



# INFO Arbeitszeitgesetz (ArbZG)

Gültig für alle Arbeitsverhältnisse  
in Deutschland

Stand  
ArbZG  
11.11.2016

**Arbeitszeit**  
Zeit vom Beginn bis  
zum Ende der Arbeit  
ohne Ruhepausen

## Ruhepausen

- Arbeitszeit  $\leq$  6 Stunden: Ruhepause nicht gesetzlich vorgeschrieben
- $6 <$  Arbeitszeit  $\leq$  9 Stunden: 30 Minuten
- Arbeitszeit  $>$  9 Stunden: 45 Minuten
- Die Ruhepausen können in Abschnitte von mindestens 15 Minuten unterteilt werden. Das heißt erst ab 15 Minuten ist es tatsächlich eine Ruhepause, die auf die gesamte Zeit der Ruhepause anzurechnen ist.
- Länger als 6 Stunden am Stück kann kein/e Mitarbeiter/in ohne Ruhepause beschäftigt werden.

**Tägliche/wöchentliche Höchstarbeitszeit**  
Die Arbeitszeit an **Werktagen darf 8 Stunden nicht überschreiten**. Die tägliche Arbeitszeit kann auf 10 Stunden verlängert werden, d.h. die wöchentliche Arbeitszeit kann max. 60 Stunden betragen, wenn innerhalb von 6 Kalendermonaten oder 24 Wochen die durchschnittliche werktägliche Arbeitszeit nicht über 8 Stunden am Tag liegt. Das heißt, dass Überstunden ausgeglichen werden müssen, damit sich der Durchschnitt von 8 Stunden wieder einstellen kann (§3 ArbZG).

## Ruhezeit

Die Zeit zwischen zwei Arbeitszeiten muss ununterbrochen 11 Stunden betragen. Das heißt von Arbeitsende bis Arbeitsbeginn am nächsten Tag müssen mindestens 11 Stunden liegen.

## Sonn- und Feiertage

Informationen über die Arbeit an Sonn- und Feiertagen und den Ausgleich für Arbeit an diesen Tagen erhalten Sie auf dem Info-Blatt „Sonderformen der Arbeit“

Die Arbeit in Kindertageseinrichtungen ist nicht als Sonderfall im Sinne des Gesetzes anzusehen. Das heißt Lockerungen, wie eine kürzere Ruhezeit oder kürzere Ruhepausensegmente finden in der Kita keine Anwendung. Auch im Falle von Übernachtungen oder Abendveranstaltungen ist das Arbeitszeitgesetz anzuwenden.

Bitte beachten Sie, dass diese Informationen vereinfacht dargestellt sind und somit keine Vollständigkeit vorliegt. Bitte lesen Sie in einem zutreffenden Fall im Arbeitszeitgesetz nach und/oder wenden sich an das zuständige Rentamt.

Für die Beschäftigung von Personen unter 18 Jahren gilt anstelle dieses Gesetzes das Jugendarbeitsschutzgesetz.