

IL 25 MARZO TORNA L'ORA LEGALE, LANCETTE DA SPOSTARE UN'ORA AVANTI

22 Marzo 2018



ROMA – Il 25 marzo torna l'ora legale, nella notte tra sabato e domenica.

Dunque lancette dell'orologio da spostare un'ora avanti: domenica, quando saranno le due di notte, le lancette andranno avanti fino alle tre.

E così, spiega l'*Adnkronos*, anche se per qualcuno quei 60 minuti in meno di sonno potrebbero provocare qualche malumore e una sorta di jet lag – per effetto del quale, per tre o quattro giorni, si potrebbe accusare maggiore sonnolenza al mattino, un po' più di spossatezza e più irritabilità, guadagneremo luce in più durante la giornata.