

Éclipse solaire du 12 août : tout ce qu’il faut savoir, surtout pour les yeux

Plein les mirettes, sans les lésions



Dans deux jours aura lieu une éclipse totale du Soleil. Si elle ne sera pas totalement visible en France, son taux d’occultation sera élevé, surtout dans le sud-ouest, avec un maximum vers 20h30. Et avec ce genre d’évènement, mieux vaut rappeler quelques consignes pour ne pas finir en urgence chez l’ophtalmologue.

Vincent Hermann

Le 10 août à 10h27

Sciences7 min

Le mercredi 12 août 2026 aura lieu une éclipse solaire totale, provoquée – vous le savez depuis longtemps – par l’interposition de la Lune entre la Terre et le Soleil.

La bande de totalité – la zone dans laquelle l’éclipse sera totale – traversera l’océan Arctique, le Groenland, l’Islande et l’Atlantique Nord et finira par atteindre les zones qui nous intéressent : le nord du Portugal, le nord de l’Espagne et les îles Baléares, où la totalité durera jusqu’à environ 1 min 48 s selon la localisation exacte sur la trajectoire.

Déplacement de l'ombre de la Lune sur la Terre lors de l'éclipse totale de 2026

France 3 Pays de la Loire





Watch on

Et la France ? Elle se situe en dehors de cette bande et n’observera donc qu’une éclipse partielle, mais avec un taux d’occultation très élevé, d’un minimum de 80 %. Voici quelques exemples :

- Biarritz : 99,5 %
- Pau : 99 %
- Toulouse : 97,8 %
- Bordeaux : 97,5 %
- Brest : 96 %
- Paris : 92 %
- Saint-Pierre-et-Miquelon : environ 45 %

Sans surprise, le sud-ouest est la région où l’occultation sera la plus importante, étant la zone la plus proche du nord de l’Espagne. Mais il n’y aura pas de mystère : pour un vrai contact avec la couronne solaire, il faudra passer la frontière. Les Asturies, la Cantabrie, la Galice ou les Baléares sont les zones d’occultation totale les plus accessibles depuis le territoire français.

Le phénomène se produira en fin de journée pour la France métropolitaine. Il débutera à 19h30 pour atteindre son maximum vers 20h26. Le soleil étant bas sur l’horizon et l’éclipse non totale, une ombie « coucher de soleil » se mettra doucement en place. Au vu de l’heure, mieux vaut bénéficier d’un horizon aussi bien dégagé. À Saint-Pierre-et-Miquelon, l’évènement se produira entre le début et le milieu d’après-midi.

Notez que même avec des scores très élevés, l’ombre n’est vraiment maximale qu’à 100 %. Il suffit que le taux d’occultation soit de « seulement » 99 % pour que l’ombre ne soit plus qu’une pénombre. De nombreux sites permettent de suivre l’éclipse. C’est notamment le cas de l’[observatoire de Paris avec Éclipseop](#).



Attention les yeux !

En France métropolitaine, puisque la totalité n’est atteinte nulle part, il ne faut jamais observer l’éclipse à l’œil nu. Le risque de lésion grave et irréversible est réel et ce type d’évènement est systématiquement suivi d’une hausse de fréquentation chez les ophtalmologues. La rétinopathie solaire (brûlure de la rétine par le soleil) s’installe sans douleur et les symptômes n’apparaissent que plusieurs heures après : baisse de l’acuité visuelle, déformation des lignes et apparition d’une tâche sombre centrale.

Seule solution : des lunettes de protection adaptées, qui bloquent 99,9 % de la lumière visible ainsi que la totalité des ultraviolets et infrarouges. [Selon la Société astronomique de France](#) (SAF), il faut être particulièrement vigilant lors de l’achat de ces lunettes. Elles doivent être conformes à la [norme ISO 12312 - 2 de 2015](#), donc pleinement adaptées à l’observation directe du soleil sans grossissement. Ces lunettes doivent aussi porter au verso des instructions en français, ainsi que la date de fabrication, le lot, l’origine, le fabricant et le distributeur en France.

