

ZEITUMSTELLUNG – VORTEILHAFT ODER NACHTEILIG?

In der Nacht vom 30. auf den 31. März 2024 wird es wieder so weit sein, dann beginnt die Sommerzeit. Die Uhren werden um eine Stunde vorgestellt, was so viel heisst, dass wir um eine Stunde Zeit «geprellt» werden. Am letzten Oktobersonntag, 27. Oktober 2024, um 03.00 Uhr ist es dann 02.00 Uhr, weil die Uhren um eine Stunde zurückgestellt werden. Winterzeit ist angesagt.

Alle Jahre wieder dasselbe. Nach fünf Monaten «Normalzeit» wird uns die Sommerzeit mit längeren Tagen und kürzeren Nächten wieder in Beschlag nehmen. Im Gegensatz zu früher hat sich nur das Drehen an der Uhr verändert, ansonsten hat sich technisch gesehen kein Problem ergeben. Das Einzige was geblieben ist, sind die Diskussionen über Sinn oder Unsinn dieser Massnahme. Und zudem ist die Abschaffung zurzeit wieder ein Thema.

Zeitumstellung ja oder nein?

Ein Blick in die fast endlosen Geschichtsetappen ergibt, dass Europa 1977 die Einführung der Sommerzeit erlebte. In der Schweiz gilt sie seit 1981, obwohl sie bei der Volksabstimmung vom 28. Mai 1978 deutlich abgelehnt worden ist. Durch eine bessere Nutzung des Tageslichts sollte Energie, bedingt durch die Ölkrise 1973, gespart werden. Aber das Gegenteil trat

ein, das Erwartete brachte nichts und verursachte hohe Kosen. Die seinerzeit geführte Debatte von 2010 in Bundesbern bezüglich Abschaffung der Sommerzeit erhielt keine Zustimmung. Äusserungen von Wissenschaftlern und Ärzten besagen, dass die Sommerzeit nicht nur überflüssig, sondern auch schädlich ist.

Wenn immer Winterzeit wäre, dann...

- würden lange Sommerabende im Juli mit dem Sonnenuntergang um 21 statt um 22 Uhr enden.

- wäre im Juli bereits um 3 Uhr morgens Sonnenaufgang.

Wäre immer Sommerzeit.

- würde es im Winter zur Weihnachtszeit zwar erst um 17 statt um 16 Uhr dunkel. Dafür würde es morgens erst um 9 Uhr hell.

Das Umstellen der Uhren ist für viele Menschen ein schönes Ritual: jetzt beginnt der Frühling und im Herbst leitet das Umstellen der Uhren die gemütlichen Tage bei Kerzenschein ein.

Was dagegen spricht:

Es gibt Menschen, die unter einer Art «Mini-Jetlag» nach der Zeitumstellung leiden. Betroffene fühlen sich müde, erschöpft, schlecht gelaunt sowie geradezu fähig

und unkonzentriert. Wissenschaftlich bewiesen ist das jedoch nicht – ganz im Gegensatz zu einem erhöhten Herzinfarktrisiko nach der Zeitumstellung.

Die Rate von Unfällen, sowohl im Verkehr als auch im Haushalt erhöht sich unmittelbar nach der Zeitumstellung.

Die ursprünglich erhoffte Energieeinsparung durch den reduzierten Beleuchtungseinsatz konnte sich nicht bestätigen. Der erhöhte Einsatz der Heizung und von Klimaanlage erzeugte im Gegenteil einen Anstieg des Energieverbrauchs.

Wie geht es weiter?

Das EU-Parlament hat bereits 2019 dem Vorschlag der EU-Kommission zugestimmt, die Zeitumstellung 2021 abzuschaffen. Doch seither ist nichts passiert. Die Umstellung soll nun doch bis mindestens Ende 2026 bleiben.

Otmar Näpflin

