

Comment les astronomes survivent l’hiver : 3 astuces rapides à utiliser pour plus de confort lors de l’observation

Une merveilleuse température en été et une véritable contrainte en hiver ? Pas du tout. Ce que vous pouvez faire pour observer dans des conditions agréables même quand il fait froid.



Comment puis-je résister des heures au cours d’une nuit hivernale sous le ciel étoilé ? Comment les astronomes peuvent-ils arborer un sourire rayonnant près de leur télescope, pendant que celui-ci se recouvre d’une épaisse couche de glace qu’un brise-glace aurait des difficultés à rompre ? La solution à ces problèmes consiste à bien tout prévoir pour l’hiver. Et ceci non pas pour le télescope, non pas pour le ciel, mais pour l’observateur lui-même.

L’astronomie en hiver - Astuce 1 : pensez à vos pieds

La plus grande partie de la chaleur corporelle se perd via les extrémités, les pieds en particulier. Le froid nous envahit plus vite et la circulation sanguine se dégrade. Seuls des pieds chauds assurent une grande partie de la chaleur durable et ils sont des boosters de notre bien-être. Mais quelles sont les chaussures permettant d’avoir le moins froid ? La solution est celle-ci : des moon boots. Lorsque j’enfile les bien connues moon boots, je me sens un peu comme sur un nuage. Les longues promenades s’avèrent ici difficiles mais ces bottes maintiennent les pieds très chauds. Vous pouvez bien sûr utiliser d’autres chaussures très chaudes mais la doublure épaisse et moelleuse joue alors un grand rôle. Si vous ne deviez suivre qu’un seul conseil, c’est celui-ci qu’il faudrait suivre. Vous en serez récompensé par des pieds agréablement chauds et il n’y a pas grand-chose qui pourra alors aller de travers.

L’astronomie en hiver - Astuce 2 : des oignons sans pleurer

La technique de l’oignon, est une astuce connue mais nombreux sont ceux qui ne l’appliquent pas. Vous vous êtes certainement déjà dit qu’elle n’avait rien à voir avec les oignons qui font pleurer. Une veste chaude et, dessous, un T-shirt sans manches, ne vous tiendraient pas longtemps au chaud. Le secret d’une chaleur bienfaisante, ce sont plusieurs couches minces de vêtements sous la veste, ceux-ci ne devant toutefois pas plaquer contre le corps. De la même façon que pour les bottes. Il se forme alors des chambres d’air qui exercent un effet d’isolation thermique. On trouve parfois aussi des solutions simples émanant d’un tout autre domaine. Quelles sont-elles ? J’utilise volontiers une [combinaison pour chambres froides](#), qui a été conçue pour les équipes de huit heures travaillant dans les entrepôts frigorifiques. Ces personnes ne doivent pas se mettre à avoir froid, même à -40° Celsius. La combinaison a été une révélation la première fois que je l’ai essayée. Soudainement, avoir froid s’est avéré n’être plus qu’une idée préconçue et ennuyeuse n’ayant plus rien à voir avec la réalité. Les gants et le bonnet sont tout aussi importants. Parce qu’il est désagréable d’avoir froid à la tête, une bonne protection chaude est judicieuse pour notre bien-être.

L’astronomie en hiver - Astuce 3 : un radiateur intérieur

Avant de partir pour observer, nous n’avons le plus souvent en tête que des vêtements chauds, c’est-à-dire une couche isolante qui isolera notre corps du froid. La plupart d’entre nous ne pensent pas au chauffage intérieur qui assure une grande partie de l’agréable chaleur que nous allons ressentir. Mais comment mettre en service le radiateur intérieur et ajouter quelques « briquettes » ? La réponse est surprenante : Via des boissons chaudes et des aliments très chauds ou épicés. Lorsque vous partez en observation, emportez toujours une boisson chaude dans un [thermos](#). Un thé très chaud réchauffe le corps de l’intérieur. Lorsque nous buvons quelque chose de très chaud, nous avons moins froid. Pourquoi ? Parce que nous ne donnons à notre corps aucune raison de lutter contre un refroidissement et il se sent bien ! De plus, vous chauffez le radiateur intérieur par une soupe très chaude ou bien un peu de piment ou de gingembre ajouté à la boisson ou à l’aliment. Le piquant stimule la circulation sanguine et la chaleur intérieure. La prochaine nuit froide à côté du télescope ? Plus de problème pour vous. Ces trois astuces rapides sont destinées à ce que vous vous sentiez mieux et plus au chaud pour observer en hiver. Même si vous préférez vous préoccuper de votre télescope et des cibles recherchées dans le ciel. Votre corps et votre bien-être bénéficieront d’une planification astucieuse avant de partir, pour vous protéger du froid. Et, en fin de compte, la joie que vous apportera votre nuit d’observation n’en sera que plus grande. Je vous souhaite une belle saison d’hiver. Observez bien !