

Pamiętaj o zegarku

Data publikacji: 30.10.2010 19:20

□

Ta informacja ucieszy wszystkich śpiochów, w nocy z soboty na niedzielę pośpimy dłużej. W nieco gorszej sytuacji będą ci, którym właśnie wtedy przypada nocna zmiana w pracy. Przyjdzie im pracować o godzinę dłużej.

W nocy z soboty na niedzielę (30/31 października) nastąpi zmiana czasu z letniego na zimowy. Musimy przestawić zegarki o godzinę do tyłu - z 3.00 na 2.00.

Wskazówki zegarków przesuwamy dwa razy w roku - w każdą ostatnią niedzielę marca - o godzinę do przodu (z godziny 2 na 3) i w każdą ostatnią niedzielę października - o godzinę do tyłu. Aby zminimalizować ryzyko negatywnych następstw nagłego przesunięcia czasu zmiana dokonuje się zawsze w czasie weekendu, w nocy z soboty na niedzielę.

- ***Nareszcie pośpię dłużej*** – cieszy się Marta Dębniok – ***w gorszej sytuacji jest mój mąż, któremu akurat przypada nocna zmiana w pracy. Mam nadzieję, że tą zaległość uda mu się nadrobić wiosną.***

Zmianę czasu - na letni lub zimowy - stosuje się w około 70 krajach na całym świecie. Zmiana obowiązuje we wszystkich krajach europejskich (z wyjątkiem Islandii) i wielu innych, między innymi w USA, Kanadzie, Meksyku, Australii i Nowej Zelandii.