

STE SE ŽE NAVADILI NA PRESTAVLJENO URO?

# Tatovi časa



FOTO: CANSTOCK PHOTO

**LEVO** Dokazano je, da so v dneh ob prehodu na poletni čas v porastu srčni infarkti, stres se poveča, težave s pomanjkanjem spanja pa s seboj potegnejo mnogo drugih nevšečnosti.

Pred nekaj dnevi nam je zmanjkala ura. Zjutraj, ko smo se zbudili, je ni bilo več. Res je, da smo dan pred tem brali vest o premiku kazalcev za eno uro naprej in o prehodu na poletni čas, vprašamo pa se lahko, kdo ima moč, da premika sonce. Zakaj to počnemo in kakšne so koristi od tega?

Medtem ko smo ubogali navodila in premikali kazalce na urah, smo morda spoznali, da imamo po domovih ogromno ur. V vsaki elektronski napravi je ura, nekatere pa so celo take, da jih ne moremo sami nastavljati, recimo ura dvotarifnega električnega števca. Ure so različne, od budilke, ki nas vsako jutro napoti novim delovnim uspehom naproti do skritih, ki so v telefonih, tv-aparatih, štedilnikih, fotoaparatih ali igračkah, redko katero še poganja vzmet ali utež. Vsaka ura ima drugačen način nastavitve. Zato ni čudno, da imajo urarji nekaj dni polne roke dela, tudi dober zaslužek.

## 227 LET STAR ČLANEK

Benjamin Franklin je leta 1784 v časopisu Journal of Paris objavil naslednje besede: Zgodaj v posteljo in zgodaj iz nje, to naredi človeka zdravega, premožnega in modrega. Zaradi tega članka, v katerem je tudi izračunal možen prihranek voska za razsvetljavo, ga omenjajo kot avtorja premikanja kazalcev, čeprav je sam zapisal, da so se po teh načelih verjetno ravnali že v antiki. Glavni namen poletnega časa naj bi bila učinkovitejša raba dnevne svetlobe, pravijo zagovorniki. Vendar je že Franklin zapisal več učinkov: razen prihranka voska in prihodka od globe kršiteljev bi bilo manj požarov, povzročenih s svečami, ponoči pa bi bilo na ulicah manj ljudi in kriminala. Angleški gradbenik William Willett je dosti kasneje, leta 1907, v sestavku Zapravljanje dnevne svetlobe predlagal poletni čas, ki bi bil precej blažji, kot je sedaj sprejeta rešitev (vir: Wikipedia). Predlagal je, da bi postopoma štiri aprilske nedelje ob 2. uri zjutraj pomaknili kazalce naprej za 20 minut, tako da bi bil poletni čas od maja do avgusta

zamaknjen za 80 minut, septembra pa bi kazalce zopet postopoma pomikali nazaj, vsako nedeljo za 20 minut. Motnja bioritma bi bila manjša, skoraj neopazna. Pomembna je njegova argumentacija: prebivalci bi bili dlje časa na dnevni svetlobi, kar bi koristilo tako zdravju kot moči telesa in duha! Seveda je izračunal tudi možne finančne učinke zaradi prihranka energije za razsvetljavo, upošteval je elektriko, plin, olje in sveče. Čeprav se je precej trudil, v britanskem parlamentu ni uspel, kar kaže, da ob sebi ni imel uspešnega lobista. Predlog za premik ure se je še nekajkrat neuspešno pojavil na raznih koncih sveta, dokler ga ni vojaški stroj uporabil za svoje orožje v vojni.

## V ČASU VOJN

Nemško cesarstvo je uvedlo poletni čas med prvo svetovno vojno, trajal je od leta 1916 do 1918. S tem so bili prvi, ki so začeli premikati urne kazalce. Vendar so ga po vojni, v času Weimarske republike, ukinili. Poletni čas so Nemci ponovno uvedli leta 1940, med drugo svetovno vojno, da bi prihranili energijo za vojno gospodarstvo. Nekaj let po porazu ga je Nemčija ponovno ukinila. Podobno je bilo v nekaterih drugih državah, v Rusiji so ga za kratek čas uvedli leta 1917. Tudi v Italiji, na Portugalskem, Norveškem in Švedskem je bilo več poskusov, ko so za nekaj let uvedli in nato ukinili poletni čas. Vendar se je ideja krepila in širila, trenutno uporabljajo poletni čas vse evropske države razen Islandije. Kako pa je v svetu? Precej držav je sprejelo idejo poletnega časa, poleg Evrope skoraj vsa Severna Amerika, Azija in Avstralija, tudi nekaj afriških držav. Pogled na zemljevid pa pove še

