

No, l'ora legale non scatta questo weekend

di **Redazione**

16 Marzo 2018 - 9:46



Genova. Per chi già si chiedeva se fosse questo “il weekend in cui dormiremo un’ora di meno”, la risposta è no. L’ora legale scatterà nella notte tra sabato 24 e domenica 25 marzo, più precisamente alle 2, che diventeranno automaticamente le 3.

Le giornate potranno così allungarsi e sarà possibile un notevole risparmio energetico - questo in teoria il motivo per cui si passa all’ora legale - ma non sono da escludere disagi legati al cambiamento dell’ora sottoforma di stress e disturbi del sonno.

Il consiglio degli esperti, ma forse basta un po’ di buon senso, è quello di abituarsi alla nuova durata delle giornate andando a letto un po’ prima nei giorni precedenti a domenica 25 marzo. L’ora solare tornerà alle 3.00 del mattino di domenica 28 ottobre.

La storia. L’ora legale esiste in Italia dal 1916 e fu adottata mentre il paese era impegnato nella prima guerra mondiale. L’invenzione dell’ora legale è spesso attribuita all’inventore statunitense Benjamin Franklin, che nel 1784 scrisse una lettera satirica pubblicata su un giornale di Parigi, nella quale suggeriva scherzosamente ai parigini di alzarsi più presto al mattino per sfruttare la luce solare e risparmiare sul costo delle candele. Abolita nel 1920, nei decenni successivi l’ora legale fu più volte introdotta, sospesa, abolita e di nuovo introdotta. Fu poi definitivamente ripristinata nel 1966, durante un periodo di crisi energetica. Viene introdotta, in Europa, nell’ultima domenica di marzo ormai dal 1981.