Un point de vigilance tout particulier : les micro-rayures et micro-perforations. Il faut bien vérifier leur absence avant chaque utilisation, sous peine de se blesser les yeux. Vous avez peut-être vu passer sur certains réseaux (Instagram en particulier) des vidéos d’ophtalmologues mettant en garde sur ce point. La recommandation est de ne pas ouvrir le sachet plastique ou la boîte contenant les lunettes avant le moment d’observation, pour ne prendre aucun risque. Pour les mêmes raisons, toujours selon la SAF, « *les lunettes utilisées lors de l’éclipse de 1999 ne doivent plus être employées aujourd’hui* ».

Les règles de sécurité ne valent pas que pour le grand public. Toute personne souhaitant observer de plus près la couronne solaire avec un appareil quelconque doit faire attention : ne jamais utiliser de jumelles ou autre équipement grossissant sans filtre adapté. Les filtres oculaires placés derrière une optique grossissante peuvent en effet se fissurer sous la concentration de chaleur. Pour la photographie avec un appareil à objectif interchangeable, un filtre de densité optique d’au moins 5 est nécessaire devant l’objectif.

Si l’on en croit le lunetier Kryss, un quart des Français se disent prêts à observer l’éclipse à l’œil nu, moyenne qui grimpe à 34 % chez les 18 - 34 ans.

À quand les prochaines ?

Les éclipses totales en Europe sont rares. La dernière remonte au 11 aout 1999 et celle du 12 aout est la première à concerner l’Europe depuis.

Et ensuite ? Au risque de casser la statistique de rareté, la prochaine éclipse totale touchant l’Europe aura lieu le 2 aout 2027. La bande de totalité passera cette fois par le sud de l’Espagne, le Maroc et l’Égypte. L’occultation à Paris sera nettement plus modeste, environ 51 %. On notera que l’Espagne aura été généreusement servie deux années de suite.

Quant à la prochaine éclipse totale en France, il faudra attendre... [le 3 septembre 2081](#). L’immense majorité ne sera donc plus là pour la voir, mais beaucoup se régaleront puisque la bande de totalité passera par Paris. Et en dehors de l’Europe ? La prochaine éclipse totale se produira le 22 juillet 2028 et concernera surtout l’Australie et la Nouvelle-Zélande. Elle sera partielle en Nouvelle-Calédonie. Une autre aura lieu le 25 novembre 2030 et concernera surtout l’Afrique, l’océan Indien, l’Indonésie et l’Australie. Certains territoires ultramarins pourront en profiter partiellement, surtout la Réunion et Mayotte.

Des opérations promotionnelles chez des enseignes d’optique

Plusieurs entreprises françaises profitent de l’évènement pour proposer des lunettes de protection gratuites. Les conditions peuvent varier d’une enseigne à l’autre.

[Chez Écouter Voir](#) par exemple, 400 000 paires sont distribuées sur l’ensemble du territoire français. Elles sont à retirer gratuitement et sans obligation d’achat dans les boutiques de la chaîne, sous réserve bien sûr d’un stock disponible. L’offre est limitée à une paire par personne. L’opération étant lancée depuis mi-juin, il n’est pas certain que beaucoup de ces lunettes soient encore disponibles.

Chez Alain Afflelou, 452 magasins (sur les 1225 du réseau) participent à une opération similaire. En revanche, les conditions peuvent varier d’une boutique à l’autre. Certaines les donnent, d’autres les vendent pour un petit prix.

Chez Optic 2000, l’offre est conditionnée à l’achat d’un équipement optique complet pour enfant dans les boutiques physiques, ou à partir de 50 euros d’achat en ligne. Hors promotion, l’enseigne vend les lunettes de protection au prix de 3,90 euros l’unité ou 19 euros le lot de cinq.

Précisons que, de manière générale, ces lunettes ont un prix dépassant rarement quelques euros. Tant que la norme ISO 12312 - 2 est respectée, il n’est pas nécessaire de dépenser davantage. Enfin, comme [signalé par Que Choisir](#), toutes les lunettes ne se valent pas : le contrôle des informations et la provenance sont primordiales.

Commentaires (14)

 Abonnez-vous pour prendre part au débat

 [Se connecter](#)



Jon Joe  

Aujourd'hui à 10h36

Merci Vincent pour cet article.

