

# Arbeitszeit

## Welche Ziele sollten Sie erreichen?

Die Arbeitszeitgestaltung sorgt für die Ausgewogenheit zwischen Arbeitszeit und Erholungszeit (Freizeit).

Die Vereinbarkeit von Beruf und Familie wird durch die Arbeitszeitregelung ermöglicht. Die sozialen Gegebenheiten (Alleinerziehende, Vollzeit, Teilzeit) sind berücksichtigt.

## Welche Anforderungen müssen Sie erfüllen?

Wenn Tarifverträge keine Ausnahmen vorsehen, gelten folgende Regeln des Arbeitszeitgesetzes:

- Die werktägliche Arbeitszeit darf 8 Stunden nicht überschreiten.
- Die tägliche 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.
- Eine Beschäftigung von mehr als 6 Stunden ohne Pause ist nicht zulässig.
- Nach Beendigung der täglichen Arbeitszeit ist eine Ruhezeit von 11 Stunden einzuhalten. Sie kann auf 10 Stunden verkürzt werden, wenn innerhalb eines Monats oder 4 Wochen eine andere Ruhezeit 12 Stunden beträgt. Arbeitsfreie Sonn- und Feiertage oder Urlaubstage können hierfür nicht herangezogen werden.
- Für Sonntagsarbeit ist ein Ersatzruhetag innerhalb von 2 Wochen zu gewähren.
- Für Feiertagsarbeit ist ein Ersatzruhetag innerhalb von 8 Wochen zu gewähren.
- Mindestens 15 Sonntage pro Jahr müssen arbeitsfrei sein.
- Eine werktägliche Arbeitszeit von mehr als 8 Stunden muss dokumentiert werden.
- Es ist ein Verzeichnis aller Beschäftigten zu führen, die einer Verlängerung ihrer Arbeitszeit schriftlich zugestimmt haben.

Abweichungen von diesen Anforderungen des Arbeitszeitgesetzes sind möglich, wenn aufgrund von Tarifverträgen oder behördlichen Ausnahmen andere Regelungen getroffen wurden.

## Gutes Zeitmanagement – Tipps für die Praxis

- Die familiären und gesellschaftlichen Bedürfnisse werden bei der Dienstplangestaltung ausreichend berücksichtigt.
- Vermeiden Sie möglichst geteilte Dienste – es sei denn, besondere familiäre Bedürfnisse der Beschäftigten machen diese erforderlich.
- Vermeiden Sie Überstunden durch gute Arbeitszeitplanung.
- Planen Sie genügend Zeit für Pausen und Dienstübergaben ein.
- Berücksichtigen Sie auch bei der Tourenplanung realistische Fahrzeiten und Pausen (mindestens 15 Minuten). Ermuntern Sie die Beschäftigten, die Pausen wahrzunehmen. Damit tragen Sie entscheidend dazu bei, dass sie auch stressfrei an ihrem Einsatzort ankommen.