce qui est inévitable, c'est que chaque bâtiment public est éclairé et que la ville perd son identité, que la pollution lumineuse augmente et qu'en fin de compte, la seule façon de se démarquer est de devenir encore plus lumineuse.

### Eclairage de parkings

- o Les parkings sont souvent éclairés, sans voitures ni personne.
- Si personne, pas besoin de lumière.

**L'arrêté du 27 décembre 2018 relatif à la prévention, à la réduction et à la limitation des nuisances lumineuses** va dans ce sens car les parkings desservant un lieu ou une zone d'activité devront être éteints 2 h après la fin de l'activité, contre 1 h pour les éclairages de chantiers en extérieur ;

les éclairages extérieurs destinés à favoriser la sécurité des déplacements, des personnes et des biens, liés à une activité économique et situés dans un espace clos non couvert ou semi-couvert, sont éteints au plus tard 1 heure après la cessation de l'activité et sont rallumés à 7 heures du matin au plus tôt ou 1 heure avant le début de l'activité si celle-ci s'exerce plus tôt.

Ces mesures (sauf les éclairages des chantiers) peuvent être adaptées si ces installations sont couplées avec des dispositifs de détection de présence ou avec un dispositif d'asservissement à l'éclairement naturel.

## 9. Pollution lumineuse de la publicité

o Affichage numérique, écrans multimédias, panneaux d'affichage lumineux, enseigne, immeuble de bureaux avec leurs lumières restent allumées - tout cela contribue au problème de la pollution lumineuse.

Le décret n° 2012-118 du 30 janvier 2012 a pour objectif de limiter les nuisances lumineuses, les consommations d'énergie et les troubles causés aux habitants par les enseignes et publicités lumineuses. **Il est entré pleinement en vigueur le 1er juillet 2018 et demande une extinction des enseignes et publicités lumineuses de 1 à 6 h du matin. Une [lettre type est disponible sur le site de Résistance à l'Aggression Publicitaire](#)** au cas où vous remarquez que la législation n'est pas respectée.

[Ici à Metz le RLPi](#) :

### **Article 2.4 Plage d'extinction nocturne applicable aux publicités et aux préenseignes lumineuses**

La publicité lumineuse est éteinte entre 23 heures et 7 heures.

La publicité lumineuse, y compris numérique, supportée par le mobilier urbain est également soumise à l'extinction nocturne entre 23 heures et 7 heures. Par exception, cette disposition ne s'applique pas à la publicité supportée à titre accessoire par les abris destinés au public durant le temps de service des lignes de transport public qui les desservent. Cette plage d'extinction nocturne s'applique également à la publicité lumineuse apposée à l'intérieur des vitrines d'un local à usage commercial destinée à être visible d'une voie ouverte à la circulation publique.

### **Article 2.7 Plage d'extinction nocturne applicable aux enseignes lumineuses**

L'enseigne lumineuse doit être éteinte au plus tard une heure après la fermeture de l'activité et peut être allumée dès l'ouverture du local qui abrite l'activité.

Cette plage d'extinction nocturne s'applique également à l'enseigne lumineuse apposée à l'intérieur des vitrines d'un local à usage commercial destinée à être visible d'une voie ouverte à la circulation publique.

Ces dispositions sont applicables uniquement dans la **zone de publicité n°3**, à savoir :

- Les secteurs résidentiels, d'équipements et de commerces de proximité.

La publicité lumineuse sur toiture ou terrasse en tenant lieu, est interdite.

La publicité scellée au sol ou installée directement sur le sol est interdite.

La publicité numérique est interdite.

La publicité numérique apposée sur mobilier urbain est interdite.

## 10. Le paradoxe de Jevons

o Recherchez une rue qui a bénéficié d'un éclairage LED et est devenue sensiblement plus lumineuse par conséquent.