nekaj: v večini držav (razen v Evropi in Severni Ameriki) so ga že ukinili. Vendar se vsaka država odloča po svoje. Rusija je prešla na poletni čas čez celo leto in ne bo več premikala kazalcev. Vse leto bo moskovski čas štiri ure pred GMT. Ruski predsednik Dmitrij Medvedjev je povedal, da je premik ure povzročal stres in bolezn, saj je resnično motil človeški bioritem, to pa ni dobro za nežno slovansko dušo.

## KAKO PA V SLOVENIJI

Poletni čas smo v Sloveniji začeli uporabljati leta 1983. Prehod na poletni čas se je zgodil spomladi zadnje nedelje v marcu, vrnitev na standardni čas pa je bil prvo nedeljo v oktobru. Uradno so ga uvedli z namenom, da se delovne in šolske ure bolj prilagodijo uram dnevne svetlobe, saj naj bi s tem dosegli prihranke pri rabi energije, dejansko pa je šlo za nasilno spremembo splošnih delovnih navad. Tisto leto so hkrati z uvedbo poletnega časa spreminjali tudi delovni čas v tovarnah, uradih, šolah in vrtcih, spreminjali vozne rede avtobusov in vlakov, zmeda je bila popolna. S tem je bil cilj dosežen, malo bolj smo se ukvarjali z nepomembnimi rečmi in manj časa smo imeli zase. Zdaj pa je malo drugače. Uro v Republiki Sloveniji premikamo zato, ker nam to narekuje Direktiva Evropskega parlamenta in Sveta o ureditvi poletnega časa. Evropska komisija vsakih pet let v Uradnem listu Evropskih skupnosti predlaga časovni raspored z datumi začetka in prenehanja poletnega časa. Enotna ureditev na ravni Evropske unije naj bi bila pomembna za delovanje nekaterih sektorjev (transport, komunikacije, drugi industrijski sektorji) in za varčevanje z energijo.

## RAZLOGI PROTI

Ne le v Rusiji, tudi pri nas se pojavljajo tehtni predlogi proti premikanju ure. Vlada RS je lani obravnavala predlog o ukinitvi premikanja ure. Poletni čas, ki je bil uveden zato, da se je podaljšal čas svetlobe v popoldanskem času in skrajšal v dopoldanskem, kar naj bi koristilo zmanjšanju energije za razsvetljavo, naj ne bi imel zadostnih učinkov. Večina raziskav je celo ugotovila, da premik ure ne vpliva na manjšo porabo električne energije. Medtem pa premik ure celo povzroča dodatne stroške, saj je treba premakniti ure na vseh sistemih (električna energija, računalniki, telefoni, vozni redi v letalskem prometu...). Enotna ureditev na ravni EU je primerna samo na videz, saj v globalnem poslovnem okolju, kjer premik ure ni enoten, ne pripomore k boljšemu delovanju vseh sektorjev.

Ideja poletnega časa je, da bi bolje izkoriščali dnevno svetlobo, s čimer naj bi dosegli prihranke energije. Vendar pa so različne statistične analize, ki so jih opravile elektrodistribucijske družbe, pokazale, da ima sprememba ure na poletni čas le nezaten vpliv na porabo elektrike. Tako so sporočili celo z ministrstva za gospodarstvo, kot poročajo elektronski mediji. Obstajajo tudi resni argumenti proti poletnemu času. Eden takšnih je tudi neugoden vpliv takšnega početja na posameznikov bioritem. Telo se namreč po dolgi zimi začne privajati na svetla jutra, ko je treba vstati, nato pa smo ob jutrih za kratek čas spet pahnjeni v

