

Politycy znów nas tresują, bawiąc się czasem?

25 marca 2023

W nocy z soboty 25 marca na niedzielę 26 marca zmieniamy czas z zimowego na letni, przez co pośpimy o godzinę krócej. W niedzielę nad ranem wskazówki zegarów przesuniemy z godz. 2.00 na 3.00.



W całej Unii Europejskiej na czas letni przechodzi się w ostatnią niedzielę marca, a do czasu zimowego wraca się w ostatnią niedzielę października.

W Polsce zmianę czasu reguluje rozporządzenie prezesa Rady Ministrów. Wydawany co pięć lat, na kolejne 5 lat Komunikat Komisji Europejskiej wprowadza wspólną we wszystkich państwach członkowskich datę i czas rozpoczęcia oraz zakończenia okresu stosowania czasu letniego.

Dyskusja na temat zasadności zmiany czasu w Unii Europejskiej toczy się od kilku lat. Konsultacje publiczne przeprowadzone przez Komisję Europejską wśród Europejczyków w 2018 roku wykazały, że 84 proc. respondentów opowiedziało się za zniesieniem zmian czasu. Zebrano w nich 4,6 mln odpowiedzi

(największą liczbę w historii). Zwolennikami rezygnacji z dwukrotnej w ciągu roku zmiany czasu okazali się też Polacy. Z badania CBOS przeprowadzonego w marcu 2019 roku wynikało, że przeciwko temu dotychczas stosowanemu rozwiązaniu opowiada się ponad trzy czwarte ogółu badanych (78,3 proc.), podczas gdy za jego utrzymaniem optuje jedynie 14,2 proc. Przeważająca większość dorosłych Polaków, przy przejściu na jeden czas, preferowała czas letni środkowoeuropejski zwany czasem letnim. Za tym wyborem opowiada się ponad 74 proc. respondentów.

Komisja Europejska – na prośbę obywateli, po rezolucji PE, a także w oparciu o szereg badań naukowych – we wrześniu 2018 roku zaproponowała więc rezygnację z sezonowych zmian czasu. Prace nad projektem przerwała pandemia COVID-19. W 2021 r. KE zaleciła jednak państwom członkowskim kontynuowanie obecnych regulacji dotyczących zmiany czasu do 2026 r.

Badań dotyczących wpływu zmiany czasu na nasze zdrowie, samopoczucie, środowisko i gospodarkę nie brakuje. Badania zużycia energii elektrycznej w stanie Indiana (USA) wykazały, że po wprowadzeniu czasu letniego rachunki mieszkańców za prąd wzrosły. Z kolei badania prowadzone w Kalifornii dowodziły, że w tym stanie zmiana czasu nie powoduje zmian w zapotrzebowaniu na energię elektryczną. 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.

Jak tłumaczył w rozmowie z PAP dr Michał Skalski z Poradni Leczenia Zaburzeń Snu przy Klinice Psychiatrycznej Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego, zmiana czasu najbardziej dotyka ludzi, którzy mają problemy ze snem lub mają zaburzony rytm okołodobowy.

Z kolei dr Bartłomiej J. Gabryś z Uniwersytetu Ekonomicznego w Katowicach zauważył, że wiadomo, iż zmniejszona ilość snu przekłada się na efektywność pracy, np. kierowców, kosztowne

przestoje czy wymuszone opóźnienia tam, gdzie mamy do czynienia z pracą zmianową, zwłaszcza w transporcie i logistyce. „Nie bez znaczenia są koszty po stronie dobrostanu ludzi. Dzisiaj już wiemy, że ta najbliższa zmiana, gdzie nominalnie tracimy godzinę, delikatnie rzecz ujmując, nie jest dla nas najzdrowsza” – wskazał naukowiec w informacji przekazanej PAP.

Ustalenia dotyczące czasu letniego zostały wprowadzone przez państwa europejskie w ubiegłym wieku. Celem było oszczędzanie energii, w szczególności w czasie wojny i podczas kryzysu naftowego w latach 70. XX wieku. Od 1980 roku stopniowo przyjmowano przepisy znoszące rozbieżne harmonogramy krajowych zmian czasu.

Wprowadzenie czasu letniego, tj. przesuwanie wskazówek zegarów o godzinę do przodu w okresie wiosenno-letnim, jako pierwszy proponował podobno Benjamin Franklin w XVIII wieku. Miało to pomóc lepiej dopasować czas aktywności człowieka do godzin, w których jest najwięcej światła słonecznego i przynieść oszczędności. Dlatego też czas letni określa się w języku angielskim, jako „czas oszczędzający światło dzienne”. W Polsce zmiana czasu została wprowadzona w okresie międzywojennym, następnie w latach 1946-1949, 1957-1964, a od 1977 r. stosuje się ją nieprzerwanie.

Autorstwo: PAP

Ilustracja: [The Pixelman](#) (CC0)

Źródło: [NaukawPolsce.pl](#)