

O hodinu spánku méně. Přichází letní čas

JIŘÍ JANDA

Letní čas nám v noci na zítřek znovu opět ukousne hodinu života. Deník přináší odpovědi na otázky, proč se vlastně hodiny musí přetáčet a jestli to budeme muset dělat i v dalších letech.

Co je to letní čas?

Letním časem nazýváme takovou úpravu měření a udávání času, při níž se v určité oblasti či zemi nepoužívá běžný pásmový čas, ale čas posunutý dopředu, a to obvykle o jednu hodinu. V Česku se tedy běžný střeoevropský čas (SEČ) dočasně nahrazuje střeoevropským letním časem (SELČ). Letním se tento čas nazývá, neboť se využívá v létě a v měsících před a po něm.

Kdy se bude letos přecházet na letní čas?

Změna času se odehraje v noci na neděli. Ve dvě hodiny po půlnoci se ručičky hodin posunou o hodinu dopředu, tedy z času 2.00 SEČ na 3.00 SELČ.

Kdy se opět vrátíme ke střeoevropskému času?

Až po více než sedmi měsících. Ukousnutou hodinu života dostaneme zpět v neděli 29. října, kdy se ve 3.00 ručičky hodin zpět na 2.00. Do roku 1995 se letní čas uplatňoval jen šest měsíců.

Jaké druhy času známe?

Původně se používal místní čas. Ten je stejný pro všechna místa na stejném poledníku. Lidé tedy poznali, že je pravé poledne, když měli slunce přímo nad hlavou. Z praktických důvodů se však nyní pracuje s pásmovým časem. Svět je proto ve směru od východu na západ rozdělen do čtyřadvaceti časových pásem a v každém z nich se používá čas, který se od sousedních pásem liší o jednu hodinu.

Ve kterých státech letní čas nepoužívají?

Bez letního času se dosud vždy obešly například země v rovníkové Africe anebo na Arabském poloostrově

i asijské země jako Barma, Thajsko či Vietnam. V Evropě jej nepoužívá Island.

Od kdy se letní čas využívá?

Na území Česka byl letní čas poprvé zaveden už v době první světové války. V meziválečném Československu se bez něj pohodlně obešli. Návrat k němu přinesla až druhá světová válka, kdy byl opět zaváděn od roku 1940. Od využití letního času se poté upustilo až v roce 1949. Zatím poslední návrat letního času nastal v roce 1979. Od tohoto roku se již zavádí každoročně.

Kde obvykle přetáčení hodinových ručiček o hodinu způsobuje potíže?

Starosti změna času přináší zejména železničářům. Pokud se na jaře čas mění o hodinu dopředu, „zpoždují“ se kvůli chybějící hodině třeba mezistátní rychlíky.

Jak se tato mimořádná situace řeší?

České dráhy při přechodu na letní čas zavádějí různá speciální opatření týkající se vozů, lokomotiv i personálu. Přesto na zpožděné spoje často nemohou čekat ranní přípoje, aby se zpoždění nepřeneslo. Naopak jednodušší, byť pro cestující spíše nepříjemný, je návrat k zimnímu času. Vlaky, které noční změna zastihne na trati, zůstanou hodinu stát, aby do cíle nepřijely s předstihem, a nezpůsobily tak zmatek.

Proč se letní čas zavádí?

Jako důvod se uvádí snaha o úspory elektrické energie. Tím, že je v létě večer déle světlo, uspoří se podle zastánců letního času energie, která by byla potřeba na večerní svícení. Například

podle studie společnosti Enectiva se po jarní změně času sníží spotřeba elektřiny o šest procent. Důležitou roli ale hrají i povětrnostní podmínky.

Jak se mění pohled na výhodnost letního času?

Ekonomové i energetici se nyní většinou shodují, že úspory získané díky letnímu času jsou prakticky nulové. „Naopak se ukazuje, že v některých zemích umělé posouvání času spotřebu jasně zvyšuje,“ tvrdí hlavní ekonom Trinity Bank Lukáš Kovanda.

