



„Magische Zahlen“ ein Überblick

Arbeitszeit werktäglich	im Durchschnitt 8 Stunden , max. 10 Stunden (Ausgleich notwendig)
Arbeitszeit wöchentlich	48 Stunden , max. 60 Stunden (Ausgleich notwendig)
Ersatzruhetag für Sonntag	1 Werktag innerhalb von 2 Wochen (Änderungsmöglichkeit durch Tarifrecht)
Ersatzruhetag für Feiertag	1 Werktag innerhalb von 8 Wochen (Änderungsmöglichkeit durch Tarifrecht)
Freie Sonntage	15 freie Sonntage pro Jahr (Änderungsmöglichkeit durch Tarifrecht)
Nachtschichten in Folge	2-3 (Arbeitswissenschaftliche Empfehlungen)
Pause	30 Min. ab 6-9 Stunden Arbeit 45 Min. ab 9 Stunden Arbeit
Pauseneinheit	15 Minuten
Ruhezeit allgemein	mind. 11 Stunden zwischen Feierabend und nächstem Arbeitsbeginn
Ruhezeit bestimmte Branchen	10 Stunden (Ausgleich notwendig)
Vollkontinuierlicher Schichtplan	168 Betriebsstunden