

IVG

Tra sabato e domenica torna l'ora solare: lancette indietro di un'ora

di **Redazione**

24 Ottobre 2013 - 10:01



Guadagnare un'ora di sonno non dispiacerà a nessuno. Sì, perché nella notte tra sabato 26 e domenica 27 ottobre le lancette si sposteranno un'ora indietro regalandoci un "surplus" di sonno e riposo.

Alle tre spaccate, infatti, scatta l'ora solare (che terminerà il prossimo 30 marzo). Le tre di notte sono state scelte perché a quell'ora si verifica il minor numero di attività, e quindi il cambio è più indolore.

Inevitabili, come ogni anno, piccoli disagi e qualche cambiamento per il nostro ritmo biologico, ma nel giro di pochi giorni il nostro organismo si abituerà. Lo spostamento delle lancette dell'orologio un'ora indietro ci costringerà ad accendere prima le luci in casa, con la conseguenza di un aumento dei consumi di energia elettrica.