- Le paradoxe de Jevon est celui où l'on obtient une augmentation de l'efficacité dans l'utilisation des ressources. Dans ce cas, avec l'introduction des LED, cela générera une augmentation de la consommation de ressources plutôt qu'une diminution de l'énergie.
  - Le fait est que nos besoins en lumière n'ont pas changé. Nous n'avons pas évolué pour exiger plus d'éclairage ; nous choisissons simplement de rendre nos nuits plus lumineuses parce que la ressource est très bon marché et accessible.
- Pour comprendre le lien de cette courbe avec le sujet, il faut lire l'étude de Fouquet et Pearson qui écrivent en parlant de l'éclairage : « Entre les années 1840 et 1890, l'élasticité du rapport entre revenu et consommation ou prix et consommation ont augmenté de façon spectaculaire. Une baisse de prix (de l'éclairage) de 10 % ou une amélioration de l'efficacité de 10 % de cet éclairage ont entraîné une augmentation de 17 % de la consommation d'éclairage, augmentant ainsi considérablement la consommation d'énergie. Plus impressionnant encore, une augmentation de 10 % du revenu par habitant semble générer 35 % de plus d'utilisation de l'éclairage et, toutes choses étant constantes, des besoins énergétiques.

## Garder les enfants intéressés

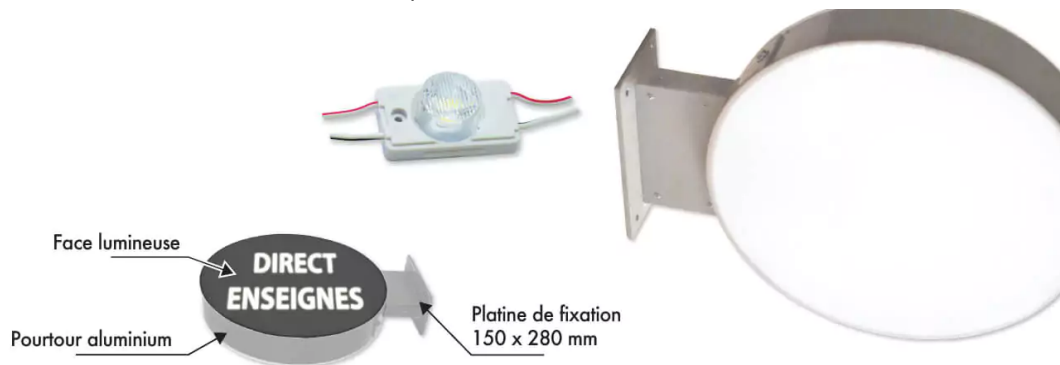
Si vous avez eu la patience de lire jusqu'ici vous pouvez peut-être m'aider à mettre en page cette idée.

Je souhaite imprimer une feuille A4 avec un jeu de piste où ils doivent jouer à la police de la lumière et répertorier toutes sorte de situations lumineuses interdites dans le PLUi, RLPi ou le code de l'environnement :

Peut-être que pour les inciter à rester près des adultes ils doivent faire ce jeu en binôme avec un adulte qui prends des photos

## Enseigne lumineuse monobloc

Le boîtier lumineux monobloc est interdit, peux-tu en voir ? où ?



## L'enseigne lumineuse clignotante

est interdite, y compris pour les services d'urgence. peux-tu en voir ? où ?



## L'enseigne numérique

est autorisée uniquement pour les services d'urgence et les totems de stations de distribution d'essence présentant les tarifs des carburants.



Une seule enseigne numérique par voie ouverte à la circulation publique bordant le terrain d'assiette de l'activité peut être apposée à l'intérieur des vitrines d'un local à usage commercial destinée à être visible d'une voie ouverte à la circulation publique.

Sa surface unitaire est limitée à un mètre carré.

Trouver une enseigne numérique dans une vitrine et la mesurer puis calculer sa surface (le Dark Sky ambassadeurs apporte un mètre)

Est-ce qu'il y a des magasins qui ont plusieurs écrans numériques ? lesquels ?

**publicité numérique** Elle peut être de trois sortes : images animées, images fixes et vidéos. Trouves les 3 exemples dans le paysages

Pour entrer en contact email [amisdelaterremoselle@gmail.com](mailto:amisdelaterremoselle@gmail.com)

Vous pouvez suivre d'autres actions sur [notre page Facebook](#)