

Zomertijd niet voor iedereen even ‘zonnig’

Naar voren of naar achteren? Jarenlang was dat mijn vraag, wanneer de zomer- en wintertijd aanbraken. Het o zo gemakkelijke ezelsbruggetje: *voorjaaris de klok één uur naar voren* – of zoals de Engelsen zo mooi zeggen: “*Spring forward, fall back*”(lente/spring vooruit, herfst/val terug) – heeft mijn ‘geklungel met de klok’ tot een verleden gebracht.

Tot voor kort stond ik verder ook niet echt stil bij deze routinematige handeling. Misbruikte dat ‘uurtje tijdsverschil’ alleen als excuus wanneer ik die dag ergens te laat kwam. ‘Ja, klok is verzet hè...’ Excuses aanvaard.

Nu ben ik lichtelijk verblaasd aan ‘googelen’. Internet afstruinen naar informatie over van alles en nog wat. Lang leve het hedendaagse gemak! Afijn, ‘zomertijd’ stond dus al snel ingetypt in het zoekbalkje.

En ja, ik stuitte allicht op een wetenswaardigheid die stof gaf tot informatiedrang. Zo schijnen de omschakelingen tussen zomer- en wintertijd – dat uurtje?! – zoveel effect te hebben op planten, dat kwekers in de tuinbouw actie moeten ondernemen. De biologische klok van de flora wordt verstoord, zeg maar. Planten hebben het meeste water nodig wanneer de zon het hoogste punt bereikt. De planten gaan op *zonnetijd* af, niet op de *zomertijd*. Landbouwers moeten hun irrigatiesystemen aanpassen; de klimaatstrategie voor het gewas mag namelijk niet veranderen.

‘Jetlag’

Ook de dierenwereld heeft te kampen met een ‘jetlag’. Dieren kunnen simpelweg niet met de kunstmatige omschakeling van het uur omgaan. Denk aan koeien die iedere dag op dezelfde tijd gemolken worden en gewend zijn aan dit ritme.

Er blijkt ook uit cijfers van 2011, enkele weken na het instellen van de zomertijd, dat er direct veel meer aantijdingen waren met herten, zwijnen en konijnen. Zodra de zon opkomt, steken zij wegen over op weg naar hun slaapplek. Het ‘spitsuur’ valt in het begin van de zomertijd gelijktijdig met de zonsopgang en daardoor komen mens en dier dus figuurlijk én letterlijk meer met elkaar in aanraking!

En tot slot de mens. Zelf ben ik niet gevoelig voor dat uurtje. Mijn biologische klok tikt probleemloos door. Ook mijn man, baby en dreumes hebben nergens last van. Echter, veel mensen hebben wel degelijk moeite met ‘dat ene uurtje’.

Ik snuffel wat op fora rond en lees wetenschappelijke onderzoeken. Ik stuit op meerdere vermeldingen van mensen die dagenlang van slag zijn tot vragen over kleine kinderen die hun draai niet kunnen vinden na het verzetten van de klok. Wetenschappers die publiceren over slaapgebrek, stress en andere gezondheidsproblemen. Wow, nooit bij stilgestaan...

De omschakeling van zomer- naar wintertijd en vice versa is dan ook al eeuwenlang een discussiepunt en aan verandering onderhevig. In Europa houden we ons sinds 1981 aan de richtlijnen die zijn vastgesteld door de Europese Unie. Japan, China, Wit-Rusland, IJsland en verschillende andere landen kennen bijvoorbeeld geen ‘wijzerdraaien’ (meer) en vorig jaar was nog in het nieuws dat Rusland de overstap maakte naar één tijd. Ook Egypte schafte de zomertijd in 2011 af, nadat het land in 2010 de zomertijd gedurende de ramadan tijdelijk onderbrak, waardoor de klok vier keer in één jaar verzet moest worden! Voor hen geen klok vooruit zetten meer zoals bij ons op 25 maart.

Voor allen die de laatste zondag van maart met een rotgevoel ingaan: veel sterkte. En dat het zonnetje voor jullie na het invoeren van de zomertijd zoveel mogelijk mag blijven schijnen.

Doornroosje

