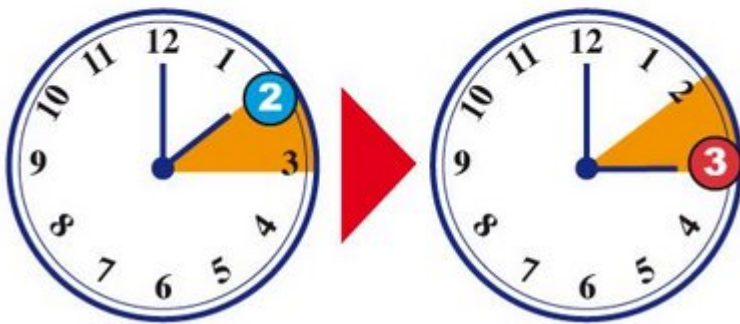


Lancette avanti di un'ora da questa notte alle 2

LECCO - **Lancette avanti di un'ora, arriva l'ora legale:** il cambio è previsto per questa notte, tra sabato 25 e domenica 26 marzo, alle **ore 2**. Significa che dormiremo un'ora in meno, ma da domani il buio arriverà un'ora più tardi.

**LANCETTE AVANTI:
TORNA L'ORA LEGALE**



Cos'è l'ora legale

La convenzione di spostare in avanti di un'ora le lancette dell'orologio nasce dalla necessità di sfruttare meglio l'irradiamento del sole durante il periodo estivo e quindi risparmiare energia elettrica. Pare che l'idea fosse già stata espressa nel 1784 da **Benjamin Franklin**: la sua proposta (satirica) venne pubblicata su un quotidiano francese e sosteneva che la popolazione dovesse alzarsi ad orari più mattinieri per sfruttare la luce del sole e quindi risparmiare sulle candele. In Italia l'ora legale esiste dal 1916 ma fino al 1966, quando entrò in vigore definitivamente, fu più volte sospesa.

L'ora legale ci accompagnerà **fino alla fine di ottobre** quando, tornerà l'autunno e ci sarà il ritorno dell'**ora solare**.

L'abolizione?

Alcuni studi sostengono che il cambio dell'ora, per quanto minimo, abbia conseguenze dal punto di vista fisico: per via dello stress di dormire un'ora in meno e del cambio dei ritmi biologici. Il dibattito sull'abolizione del cambio dell'ora semestrale è aperto da tempo, ma

una decisione non è ancora stata presa.