

magyar Demokrata

TÚLÉLNI, BÁRMI ÁRON

EGYMÁSSAL HARCOL ÉS SOKAT
HIBÁZIK A BALOLDAL

A JÖVŐ BAJNOKAI

HOGYAN MARADHATUNK
SPORTNAGYHATALOM?

MÁSOKNAK VISZONT BEJÖN

SZÉLSŐSÉGESEBB LETT A MAI FIATALOK
ÖLTÖZKÖDÉSE



Békemenet ötödször



Vasárnap órát állítunk

Ne játssz az idővel!

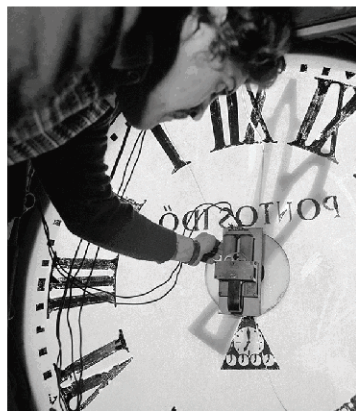
Október 27-én, vasárnap kell visszaállítani az órákat hajnali három órától két órára. Sokan összerendezzenek erre a gondolatra: a nappal természetes rövidülését az óraátállítás október végén felgyorsítja. A Szallas.hu internetes honlap az óraátállítás ellenzőinek szavazatait gyűjti. Alig néhány nap alatt több mint harmincezen csatlakoztak az akcióhoz, háromnegyedük végleg a nyári időszámítást választaná.

Sovány vigasz, hogy azon az éjszakán egy órával tovább alhatunk, a legtöbb ember természetes életritmusát bizony megzavarja a félevente ismétlődő ide-oda tekergetés. Az egymillióan az óraátállítás ellen csoport megbízásából készített online kutatás megdöbbentő felmérése is ezt igazolja: a magyarok 85 százaléka ellenzi és megszüntetné a félevente esedékes óraátállítást.

A felmérés szerint minden második megkérdezettnek volt már valamilyen konkrét kára a mesterséges időeltolásból. A felmérésben részt vevők 35 százaléka napokig nem tudja kialudni magát, és minden tizedik válaszadóval előfordult már, hogy elkésett, vagy túl korán érkezett a munkahelyére. Arányaiban több nő panaszkodott álmatlanságra, viszont a férfiak gyakrabban nézték el az órát. A válaszadók öt százalékának a kellemetlenségeken túl egészségügyi problémát is okozott már a ritmusváltozás. Ezen belül a szív- és érrendszeri betegségek, a magas vérnyomás és a gyöttrő, migrénes rohamok erősödése volt a leginkább jellemző, de panaszkodtak fáradtságra, depresszióra, a szívritmus ingadozására, ingerültségre, étvágytalanságra, sőt emésztési problémákra is. Az emberek 8-12 százaléka orvoshoz is fordult az óraátállítás miatti panaszokkal.

Sokak számára az óraátállítás akár 1-2 hétig is tartó rossz közérzettel, fejfájással, figyelmetlenséggel, csökkent koncentráció-képességgel jár, mivel az ember belső biológiai óráját nem lehet egy pillanat alatt átállítani. Felborul az alvási ciklus, az ember este nehezebben alszik el, reggel nem bír felkelni, vagy kialvatlanul ébred. A tavaszi óraátállítás utáni három napban jelentősen megnő az infarktusos esetek száma.

A korai sötétedés aluszékonyságot, lehangoltságot, a fényhiány pedig egy sor további tünetet is okoz. Megfigyelték, hogy



„MAGYARORSZÁGON A NYÁRI IDŐSZÁMÍTÁST ELŐSZÖR 1954 ÉS 1957 KÖZÖTT ALKALMAZTÁK. 1958 ÉS 1979 KÖZÖTT AZ ÓRAÁTÁLLÍTÁS SZÜNETELT, MAJD 1980-BAN ÚJRA BEVEZETTÉK, ENERGIATAKARÉKOSÁGI CÉLLAL”

az északi országokban, ahol még rövidebbek, sőt egy időre teljesen el is tűnnek télen a nappalok, a depresszió és az öngyilkosságra való hajlam nagyságrendekkel felerősödik. A finnek szaunázással, futással, téli sportokkal védekeznek, a svédek a mesterséges fényforrásokban bíznak. Svédországban télen szinte minden ablakban sok-sok apró gyertya világít.

A nyári időszámítást elsőként Németország alkalmazta, 1916. április 30-án

vezették be. Az üzemanyag háborús célú megtakarításának módszerét sorra átvette Nagy-Britannia és az USA, de a háború után valamennyien visszaálltak a normál időszámításra. A második világháború idején az órát már folyamatosan egy órával előre állították az USA-ban, az új időt War Time-nak, azaz háborús időszámításnak nevezték.

Magyarországon a nyári időszámítást először 1954 és 1957 között, a csúcsterheléskor jelentkező kapacitáshiány enyhítésére alkalmazták. 1958 és 1979 között az óraátállítás szünetelt, majd 1980-ban újra bevezették, energiatakarékosági céllal.