Je me souviens de celle de 1999 comme si c'était hier. J'ai hâte que mon fils puisse voir celle de mercredi.

Quant à celle de 2081, j'aurai 100 ans. Allez, ça va le faire!

 3

 5



durthu  

Aujourd'hui à 13h44

Je n'ai aucun souvenir de celle de 1999 mais nous allons profiter de celle de 2026 en famille.

Pas sûr de voir celle de 2081, car j'ai bien peur de ne pas tenir jusqu'à 100 ans.





Xandro0s  

Modifié à l'instant

Mais à tous environs le même âge ou quoi ?! XD

101. et pas en binaire ! 🤪





Nozaly's  

Aujourd'hui à 10h50

Comme le dirait Astronogeek : "on met pas le neunoël dans le télescope !"





SebGF  

Modifié aujourd'hui à 11h31

Lunettes  (j'ai justement pris un lot en opticien pour avoir du rab en cas d'une paire abîmée)
Spot observation trouvé 
Filtres DIY pour l'appareil photo testés ce weekend 

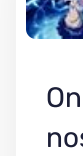
Je me souviens aussi de celle de 1999 et j'espère que cette première tentative pour la photographeur fera l'affaire.

Si l'on en croit le lunetier Kryss, un quart des Français se disent prêts à observer l'éclipse à l'œil nu, moyenne qui grimpe à 34 % chez les 18 - 34 ans.

Darwin awards.

Remarque, je me rappelle de la paranoïa qui avait eu lieu en 1999 où les avertissements avaient engendré des comportements exagérés tels que faire porter des cagoules parce que des gens avaient fini par croire que la luminosité serait plus forte... Alors que ça sera l'inverse

D'ailleurs, j'ai vu passer un article disant que les producteurs d'électricité en Europe s'attendent à une baisse du rendement du photovoltaïque pendant l'évènement. Logique.



darkjack  

Aujourd'hui à 11h51

"D'ailleurs, j'ai vu passer un article disant que les producteurs d'électricité en Europe s'attendent à une baisse du rendement du photovoltaïque pendant l'évènement. Logique."
Un article rédigé par un journaliste, un vrai ça va faire ma journée, dans le style l'eau ça mouille et les couteaux ça coupe





BlackLightning  

Aujourd'hui à 12h10

On peut se moquer de cette affirmation, mais la réalité est que cette baisse de production n'est pas anodin pour nos réseaux électriques interconnectés. Car il va falloir gérer en peu de temps, la disparition et le retour sur le réseau de plusieurs centaines de MW. Et ce genre de variations doit se préparer si on veut pas mettre le bazar.



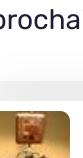


Mavelic  

Il y a 43 minutes

La prévisibilité du passage d'une éclipse est tellement grande que ses effets sont parfaitement connues et calculables.
Les passages nuageux denses (orages, pluies en automne par expl.) affectent au moins autant la production PV et pourtant on n'en fait pas une montagne (et autres sujets putaclic).
Les ingé d'enedis et edf savent gérer, faisons donc confiance à ceux dont c'est le métier !





SebGF  

Il y a 41 minutes

J'ai retrouvé l'[info en question](#), assez brève car basée sur un communiqué de l'ENTSO-E, mais oui, une question pertinente pour tester et valider la résilience entre les sources d'énergie en cas de baisse de l'une ou l'autre.





la_hyene  

Aujourd'hui à 11h54

l'illustration ressemble plus à une éclipse annulaire qu'à une totale. Ce n'est qu'une mise en bouche pour l'année prochaine.



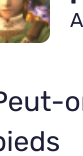


Albirew  

Il y a 43 minutes

ouais, 'fin a moins d'habiter en argentine ou au ghana, y'aura pas grand chose a voir en 2027...





la_hyene  

Il y a 25 minutes

même pas au sud de l'espagne ?
Ce n'est pas la centralité, mais la totalité, il me semble, non ?





la_hyene  

Il y a 8 minutes

ni en argentine ni même au ghana, en effet pas grand chose.







pyridiss  

Aujourd'hui à 13h49

Peut-on dire aux possesseurs de lunettes Meta qu'ils peuvent sans soucis regarder l'éclipse avec ? Ça leur fera les pieds

 1

 1

 12



14



