

Powraca czas letni - przestawiamy zegary!

Data publikacji: 23.03.2007 0:00

□

Jak co roku pod koniec marca zaczyna obowiązywać czas letni. Dlatego też z soboty na niedzielę, z 24 na 25 marca, trzeba będzie przestawić zegarki, z godziny drugiej na trzecią. Oznacza to, że będziemy krócej spali o godzinę. Od niedzieli zacznie obowiązywać w naszym kraju czas wschodnio-europejski.

Nim przestawi się nasz zegar biologiczny, możemy odczuwać zmęczenie, mieć problemy z koncentracją, czy ze spaniem...