Az azóta eltelt több mint harminc évben az életmódunk és az energiafelhasználási szokásaink jelentősen megváltoztak. Így látja ezt az aláírásgyűjtést kezdeményező Szallas.hu és az akcióhoz alig néhány nap alatt csatlakozó több mint 30 ezer regisztráló is. *Mészáros Judit*, a Szallas.hu marketingmenedzsere a Demokratának elmondta, a kezdeményezés célja, hogy összegyűjtsék az egymillió aláírást, és az Országgyűlés elé terjesszék, hogy a parlament alkosson törvényt az óraátállítás magyarországi eltörléséről, amire már több nemzetközi példa is van.

Példaként Oroszországot, Fehéroroszországot és Ukrajnát említette, 2011-ben mindhárom országban eltörlötték az óraátállítást, egységesen a nyári időszámításra térve át.

– Mielőtt az Országgyűlés elé terjesztenénk a kérést, az illetékes minisztériumoktól is kérni fogjuk a javaslat szakmai megvitatását. A több mint 6000 fő körében végzett felmérés szerint a magyarok háromnegyede is a nyári időszámítást választaná, ha tehetné.

A téli időszámítás ugyan közelebb áll a csillagászati időhöz, de a többség úgy ér-

zi, hogy már kevésbé illeszkedik megváltozott életmódunkhoz. Egyre későbbre tolódik a munkakezdés, később fekszünk le, szeretünk többet mozogni a szabadban. Ha később sötétedne, hosszabb ideig tartának a délutáni programok.

A marketingmenedzser az idegenforgalomban dolgozó több ügyfélszolgálati kollégájával egyeztetve évek óta azt tapasztalja, hogy az óraátállítás utáni időszakban csökkennek a foglalások, több a reklamáció, ingerültebbek az ügyfelek, több a lemondás. Mészáros Judit úgy véli, a nyári időszámítás kiterjesztése a vendégéjszakák számára is kedvező lenne: bevétel növekedést hozhatna, a hazánkba érkező külföldi vendégek számára ugyanis a reggel kevésbé aktív időszak, viszont ha később sötétedne, a délutáni órákat jobban ki tudnák használni – tette hozzá.

Az óraátállítás célja kezdetben az volt, hogy a nappalok minél jobban egybeessenek a lakosság megszokott ébrenléti idejével, és ezzel energiát takarítsanak meg. Ami az energiamegtakarítást illeti, ma már megoszlanak a vélemények, mivel energiafogyasztási szokásaink 1980 óta jelentősen megváltoztak. Akkoriban

a világítás volt a főszerep: a nyári időszámítást kezdetben azért javasolták, mert a napfényes órák magasabb száma miatt energiát lehetett megtakarítani.

Energiafelhasználásunk azóta bővült, a fogyasztás megsokszorozódott. Míg a nyolcvanas években a megtakarítás elsősorban abból adódott, hogy a közvilágítást elég volt egy órával később bekapcsolni, ma a közvilágítás az éppen aktuális fényviszonyokhoz igazodik. Ha sötét van, automatikusan bekapcsol, függetlenül attól, hogy éppen hány óra van. A háztartásokban az egyre szaporodó elektromos készülékek megnövelték az energiaszükségleteinket. Az egyre forróbb nyarak nem csökkentik, hanem épp ellenkezőleg, növelik az energiafelhasználásunkat. Elég, ha az egyre elterjedtebb hűtő- és légkondicionáló berendezésekre gondolunk, amelyeknek elektromosenergia-fogyasztása messze meghaladja a világítás során felhasznált villamos energia mértékét.

A délutáni egy órával hosszabb természetes világításnak ma már más előnyei vannak. Az iskolai, munkahelyi tevékenység után tovább lehet a szabadban tartóz-

kodni, nyáron strandolni, a kertben dolgozni. Előny például az építőiparban, hogy hosszabb ideig végezhető munka a szabadban, ami napjainkban már a téli időszakban sem szünetel.

További előny, hogy a jobb látási viszonyok miatt csökkenhet a közúti balesetek száma. Megfigyelték ugyanis, hogy az átállítás időszakában a közúti balesetek száma megugrik. Ráadásul magának az átállításnak is vannak költségei, és zavar keletkezhet a különféle elektronikus berendezések működésében is. A MÁV is veszít az óraállításon: a vonatok ezen az éjjelen egy órát vesztegelnek.

Az állattartók is különös jelenségre figyeltek fel: ha a fejési időn változtatnak, a lefejt tej mennyisége jelentősen csökken. A Szallas.hu gyűjti a téli időszámításra áttérés ellenzőinek szavazatait. A szervezők szeretnék, ha az emberek beszélnének arról, hogy miért nem jó az óraátállítás, amelynek eredeti célja a takarékoskodás volt, miközben a téli időszámításra való áttérés az internetes aláírásgyűjtést kezdeményezők szerint ma már az államnak is hatmilliárd forinttal többre kerül.

Hernádi Zsuzsa