



Ora legale marzo 2026, quando torna e come spostare le lancette

Descrizione

(Adnkronos) È quasi tempo di primavera e insieme alle giornate più¹ calde torneranno anche l'ora legale. Ecco quando arriva e come andranno spostate le lancette degli orologi.

L'ora legale tornerà la notte tra sabato 28 e domenica 29 marzo, con un giorno di anticipo rispetto al 2025. Un trend che continuerà in futuro: nei prossimi tre anni, fino al 25 marzo del 2029, l'ora legale, che viene introdotta l'ultimo fine settimana di marzo, continuerà ad anticiparsi. Dal 2030, invece, il ciclo sarà resettato² e si tornerà a spostare gli orologi il 31 marzo.

Le lancette degli orologi verranno spostate un'ora avanti: le 2 di notte diventeranno le 3.

L'arrivo dell'ora legale segna una serie di cambiamenti nella vita quotidiana. Nella notte del cambio ora si dormirà un'ora in meno, ma ci si porterà le giornate ad allungarsi: il tramonto arriverà infatti un'ora più tardi, garantendo quindi un pomeriggio più lungo e illuminato dal sole. Questo aiuterà ovviamente anche a ridurre le spese energetiche, con il minore uso dell'illuminazione artificiale a beneficio di quella naturale, e avrà un effetto diretto sulle bollette.

Con l'arrivo dell'ora legale le giornate andranno progressivamente ad allungarsi. Al mattino farà giorno più tardi, ma il buio arriverà più avanti nel corso della sera. Il picco si avrà il giorno del solstizio d'estate, atteso per il 21 giugno 2026. L'ora legale sarà in vigore fino all'ultima domenica di ottobre, quella del 25, quando tornerà invece l'ora solare e le lancette degli orologi dovranno essere spostate nuovamente un'ora indietro.

È

cronaca

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

Categoria

1. Comunicati

Tag

1. Ultimora

Data di creazione

Marzo 6, 2026

Autore

redazione

default watermark