

IV. évfolyam | 44. szám | 2022. 11. 03-09.

795 Ft | Éves előfizetőknek: 670 Ft
4,34 EUR | 15,9 RON | 410 DIN

mandiner



AMERIKAI SORSDONTÁS

Félidős választás az Egyesült Államokban

*Mit hozott Joe Biden elnöksége?
Leváltható-e a demokrata többség?
Visszatérhet-e Donald Trump?*

www.mandiner.hu



22044

KÖZÉLET

Átállítjuk, de minek?

| KONOPÁS NOÉMI |

Csúnyán belerondít a belső óránkba, és már jelentős energiamegtakarítással sem jár a téli és a nyári időszámítás váltogatása. Bár az Európai Unió évekkal ezelőtt döntött arról, hogy el kell törölni a szükségtelen és kellemetlen szabályozást, még mindig tekergetjük a mutatókat.

Az alvásunkat szabályozó belső óránk, idegen szóval circadián ritmusunk igazodik a Nap és a Hold, a világosság és a sötétség, a nappal és az éjszaka változásaihoz. Veszélyes lehet, ha ezt a minden sejtünknek fontos bioritmust megsértjük. Márpedig minden tavasszal és ősszel ezt tesszük, amikor eggyel előrébb vagy eggyel visszább tekerjük a kismutatót – szögezi le lapunknak G. Németh György, a Magyar Alvás Szövetség elnöke. Mint mondja, ennek hatásait főként tavasszal érezzük, és nemcsak a közérzetünkön, hanem a baleseti és kórházi statisztikákon is egyértelműen észrevehető. Jelentősen nő ugyanis a kórházban ápoltságok halálozási aránya, és az óraátállítás napján jóval több baleset is történik.

Ilyen jelentős hatásai az októberi óraátállításnak nincsenek, köszönhetően annak, hogy egy órával többet alhatunk. Ám ez nem jelenti azt, hogy a téli időszámításra való átállítás mindenkinek zökkenőmentesen menne. Sokan ugyanis különösen érzékenyek arra, ha mesterségesen szabályozzák a bioritmusukat. Ők is fellelégezhetnek egy kicsit idén, hiszen az október utolsó vasárnapján esedékes óraátállítás hosszú hétvégére esett. Nagyobb esély volt tehát átállni az új időszámításra az alvási idő ütemezésével.

A MAGYAROK NAGYON NEM SZERETIK

Az ideai szerencsés véletlen ide vagy oda, egyértelműen kijelenthetjük: az óraátállítás nem jó. Mi sem bizonyítja ezt jobban, mint hogy az országok 60 százaléka már nem is állítgat,

és több mint hetven ország fontolgatja a megszüntetését. Az Európai Unió is szeretné végleg kiiktatni az életünkéből a szabályozást, ám évek óta nem tud ennek érvényt szerezni. Pedig az unió döntéshozói már a kétezres évek elején felismerték, nincs szükség nyári és téli időszámításra, mégis csak 2019-ben határozták el: eltörlik az óraátállítást. A döntés előtt még az unió polgárait is megkérdezték egy népszavazáson. A százmilliós lakosságból négymillióan szavaztak, és egyértelműen az óraátállítás eltörlése felé billent a mérleg. Érdeklenség, hogy a magyarok körében volt az egyik legmagasabb az időszámítás-váltást ellenzők tábora.

„Semmi szükség nem volt erre a látszatdemokratikus lépésre” – véli a népszavazás kapcsán a Magyar Alvás Szövetség elnöke. Ráadásul ahelyett, hogy még 2019-ben az unió megszavazta volna, melyik legyen az igazi időszámítás – vagyis melyikre álljon át az összes ország –, a tagállami kormányok hatáskörébe utalta a döntést. G. Németh György szerint márpedig ez nem népszavazás, hanem hatástanulmányokon alapuló, globális gazdasági egyeztetés kérdése az uniós államok között.

TÉLI VAGY NYÁRI?

Hiába van tehát döntés az óraátállítás eltörléséről, az egyeztetés elmaradt. Ami valahol érthető, hiszen kisebb gondjuk is nagyobb volt a tagállamoknak: a koronavírus-járvány, majd a háború és a nyomában fellépő energiaválság írja a forgatókönyvet. Ez az oka annak, hogy még mindig arra

„Sem a nyári, sem a téli óráátállításból eredő energiamegtakarítás nem tekinthető jelentősnek”

várunk, hogy a tagállamok megállapodjanak, a téli vagy a nyári időszámítás maradjon. Márpedig ennek eldöntése elengedhetetlen, hiszen furcsa lenne, ha például a szomszédos Ausztriában az egyik, itthon pedig a másik szerint élnék a mindennapjainkat.

