

Zmiana czasu na letni. 26 marca wstaniemy godzinę wcześniej

Już w najbliższy weekend wracamy do czasu letniego. W nocy z soboty na niedzielę o godz. 2.00 zegary zostaną przestawione na godz. 3.00. Popołudniami będzie dłużej jasno, a to oznacza jedno – wiosna!!!

Kolejna zmiana czasu, tym razem na zimowy czeka nas w ostatni weekend października (29.10). Mówi o tym obowiązująca bezterminowo dyrektywa UE ze stycznia 2001 r.: "Począwszy od 2002 r. okres czasu letniego kończy się w każdym państwie członkowskim o godz. 1 czasu uniwersalnego (GMT) w ostatnią niedzielę października".

Przeprowadzana dwa razy w roku zmiana czasu ma przyczynić się do efektywniejszego wykorzystania światła dziennego i oszczędności energii, choć opinie co do tych korzyści są podzielone.

Badań dotyczących wpływu zmiany czasu na zużycie energii czy zdrowie i samopoczucie człowieka jest wiele. Japończycy wyliczyli, że stosowanie czasu letniego może zmniejszyć emisję dwutlenku węgla o 400 tys. ton i pomóc zaoszczędzić do 930 mln litrów paliwa. Ponadto przyczynia się do spadku liczby ulicznych kradzieży o 10 proc.

Z ekspertyz specjalistów University of Alabama w Birmingham (USA) wynika, że przesunięcie wiosną wskazówek zegara o godzinę do przodu może o 10 proc. zwiększać ryzyko zawału serca. Zdaniem naukowców zmiana czasu powoduje zakłócenie naszego wewnętrznego zegara biologicznego, co wiosną nasz organizm mocniej odczuwa.

Natomiast naukowcy z fińskiego Uniwersytetu w Turku wykazali, że przestawienie zegara o godzinę do przodu i zakłócenie rytmu dobowego zwiększa ryzyko udaru niedokrwienego mózgu, jednak tylko tymczasowo. Analiza wykazała, że ogólna częstość występowania udaru niedokrwienego była o 8 proc. wyższa w ciągu pierwszych dwóch dni po zmianie czasu na letni.

Wprowadzenie czasu letniego jako pierwszy proponował podobno Benjamin Franklin. Miało to pomóc lepiej dopasować czas aktywności człowieka do godzin, w których jest najwięcej światła słonecznego i przynieść oszczędności.

W Polsce zmiana czasu została wprowadzona w okresie międzywojennym, następnie w latach 1946-1949, 1957-1964, a od 1977 r. stosuje się ją nieprzerwanie.

Źródło: www.kurier.pap.pl

<http://kurier.pap.pl/depesza/173133/Zmiana-czasu-na-letni--Od-26-marca-pospimy-godzine-krocej->

oprac.ak

fot.pixabay

