

Ces pollutions quotidiennes

3 – La pollution lumineuse

Il fut un temps, pas si lointain, où vivre à la campagne permettait de voir un des spectacles les plus extraordinaires que la nature puisse nous offrir : le ciel étoilé et la Voie lactée dans toute sa splendeur. Il faut maintenant vivre dans un lieu reculé pour pouvoir l'observer.

Les sources de pollution lumineuse dans les villes, dans les villages, sur nos routes, sur nos fermes et nos parterres, dans les zones industrielles et commerciales ont masqué le ciel nocturne dans un halo permanent.

« Le terme pollution lumineuse désigne l'**utilisation excessive ou inappropriée de la lumière artificielle**. La modification de l'environnement lumineux naturel et toutes nuisances provoquées par la lumière artificielle sur la visibilité du ciel, la faune, la flore, les écosystèmes et la santé en sont différentes facettes. »¹ Qu'est-ce qu'une utilisation « excessive ou inappropriée »? Voici des exemples :

- la lumière projetée directement vers le ciel;
- la lumière réfléchiée par le sol vers le ciel;
- les lampadaires mal conçus (ex. : en forme de boule);
- l'éclairage trop intense;
- la lumière blanche (elle accentue davantage la luminosité naturelle du ciel : le fond du ciel est moins noir);
- l'éclairage est inutile à cet endroit ou à ce moment.

En plus de la disparition du ciel étoilé, la pollution lumineuse a des impacts sur la biodiversité et l'environnement, sur la santé humaine et même, paradoxalement, sur la sécurité.

Les astronomes amateurs et professionnels ont été les premiers à tirer la sonnette d'alarme à ce sujet. Les étoiles disparaissaient littéralement de l'objectif de leurs télescopes. Au Québec, ceci a mené à la création de la Réserve internationale de ciel étoilé du Mont-Mégantic.²

De nombreuses espèces vivantes, animales et végétales, sont affectées par la lumière artificielle nocturne. Les oiseaux migrateurs et les insectes sont perturbés dans leurs cycles. Beaucoup de plantes à fleurs déclinent lorsque la pollution lumineuse embrouille les mouvements des espèces pollinisatrices. L'éclairage nocturne peut empêcher le zooplancton des lacs de se nourrir d'algues; ce qui provoque une activité bactérienne accrue, laquelle finit par appauvrir en oxygène l'eau du lac.³

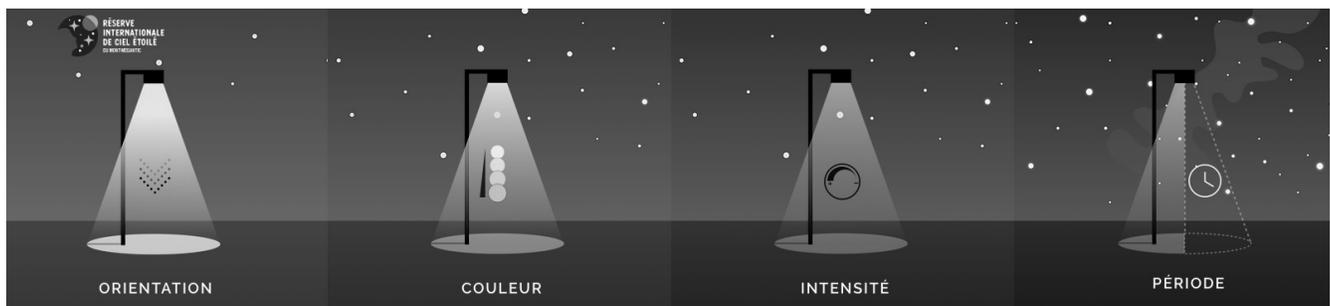


De nombreuses recherches ont démontré l'impact de la lumière intrusive sur le cycle circadien des humains. En tant qu'horloge biologique, ce cycle oriente de nombreux processus importants à l'intérieur de notre corps par la production de mélatonine. La lumière artificielle dérègle la production de cette hormone; ce qui modifie le cycle du sommeil et affecte notre système immunitaire. Ce dérèglement peut entraîner de nombreux problèmes de santé, allant de l'insomnie au cancer en passant par la dépression, le diabète et l'obésité.⁴

Une des premières raisons qui semble nous pousser à tout suréclairer la nuit est une recherche de sécurité. Sur la route comme autour de nos maisons, nos commerces ou nos industries, il paraît logique de penser que plus de lumière égale plus de sécurité pour bien voir et être vu. Toutefois, des études dans les vingt dernières années ont contredit cette idée. Sur les routes, réduire ou adapter l'éclairage n'augmente pas le nombre d'accidents⁵ et mal conçu, il contribue parfois au risque. Par ailleurs, l'éclairage excessif des rues et des propriétés ne diminue pas l'incidence des crimes.⁶

À tous ces inconvénients, il existe pourtant des solutions simples. Il ne s'agit pas d'arrêter d'éclairer, mais d'éclairer plus intelligemment sans mettre la sécurité en péril. Il y a quatre principes simples pour un éclairage plus respectueux du ciel étoilé, de la nature et des humains :

- **L'ORIENTATION** : Choisissez un luminaire dont la lumière est entièrement dirigée vers le sol.
- **LA COULEUR** : Utilisez des sources lumineuses de couleur ambrée et chaude.
- **L'INTENSITÉ** : Choisissez une puissance adéquate pour un éclairage sobre et uniforme.
- **LA PÉRIODE** : Contrôlez la période et la durée d'utilisation des éclairages extérieurs.⁷



Ces solutions sont à la portée de tous et toutes, incluant les municipalités, l'industrie, les commerces et les gouvernements. Des municipalités comme Thetford Mines et Carignan ont d'ailleurs emboîté le pas et proposent des réglementations et des incitatifs en se basant sur ces principes. Pourquoi ne pas s'en inspirer?

1. <https://www.cieletoilmontmegantic.org/pollutionlumineuse>

2. <https://www.cieletoilmontmegantic.org/>

3. https://astro-canada.ca/la_pollution_lumineuse-light_pollution-fra

4. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2627884/>

5. <https://jech.bmj.com/content/69/11/1118>

6. <https://kinder.rice.edu/research/what-happens-shadows-streetlights-and-how-they-relate-crime>; https://www.researchgate.net/publication/31424640_A_Demonstration_That_the_Claim_That_Brighter_Lighting_Reduces_Crime_Is_Unfounded

7. <https://www.cieletoilmontmegantic.org/pourtous>

8. <https://www.villethetford.ca/environnement/luminosite-exterieure/>; <https://www.carignan.quebec/la-pollution-lumineuse-laffaire-de-tous/>