**PROdom** 02/320 10 45  
www.prodom.si  
- URBANISTIČNA DOKUMENTACIJA  
- KATALOGI TIPSkih STANOVAJSKIH HIŠ  
- PROJEKTI ZA GRADBENA DOVOLJENJA  
- LEGALIZACIJE CRNOGRADENJ  
TRŽAŠKA 65, 2000 MARIBOR

**SPODAJ** S premikom časa zmotimo bioritem, zato so slabše počutje, utrujenost, slabše razpoloženje in nezbranost povsem pričakovani. Najmočnejši vpliv zaznajo občutljivejši ljudje, ki imajo vsak dan naporen urnik.

temo, ki spominja na zimsko jutranje mrtvilo. Vremensko občutljivi ljudje takšne spremembe začutijo bolj. Še več, ravno v času premika ure je zaznati velik porast depresij, samomorov in srčnih napadov. Prav tako pa nekatere domače in tuje raziskave nakazujejo na to, da poraba energije zaradi poletnega časa ni manjša. Verjetno vpliva premika ure ne poznamo dovolj z vseh vidikov, zato ocenjujem, da je poletni čas le ena od nepotrebnih, če ne celo škodljivih stvari.

### VPLIV NA ZDRAVJE

Podobno piše farmacevtka **Polonca Fiala** iz Pomurskih lekarn, ki spremlja zdravstvene posledice uvedbe poletnega časa. Premikanje urnih kazalcev dokazano vpliva na naše zdravje. S premikom časa zmotimo svoj bioritem, zato so slabše počutje, utrujenost, slabše

razpoloženje in nezbranost povsem pričakovani. Najmočnejši vpliv zaznajo občutljivejši ljudje, ženske in otroci, ki imajo vsak dan naporen urnik. Starejši moški niso tako zelo občutljivi, če je pri njih dnevni raspored opraviil fleksibilen. Biološki ritmi so načini prilagoditve organizmov na ritme v okolju, ki so posledica vrtenja zemlje okoli svoje osi in okoli sonca, menjave letnih časov, vpliva lune ... Opazimo jih pri večini živih organizmov, imenujemo jih notranji in zunanji ritmi. Zunanji nastanejo kot neposredna posledica okoljskih dražljajev (svetloba, temperatura), medtem ko je za notranje ritme odgovorna notranja biološka ura. Najbolj znana biološka ritma pri človeku sta ritma spanja in bedenja ter ritem telesne temperature. Premikanje urnih kazalcev poseže v naše ravnovesje in zmoti biološki ritem, zato

je pričakovano, da povzroča tudi težave. Kratkoročno se pojavljajo slabo počutje, utrujenost in slabše razpoloženje. Te težave izvenijo šele po nekaj dneh ali tednih, ko se telo privadi in vzpostavi nov ritem. Bolj skrb vzbujajoče so resnejše zdravstvene težave, ki se pojavljajo predvsem ob prehodu na poletni čas. Dokazano je, da so v tistih dneh v porastu srčni infarkti (predvsem prve tri dni po prehodu), stres se poveča, težave s pomanjkanjem spanja pa s seboj potegnejo mnogo drugih nevšečnosti. Našemu biološkemu ritmu bi najbolj odgovarjalo, če bi ves čas živeli po naravnem, zimskem času. Naj bo poldne, ko je sonce v zenitu, ob dvanajsti uri.

### REFERENDUM?

Upravičeno ali ne, urne kazalce premikamo tudi v Sloveniji, zato

se moramo temu preprosto podrediti. Odrasli se lažje prilagajamo prisilni menjavi bioritma. Kaj pa otroci, kaj pa živali? Pa horoskopi, ali še veljajo? Premik ure, ki sledi sto let staremu eksperimentu, ni več primeren za naš čas in bivanjske navade. Prihranki energije niso dokazani. Predlagajmo Evropski komisiji, naj ga ukine. Ali za to potrebujemo evropski referendum? Brezplačne neodvisne strokovne nasvete o varčevanju in učinkoviti rabi energije raje poiščite v številnih energetskih svetovalnih pisarnah **Ensvet** širom Slovenije ali na spletni strani **www.ensvet.si**. Dobili boste uporabne nasvete in ne demagoške filozofije, ki sloni na 227 let starem hudo mušnem članku.

### MATJAŽ VALENČIČ

ENERGETSKI SVETOVALEC



FOTO: CANSTOCK PHOTO