

# Arbeitszeit

## Welche Ziele sollten Sie erreichen?

Die Arbeitszeiten sind so gestaltet, dass Arbeitszeit und Erholungszeit (Freizeit) ausgewogen sind und die Vereinbarkeit von Beruf und Familie möglich ist.

## Welche Anforderungen müssen Sie erfüllen?

Sie müssen die gesetzlichen und gegebenenfalls die tarifvertraglichen Vorgaben berücksichtigen, das heißt:

- Die werktägliche Arbeitszeit darf 8 Stunden nicht überschreiten.
- Die Arbeitszeit darf auf bis zu 10 Stunden verlängert werden, wenn innerhalb von 6 Monaten oder 24 Wochen ein Ausgleich auf durchschnittlich 8 Stunden gewährleistet ist.
- Es müssen Ruhepausen eingehalten werden:
  - 30 Minuten ab 6 Stunden Arbeitszeit,
  - 45 Minuten ab 9 Stunden Arbeitszeit.

Die Pausen können in Abschnitte von mindestens 15 Minuten aufgeteilt werden.

- Kurze Erholungspausen sollten möglich sein.
- Eine werktägliche Arbeitszeit von mehr als 8 Stunden muss dokumentiert werden.
- Noteinsätze an Sonn- und Feiertagen müssen gegebenenfalls genehmigt werden. Informieren Sie sich bei Ihrer zuständigen Arbeitsschutzbehörde. Sie müssen durch einen Ersatzruhetag – bei Sonntagen innerhalb von zwei Wochen – ausgeglichen werden.
- Mindestens 15 Sonntage pro Jahr müssen arbeitsfrei sein.

Besondere Arbeitszeitregelungen, die im Rahmen des Mutterschutzes oder für Jugendliche gelten, finden Sie unter Sichere Seiten „**Mutterschutz**“, „**Jugendarbeitsschutz**“ sowie „**Praktikantinnen und Praktikanten**“.

## Gutes Zeitmanagement – Tipps für die Praxis

- Besprechen Sie den Arbeitszeit- und Urlaubsplan gemeinsam mit Ihren Beschäftigten. Berücksichtigen Sie deren Bedürfnisse, wie beispielsweise Anfahrtswege, Öffnungszeiten der Schulen oder Kindergärten, Ferien- und Urlaubstermine der Kinder und/oder Partner und Partnerinnen.
- Vermeiden Sie bei Noteinsätzen
  - an Wochenenden möglichst Sonntagsarbeit.
  - Nacharbeit.
- Stellen Sie nach Einsätzen, die in die Abendstunden hineingehen, eine Ruhezeit von mindestens 11 Stunden sicher.
- Planen Sie bei der Terminvergabe Pufferzeiten für Notfälle ein.