

# **mav** Merkblatt Nr. 5

## **Thema: Ruhezeit und Ruhepause**

Das Arbeitszeitgesetz (ArbZG) stellt den Gesundheitsschutz der Beschäftigten sicher, indem es eine Höchstarbeitszeit regelt und eine Mindestruhepause festlegt. In den §§ 4 und 5 regelt es die Ruhepausen und die Ruhezeit, die Mitarbeitende nach Beendigung der täglichen Arbeitszeit einzuhalten haben.

### ***Nach Feierabend hat die Arbeit Ruh`***

**Wer Tag für Tag hart arbeitet braucht Ruhe. Und zwar mindestens 11 Stunden ohne Unterbrechung zwischen Feierabend und dem nächsten Arbeitsbeginn. Zeit, um sich zu erholen und zu entspannen.**

### ***In einigen Bereichen geht´s kürzer***

**In Altenheimen, Krankenhäusern und anderen Einrichtungen zur Behandlung, Pflege und Betreuung von Personen kann die Dauer der Ruhezeit um bis zu 1 Stunde auf 10 Stunden verkürzt werden.**

### ***Aber Zeitausgleich muss sein***

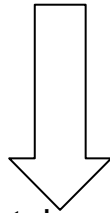
**Hier gilt das gleiche Prinzip wie bei der täglichen Arbeit. Wer an einem Tag eine kürzere Ruhezeit hat, muss an einem anderen Tag mindestens 12 Stunden Ruhezeit erhalten – und zwar innerhalb eines Kalendermonats oder innerhalb von vier Wochen.**

### ***Besonderheit bei Rufbereitschaft***

**Weitere Ausnahmen gelten für Mitarbeitende in Einrichtungen, in denen Rufbereitschaft, in Abstimmung mit der MAV, vereinbart ist. Die Einsatzzeiten während der Rufbereitschaft können dann zu anderen Zeiten ausgeglichen werden, wenn sie nicht mehr als die Hälfte der Ruhezeit betragen.**

# Nach 6 Stunden Arbeit ist eine Ruhepause vorgeschrieben!

Das Arbeitszeitgesetz (ArbZG) regelt in § 4 die Ruhepausen, die unter den folgenden Voraussetzungen zu nehmen sind:



Die Arbeit ist durch im Voraus feststehende Ruhepausen von mindestens 30 Minuten bei einer Arbeitszeit von mehr als sechs Stunden bis zu neun Stunden und 45 Minuten bei einer Arbeitszeit von mehr als neun Stunden insgesamt zu unterbrechen.

Die Ruhepausen können auch in Zeitabschnitte von jeweils mindestens 15 Minuten aufgeteilt werden. Länger als sechs Stunden hintereinander dürfen Arbeitnehmer nicht ohne Ruhepause beschäftigt werden.

**Die Einhaltung dieser Vorschriften wird vom Gewerbeaufsichtsamt überwacht.**

***Weitere Informationen zum Thema  
im mav - Büro***