

★ 支持7號提議的論據 ★

我們每年兩次更改時鐘要付出多少代價？以下是需要考慮的部分因素。

2012年的大學醫學研究發現，在時間改變後的兩天內，心臟病發作的風險增加了10%。

2016年進一步的研究發現，更改時鐘時，中風風險增加8%。對於癌症患者，中風風險增加25%；對於65歲以上者，中風風險增加20%上述後果皆因我們擾亂了睡眠模式。

當我們的孩子每年兩次擾亂睡眠模式時，每個家長都知道這意味著什麼。

現在考慮錢的因素。每年兩次改變時鐘會導致我們在世界許多地方使用的電力增加4%，我們開車使用的燃料增加，成本為\$4.34億。那是我們可以節約的錢。

改變我們的時鐘不會改變太陽何時升起或落下。

此事由自然掌控。夏日總是會更長。冬天會縮短。

自2000年以來，已有14個國家停止更改時鐘。現在，所有國家中有68%不這樣做。這些國家讓自然而不是政府來決定時間。降低健康風險。降低能耗。節省金錢。

對7號提議的贊成投票允許California考慮讓夏令時或標準時間成為全年時間—改變比改變時鐘更重要的事情。

在做出任何最終決定之前，7號提議需要立法院三分之二的投票。

州議會議員KANSEN CHU

California州議會選區25

州議會女議員LORENA GONZALEZ

California州議會選區80

SION ROY M.D., 醫學博士, 心臟病專家

★ 對支持7號提議的論據的反駁 ★

永久夏令時的支持者堅持認為它將使我們節省能源。實際不然。關於該主題已有諸多研究，並無確鑿證據表明全年夏令時會讓我們節約一分錢。某些醫療狀況任何短暫的潛在改善均需要權衡冬天早晨天色黑暗較晚的危險。

每年兩次改變我們的時鐘可能不方便。但是，冬季在黑暗中開始一天的活動不僅不方便，而且有危險。對於摸黑前往學校或等候巴士的兒童以及必須在黑暗中開始通勤的成年人來說，這是危險的。1974年全年實行夏令時的相同失敗試驗確認了這一危險現實。

春季、夏季和秋季保持現有夏令時制度，而冬季保持標準時間的優勢很明顯：

- 夏天白晝持續到傍晚
- 冬天早晨開始白晝
- 避免讓我們一年中有四個月比鄰近的西部各州和墨西哥早一個小時

冬季兒童和成人的危險性增加，與我們周圍各州時間不同。這不值得。對7號提議投反對票。

參議員HANNAH-BETH JACKSON

第19號參議院選區

★ 反對7號提案的論據 ★

請為7號提議投反對票。

7號提議將導致California轉為永久夏令時。

我們之前已對此作出嘗試，結果是一場災難。1974年，能源危機導致尼克森總統宣佈實行緊急全年夏令時。它應該持續16個月，但在10個月後停止，因為人們討厭早晨太陽太晚升起的事實。

夏令時不會帶來更多的白晝時間，它只改變白晝時間何時出現。如果您住在Anaheim，太陽將在今年聖誕節早上6點55分升起。若為夏令時，則是早上7點55分。

我們在夏天有夏令時，所以下班回家後天色明亮。我們在冬天切換到標準時間，所以早晨天色明亮。

擁有永久夏令時意味著什麼？太陽會比標準時間晚一個小時升起。如果您住在Eureka或Susanville，那麼在元旦早上8點依然天色黑暗。如果您住在洛杉磯或Twentynine Palms，那麼11月到2月太陽直到上午7點30分或者更晚才升起。

那些喜歡與太陽一起醒來的人會在黑暗中醒來。您將在黑暗中為家人一天的活動做準備；您的孩子將在太陽升起之前步行上學或等待校車。對於那些在工作之前鍛煉身體或參加宗教儀式者，您將在黑暗中進行。

有人認為夏令時使我們節省了能源或讓我們更安全。但是沒有科學證據證明這一點。它只是一個方便的問題。我們現在在夏天有夏令時，所以我們可以在傍晚享受額外的陽光，而不是在早晨5點和6點之間我們寧願天色黑暗的時候擁有陽光。然後在冬天我們切換到標準時間，所以早上不會那麼黑暗。

永久夏令時將使我們與鄰居不同步。雖然我們總是與Arizona州的時間相同，但是一年中的部分時間我們與其他山地時間州的時間相同，其他時間與Nevada州、Oregon州、Washington州和Mexico州保持一致。

是的，當我們「提前」出發時，我們會有點不方便，會失去那個小時（即使當我們「退回」時，我們很高興得到額外的這個小時）。但是避免這些切換不值得與其他州時間混淆，以及我們如果實行永久夏令時必須忍受幾個月的黑暗早晨。

參議員HANNAH-BETH JACKSON

第19號參議院選區

PHILLIP CHEN，州議會議員

第55號選區

★ 對反對7號提案的論據的反駁 ★

7號提議的反對者無法辯駁每年兩次更改時鐘對我們的健康和經濟都有害的科學和經濟事實。7號提議旨在保持我們的社區、工作場所、學校和公路安全及富有成效。

研究表明，每當時間改變，心臟病發作和中風更容易發生。

孩子們脫離了他們通常的睡眠模式，在課堂上變得更加不專注。

我們改變時鐘後，交通事故和工傷都會顯著增加。更不用說，每年將時鐘撥快和撥慢一小時，我們的生產效率損失了\$4.34億。

California可以通過投票贊成提議7來解除危險的時間切換。

請與眾家長、醫療專業人士和工作場所安全倡導者一道投票贊成提議7。

www.YesProp7.info

州議會議員KANSEN CHU

California州議會25號選區

州議會女議員LORENA GONZALEZ

California州議會80號選區