Śpimy dłużej!

Data publikacji: 28.10.2017 14:00

Dzisiejszej nocy (28/29.10) będziemy mogli spać godzinę dłużej. To efekt zmiany czasu z letniego na zimowy. Nie zapomnij przestawić zegarków!

Wskazówki zegara należy przesunąć w nocy 29 października z godz. 3:00 na 2:00. Zapewne nikomu z nas nie będzie się chciało wstawać o 3:00 w nocy, żeby przesunąć czasomierze o godzinę, można oczywiście zrobić to wieczorem. Nie musimy przejmować się elektroniką – komputery i komórki same ustawią aktualny czas.

Po raz pierwszy w Polsce zmiana czasu została wprowadzona w okresie międzywojennym, potem obowiązywała z przerwami. Od 18 lat czas zimowy wprowadzamy w ostatni weekend października.

A co z pracującymi?
Ci, którzy śpią – cieszą się z dodatkowej godziny, ale co z osobami, które w nocy pełnią dyżury? Dla nich oznacza to wydłużenie czasu pracy z ośmiu do dziewięciu godzin. Jednak – jeśli pracujemy tego dnia na nocną zmianę , jak wynika z art. 80 kodeksu pracy, dodatkowe 60 minut pracy musi być potraktowane przez pracodawcę jako nadgodzina – przysługuje nam za nią dodatkowe wynagrodzenie lub wolne.

Warto przestawiać zegarki?
Zmiana czasu została wprowadzona, aby lepiej wykorzystać światło dzienne. Zegarki cofają obywatele 70 krajów na świecie, w tym prawie we wszystkich państwach UE poza Islandią. W Polsce od jakiegoś czasu pojawiają się głosy, by zaprzestać zmiany i dołączyć do Białorusi, Islandii i Rosji, gdzie czasu się nie zmienia.

Z powodu zmian czasu cierpieć mogą głównie podróżni, kiedy np. o 3:00 muszą czekać godzinę na pociąg. Wielu podnosi również argument, że zmiana czasu jest szkodliwa dla organizmu, bo powoduje rozregulowanie naturalnego zegara biologicznego.

A Wy, co myślicie o zmianie czasu? Zachęcamy do wzięcia udziału w naszej sondzie i do komentarzy.

red.

Zmiana czasu na zimowy

Zaloguj się w Google, aby zapisać postępy. Więcej informacji

Czy Twoim zdaniem warto zmieniać czas z zimowego na letni i odwrotnie?

- Tak

Prześlij

Wyczyść formularz

Formularze GoogleTa treść nie została utworzona ani zatwierdzona przez Google.