

Länger oder kürzer schlafen ...? – Die Zeitumstellung

In der Meteorologie¹ beginnt der Frühling auf der Nordhalbkugel am 1. März, in der Astronomie² beginnt er 2013 am 20. März. Und am 31. März stellen wir uns alle wieder die Frage: Darf ich heute Nacht eine Stunde länger schlafen? Oder ist die Nacht eine Stunde kürzer? Dann ist Zeitumstellung.

- 5 Deutschland und Österreich haben die Sommerzeit seit 1980 wieder³, die Schweiz seit 1981. Inzwischen regeln die Länder in der Europäischen Union die Sommerzeit alle gleich. Deutschland hat seine Sommerzeit 1996 deshalb um einen Monat länger gemacht.

Das Ziel war eigentlich Energiesparen: Mit der Sommerzeit soll man das Tageslicht besser nutzen, denn es ist abends länger hell. Am Abend machen die Menschen erst später Licht,
10 brauchen also weniger Strom.

Die einen mögen die Zeitumstellung, die anderen nicht. Warum?

Max Bauer, 29 Jahre, Ingenieur

„Mit der Sommerzeit habe ich mehr von meiner Freizeit. Ich arbeite nämlich lang und komme oft erst spät aus der Firma. Am Abend ist es länger hell, dann kann ich
15 zum Beispiel noch draußen Sport machen oder an einen See fahren. Energie spart man mit der Sommerzeit nicht, das weiß man heute. Die Leute schalten abends das Licht später ein, das ist richtig. Aber im März oder Oktober ist es oft kalt. Und wenn man früher aufstehen muss und es noch kalt ist, macht man die Heizung an.“

Juliane Schmidt, 55 Jahre, Ärztin

20 „Viele Menschen haben Probleme mit der Sommerzeit. Der Körper braucht vier bis 14 Tage bis er mit dem neuen Rhythmus zurechtkommt. Fast alle Menschen sind erst einmal müde. Nach der Zeitumstellung gehen auch mehr Leute zum Arzt. Sogar mehr Autounfälle passieren in dieser Zeit. Eltern beschwerten sich: In vielen Schulen beginnt der Unterricht schon sehr früh. Mit der Sommerzeit müssen die Kinder dann
25 noch eine Stunde früher aufstehen. Und wer müde ist, kann nicht gut lernen.“

Urs Grassler, 58 Jahre, Bauer

30 „Also, meine Kühe⁴ mögen die Zeitumstellung nicht. Sie haben nämlich ihren Rhythmus und wollen immer zur gleichen Zeit gemolken werden. Nach der Umstellung auf die Sommerzeit geben sie sogar einige Tage lang weniger Milch. Schluss mit der Sommerzeit, das ist meine Meinung!“

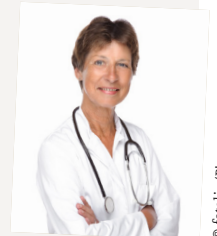
Die Sommerzeit spart keine Energie und ist nicht so gut für den Rhythmus von Mensch und Tier. Viele sind trotzdem für die Zeitumstellung. Sicher auch, weil sie den Frühling und den Sommer am liebsten mögen.



© panthermedia.net/Daniel Kasper



© Thinkstock/Digital Vision/
Thomas Norlicut



© fotolia/PictureArt



© fotolia/Heiko Butz

1 die Meteorologie (Sg.): die Wissenschaft vom Wetter, Klima etc.

2 die Astronomie (Sg.): die Wissenschaft von den Planeten, den Sternen etc.

3 Die Sommerzeit hat es schon früher gegeben: in Deutschland 1916 – 1919, 1940 –1949; in Österreich 1916 – 1920, 1940 –1948; in der Schweiz 1941 – 1942.

4 die Kuh, =e; melken, hat gemolken: Eine Kuh gibt Milch. Will der Mensch die Milch, muss er die Kuh melken.

1 Richtig oder falsch? Lesen Sie den Text bis Zeile 10 und kreuzen Sie an.

- | | richtig | falsch |
|--|-----------------------|-----------------------|
| a Der astronomische Frühlingsanfang und die Zeitumstellung sind am selben Tag. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| b Am 31. März beginnt die Sommerzeit. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| c In Deutschland, Österreich und der Schweiz hat es lange Zeit keine Sommerzeit gegeben. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| d Deutschlands Sommerzeit ist seit 1996 genauso lang wie in den Nachbarländern. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| e In der Sommerzeit verbraucht man am Abend mehr Strom für Licht. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

2 Welche Aussage passt zu wem? Ordnen Sie zu: Max Bauer (B), Juliane Schmidt (S) und Urs Grassler (G)

- | | |
|--|----------------------------------|
| a „Tiere haben einen festen Rhythmus und machen die Zeitumstellung nicht mit.“ | <input checked="" type="radio"/> |
| b „Die Sommerzeit ist gut für die Freizeit am Abend.“ | <input type="radio"/> |
| c „Kinder können nicht gut lernen, wenn sie sehr früh in die Schule müssen.“ | <input type="radio"/> |
| d „Nach der Zeitumstellung geht es vielen Menschen ein paar Tage lang nicht so gut.“ | <input type="radio"/> |
| e „Die Sommerzeit spart in Wirklichkeit gar keine Energie.“ | <input type="radio"/> |
| f „Wegen der Sommerzeit verdiene ich weniger Geld.“ | <input type="radio"/> |

3 Sind Sie für oder gegen die Sommerzeit? Notieren Sie.

Für die Sommerzeit	Gegen die Sommerzeit
mehr Licht am Abend	spart keine Energie