Annak kapcsán, hogy a természetesnek tartott téli vagy a nyári időszámítás maradjon, megoszlanak a vélemények. A városban élők és a bagoly típusú emberek inkább az utóbbit, a vidékiek és a mezőgazdasággal foglalkozók inkább az előbbit preferálják. A nyárpártiak azzal érvelnek, hogy tovább van világos délután, a télpártiak azzal, hogy reggel korábban világosodik. Mindenestre érdemes belegondolni: amennyiben a nyári időszámítás maradna, lenne olyan téli hónap, amikor csak nyolc után kelne fel a nap. A kronobiológia – ami az élő szervezetek működésének összefüggéseit vizsgálja a Nap–Hold-ritmus periodicitásaival kapcsolatban – és az alvástudomány a hosszú évmilliókon keresztül kialakult, és a cirkadián ritmusunknak leginkább megfelelő téli változatot preferálja.

MIT BEFOLYÁSOL AZ ENERGIAVÁLSÁG?

Elképzeltető, hogy az óráátállítás eltörlését támogató érveket felülírják az energiabiztonsági és a gazdasági szempontok. G. Németh úgy véli, ahogy a nemzetközi olajválság idején döntés született az általánosan érvényben lévő standard időszámítás mellett, úgy most különösen időszerű lenne dönteni, hiszen még súlyosabb energiaválság van kibontakozóban.

Évtizedek óta vitáznak a szakértők között arról, hogy van-e bármilyen előnye a téli időszámításnak a lakossági és ipari energiafogyasztásra – mondja ennek kapcsán Kovács Erik, a Mathias Corvinus Collegium Klímapolitikai Intézetének kutatója. Hozzáteszi, az Egyesült Államokban már az 1920-as évek óta vizsgálják, hogy a téli időszámítás mennyire képes befolyásolni az energiahasználatot a városi környezetben. A hazai villamosenergia-rendszert irányító Magyar Villamosenergia-ipari Átviteli Rendszerirányító Zrt. szakemberei 1949 óta gyűjtik és elemzik a mindenkori fogyasztási adatokat. Ha csak a gazdasági és ipari szempontokat vesszük figyelembe, a nyári időszámítás mellett szólnak az érvek. Nyáron a kevesebb mesterséges világítás miatt energiamegtakarítás jelentkezik, ami kisebb környezeti terheléssel jár. Németországban egy 1992 és 1999 közötti rövid távú kutatás azt mutatta ki, hogy a téli óráátállításakor csaknem 10 százalékkal kevesebb autó fut az utakon, március végétől, a nyári átállással pedig ennyivel nő az autók száma.

„Ma már összességében sem a nyári, sem a téli óráátállításból eredő energiamegtakarítás nem tekinthető jelentősnek” – szögezi le Kovács Erik. Mint hozzáteszi, előbbiből Magyarországon körülbelül 6 milliárd forint a megtakarítás, ami minden lakosra vetítve mindössze hat-

száz forintot jelent. Az őszi-téli óráátállítás nem hoz ilyen mértékű spórolást, az emberek többsége sötétben kel és fekszik az átállítás előtt és után is, a lámpák ugyanannyit égnek, ezért az energiafogyasztás sem ugrik meg, alig 0,002 százalék a változás.

Minden érv egy irányba mutat tehát: el kell törölni az óráátállítást, hiszen nemcsak jelentősen belerondít a bioritmusunkba, de érdemi mennyiségű energiát sem lehet megtakarítani vele. A következő lépés a megegyezés annak kapcsán, hogy a téli vagy a nyári időszámítás maradjon. A Magyar Alvás Szövetség nem szeretne állást foglalni egyik mellett sem, inkább amellett van, hogy a gazdasági szempontokon kívül a tudományos érveket is vegyék figyelembe, továbbá hallgattassék meg az emberek véleménye is, ezeket mérlegelve szülessen meg minden tagállamban az egyforma döntés Európában. Egy biztos, olyan döntés nem fog születni, ami kivétel nélkül mindenkinek jó. ■

HIRDETÉS



Várjuk a felterjesztéseket a

Polgári Magyarországért Díjra!

Az elismerés a polgári–keresztény–nemzeti értékű közösséget képviselő személynek vagy közösségnek adományozható példamutató tudományos, közéleti, művészeti, karitatív vagy közösségépítő tevékenységükért.

A díjjal járó juttatás összege
5 millió forint

Felterjesztési határidő
2022. november 10.



RÉSZLETEK:
www.szpma.hu