

Tra sabato 26 e domenica 27 ottobre 2013 cambio orario da legale a solare

written by admin | 25 Ottobre 2013

A fine ottobre il cambio orario, da legale a solare.

Mancano ormai poche ore al momento tanto temuto da diverse persone, preoccupate per lo scompenso biologico e psicologico che esso comporta. Dal lunedì successivo, infatti, la sveglia suonerà un'ora dopo rispetto ad oggi e il pomeriggio sarà meno luminoso. E' probabilmente l'appuntamento che più di ogni altro ci avverte che l'inverno è alle porte e l'estate un caldo ricordo.

Ma potete stare tranquilli, passerà anche questa volta.

Questa notte, tra sabato 26 e domenica 27 ottobre 2013, sposteremo le lancette dei nostri orologi un'ora indietro. L'ora legale lascia il posto a quella solare che resterà in vigore fino al 30 marzo 2014.

In pratica, alle ore 3 modificheremo l'ora portandola alle ore 2. Per chi invece sarà "già" nel mondo dei sogni è bene ricordarsi poi la domenica di aggiornare tutti gli orologi, soprattutto coloro che poi il lunedì dovranno svegliarsi presto per andare al lavoro o a scuola...

Cosa accade alla nostra vita quotidiana? Semplicemente ci sveglieremo un'ora più tardi e conseguentemente andremo a dormire dopo. Inoltre farà buio prima. Queste variazioni si faranno sentire nel nostro bioritmo solo nei primi tempi, poi l'abitudine prenderà il sopravvento.

RIASSUMENDO: la notte tra sabato 26 e domenica 27 ottobre tutti i nostri orologi dovranno essere spostati dalle ore 3 alle 2. Alcuni apparecchi elettronici, come i computer, modificano l'orario in automatico.