Zeitschrift: Générations
Herausgeber: Générations, société coopérative, sans but lucratif
Band: - (2017)
Heft: 90

Artikel: Bien choisir ses lunettes de soleil
Autor: Tschumi, Marie
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-830341

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 15.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Bien choisir ses lunettes de soleil

Se protéger les yeux est impératif pour se prémunir des méfaits du soleil. Nos conseils pour trouver la paire qui vous conviendra le mieux.

Porter des lunettes de soleil permet de se prémunir des UV — ces rayonnements invisibles qui peuvent brûler les yeux — et de se protéger de la lumière, parfois gênante. Aujourd'hui, c'est devenu un réflexe de sortir sa nouvelle paire dès les premiers rayons du soleil. Mais comment bien la choisir?

LES VERRES

Pour commencer, notez que «tous les verres de lunettes de soleil disponibles sur le marché usuel vous protègent à 100% des rayons UV» assure Christophe Pin, opticien à Visilab. La norme qui l'atteste est la «CE», inscrite à l'intérieur de la branche. Ensuite, demandez-vous quelle couleur de verre vous préférez: «Les bruns sont assez lumineux et offrent de bons contrastes (parfaits pour la neige). Tandis que les gris sont plus sombres et rendent mieux les couleurs (plutôt pour la plage). Mais aucun ne protège mieux qu'un autre, c'est selon le feeling et l'utilisation.»

Sachez également qu'il existe deux sortes de verres, ceux en verre, plutôt lourds, mais très résistants aux rayures. Et ceux en plastique qui, à l'inverse, sont plus légers, mais à changer chaque année. Et ce n'est pas parce qu'un verre est très foncé qu'il va mieux vous protéger! En fait, cela signifie surtout qu'il va davantage réduire l'éblouissement. L'intensité de la lumière arrêtée est classée en quatre catégories, la plus courante étant la trois. La plus élevée d'entre toutes, la quatre, correspond, elle, aux lunettes de glacier.

LA MONTURE

Si le choix des verres va surtout dépendre de vos activités et de vos goûts, puisqu'ils sont tous efficaces, le plus important est de trouver la monture adéquate: «Si on en choisit une trop petite ou mal adaptée, on sera mal protégé. La lunette doit bien couvrir les yeux et leurs contours, pour éviter aux rayons latéraux de passer. Ensuite, c'est un compromis avec l'esthétisme.» L'esthétisme, justement, dépend évidemment des préférences de chacun. Mais, globalement, «il est important que les lunettes soient confortables sur le nez ainsi que sur les tempes et que les montures suivent la courbure des sourcils».

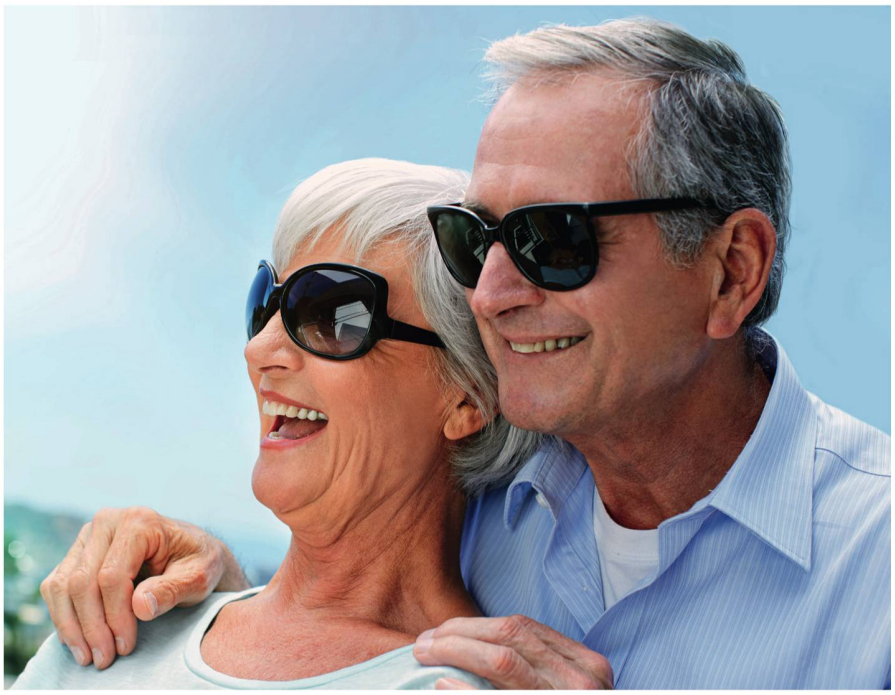
LES HYBRIDES

Outre les lunettes de soleil traditionnelles, il existe aussi des sur-lunettes, qui se mettent par-dessus les optiques, particulièrement appréciées des seniors. «Fondamentalement, elles ne sont pas déconseillées. Mais porter deux paires peut être lourd!» Quant aux clics-optique, ces verres que l'on croche sur ses lunettes de vue, mieux vaut s'abstenir: «Les verres sont de bonne qualité. Mais la protection est insuffisante.»

La meilleure solution, pour ceux qui portent déjà une paire optique, reste donc d'en avoir une simple et une autre, qui combine correction et protection solaire.

LE PRIX

Selon les options, la marque et la finition, les prix vont fortement varier. Chez Visilab, par exemple, ils oscillent entre 70 fr. et 500 fr. Quant aux paires très bon marché, elles ne sont pas forcément de mauvaise qualité, du moment qu'elles sont neuves. Mais attention: le verre va vite s'user. MARIE TSCHUMI



Squarepixels

Si l'esthétique est une affaire personnelle, porter des lunettes de soleil est, en revanche, une nécessité pour qui veut protéger ses yeux.