Komu letní čas vadí a proč?

Každoroční dvojí přetáčení hodiněk vadí zejména lidem, kterým změna působí potíže. Jejich vnitřní časový systém totiž bývá po ránu ještě nastavený na noc. „Proto byly po změně času pozorovány některé negativní dopady v podobě zvýšené nehodovosti nebo většího počtu úrazů, což zcela jistě souvisí s tím, že člověk vstává v do-

bě, kdy na to jeho vnitřní hodiny ještě nejsou připraveny,“ uvedla Alena Sumová z Fyziologického ústavu Akademie věd.

Existují nějaké nemoci, které by odborníci dávali do souvislosti se změnou času?

Že by střídání času způsobilo lidem nějaké konkrétní nemoci, vědci dosud neprokázali. U citlivějších lidí ale narušuje kvalitu spánku. Nevyspalí lidé se hůře soustředí, bývají ve stresu a zvyšuje se u nich riziko nehody. Také mohou být náchylnější ke vzniku kardiovaskulárních chorob.

Má změna vliv na zvířata?

Vliv na jejich vnitřní biologické hodiny může být dokonce větší, než je tomu u lidí. Pokud si například po podzimním návratu ke střeoevropskému času o hodinu přispíte oproti běžné ranní době večer, nebude se to vašemu psovi líbit.

Proč se začalo uvažovat o zrušení letního času?

Změny času mají své ekonomické dopady. Roli hraje i klimatický vývoj, využití klimatizací v horkých letních dnech je energeticky náročnější než svícení, a proto se smysl změny času ztrácí.

Jaký čas mají lidé raději?

Podle průzkumu agentury STEM/MARK z roku 2018 by zrušení střídání času přivítalo 70 procent respondentů. Pro celoroční využití letního času se tehdy vyslovilo 44 procent lidí, tomu zimnímu by dalo přednost o dvacet procent dotázaných méně, zbývající část se v tomto směru nevyjádřila.

Co by znamenalo celoroční zavedení letního času?

Na jednu stranu by se o dva měsíce prodloužilo období, kdy je venku světlo ještě v osm hodin večer. Na druhou stranu by však naopak o dva měsíce déle byla ráno venku tma, za níž by musely děti chodit do školy.

Kdo patří v Česku k největším bojovníkům za zrušení letního času?

Neúnavným bojem za zrušení letního času proslul pekař Stanislav Pecka ze Sobětuch na Chrudimsku. Psal kvůli tomu dopisy komunistickým papalášům i mezinárodním institucím, dokonce se ve snaze prosadit svůj cíl pokoušel vstoupit do politiky. Nikdy však v tomto směru neuspěl. V Evropském parlamentu se nyní pokouší podnitit iniciativy za zrušení letního času europoslanec Tomáš Zdechovský (KDU-ČSL, EPP). Před ním patřil mezi hlasité odpůrce letního času někdejší senátor Petr Šilar (KDU-ČSL).

Jak to se snahou o zrušení střídání časů vypadá dnes?

Snahy o skoncování se střídáním už v roce 2019 podpořili poslanci Evropského parlamentu. Na členských státech Unie potom bylo, aby se dohodly, v jakém rytmu se v nich čas bude ubírat. Tedy zda budeme nastálo žít jako kdysi v pásmovém střeoevropském čase, nebo s hodinovým předstihem v tom letním. Covidová pandemie ovšem debaty zastavila.

Jaký čas se zobrazuje na staroměstském orloji?

Hodiny na staroměstském orloji ukazují střeoevropský čas, fáze Měsíce či polohu Slunce na ekliptice, letní čas však zobrazit nedokážou. Jeho tvůrce s ním nepočítal.

Co ukazují sluneční hodiny na historických stavbách?

Obvykle také místní čas, od pásmového času na hodinách se tedy i tento údaj může odchylovat. Pokud se na takové hodiny na hradech a zámcích koukáte v létě, musíte počítat s tím, že se váš čas na hodinkách oproti nim o hodinu předbíhá.

