



ARBEITSZEIT RUHEZEIT

Wie lange Sie arbeiten müssen, und was Ihnen bei Mehrarbeit zusteht

AK NIEDER
ÖSTERREICH

Wie sind Arbeitszeit und Ruhezeit geregelt?

Die Arbeitszeit sowie die Ruhezeiten sind gesetzlich geregelt, damit Sie als Arbeitnehmer:in Ihre Gesundheit durch zu lange Arbeit nicht gefährden. Im Arbeitszeitrecht sind daher sowohl Höchstgrenzen der Arbeitszeit als auch Pausen und Ruhezeiten festgelegt.

In diesem Folder finden Sie dazu wichtige Informationen: von der Normalarbeitszeit über Überstunden bis hin zu täglichen und wöchentlichen Ruhezeiten.

Arbeitszeit

- Arbeitszeit ist die Zeit zwischen Beginn und Ende der Arbeit ohne Ruhepausen
- Tagesarbeitszeit ist die Arbeitszeit innerhalb eines Zeitraumes von 24 Stunden
- Wochenarbeitszeit ist die Arbeitszeit innerhalb einer Kalenderwoche

Normalarbeitszeit

Das Arbeitszeitgesetz geht von einer Normalarbeitszeit von 8 Stunden pro Tag und 40 Stunden pro Woche aus. Viele Kollektivverträge sehen jedoch eine verkürzte Normalarbeitszeit vor, z. B. 38,5 Wochenstunden.

Wie verteilt sich die Wochenarbeitszeit auf die einzelnen Arbeitstage?

Das Gesetz geht von 5 Tagen zu je 8 Stunden aus. Es gibt aber viele Ausnahmen. Ein paar Beispiele:

- Eine tägliche Normalarbeitszeit von 9 Stunden ist erlaubt, wenn dadurch eine verlängerte Wochen(end)ruhe erreicht wird, z. B. ein kurzer Freitag
- Sie arbeiten Fenstertage ein? Dann darf die tägliche Normalarbeitszeit während eines Zeitraumes von 13 Wochen 10 Stunden pro Tag betragen
- Wann darf die wöchentliche Normalarbeitszeit mehr als 40 Stunden dauern? Z.B., wenn Sie einen Durchrechnungszeitraum vereinbart haben. Bei Arbeitsbereitschaft oder bei Gleitzeit ist es auch möglich

Wie wird die Arbeitszeit auf die Tage verteilt?

Die Lage Ihrer Arbeitszeit vereinbaren Sie mit Ihrem:Ihrer Arbeitgeber:in. Sie kann bei einer 40-Stunden-Woche beispielsweise so aussehen:

Mo bis Fr: 8.00 bis 16.30 Uhr

Mo bis Do: 8.00 bis 17.30 Uhr, Fr: 8.00 bis 12.00 Uhr

TIPP

Vereinbaren Sie die Lage Ihrer Arbeitszeit mit Ihrem:Ihrer Arbeitgeber:in unbedingt schriftlich.

Mehrarbeit und Überstunden

Was ist Mehrarbeit?

Mehrarbeit ist jene Arbeitszeit, die zwischen der vereinbarten Arbeitszeit, z. B. 30 Wochenstunden, und der Normalarbeitszeit des Arbeitsgesetzes liegt (40 Wochenstunden).

Sie haben einen Kollektivvertrag mit verkürzten Arbeitszeiten, z. B. 38,5 Wochenstunden? Auch hier ist die Arbeitszeit zwischen 38,5 und der gesetzlichen Normalarbeitszeit von 40 Wochenstunden Mehrarbeit.

Was steht Ihnen bei Mehrarbeit zu?

Ein gesetzlicher Zuschlag von 25 Prozent auf Ihren Normallohn.

Statt einer finanziellen Abgeltung Ihrer Mehrarbeitsstunden können Sie mit Ihrem:Ihrer Arbeitgeber:in auch Zeitausgleich vereinbaren. Auch eine Kombination ist möglich: Zeitausgleich für die Mehrarbeitsstunden und Bezahlung des gesetzlichen Zuschlags.

Gibt es in gesetzlichen oder kollektivvertraglichen Regelungen unterschiedliche Zuschläge für Mehrarbeit, haben Sie Anspruch auf den höchsten Zuschlag.

Wann steht Ihnen der gesetzliche Zuschlag nicht zu?

- Wenn Sie für Ihre Mehrarbeitsstunden Zeitausgleich im Verhältnis von 1:1 genommen haben. Und zwar innerhalb eines Quartals oder eines anderen festgelegten 3 Monats-Zeitraumes, in dem sie angefallen sind
- Wenn Sie Gleitzeit vereinbart haben, und die vereinbarte Arbeitszeit innerhalb der Gleitzeitperiode im Durchschnitt nicht überschritten haben
- Wenn Sie Mehrarbeit in jener Zeit leisten, die zwischen der gesetzlichen Normalarbeitszeit von 40 Stunden und Ihrer durch Kollektivvertrag verkürzten Wochenarbeitszeit z. B. 38,5 Stunden liegt. Diese Stunden werden Differenzstunden genannt
- Wenn der Kollektivvertrag den Zuschlag ausschließt

TIPP

Sieht Ihr Kollektivvertrag für die Differenzstunden einen Zuschlag vor, bekommen Sie ihn auch bei Teilzeitbeschäftigung.

Was sind Überstunden?

Überstunden leisten Sie erst dann, wenn Sie mehr als die gesetzliche Normalarbeitszeit arbeiten. Also z. B. über 40 Wochenstunden.

Achtung: Überstunden darf Ihr:e Arbeitgeber:in nicht unbegrenzt verlangen. Die Grenze liegt bei wöchentlich 20 Stunden.

Die Tagesarbeitszeit ist mit 12 Stunden, die wöchentliche mit 60 Stunden begrenzt – jeweils inklusive Überstunden. Jedoch darf die Arbeitszeit im Durchschnitt von 17 Wochen 48 Stunden pro Woche nicht überschreiten.

Das Arbeitszeitgesetz sieht Ausnahmen vor. Informieren Sie sich bei Ihrem Betriebsrat, Ihrer Fachgewerkschaft oder Arbeiterkammer.

Dürfen Sie Überstunden ablehnen?

Ja, wenn Sie dafür wichtige persönliche Gründe haben. Sie müssen z. B. Ihr Kind vom Kindergarten abholen und betreuen – und können daher nicht länger arbeiten.



Haben Sie bereits 50 Stunden in der Woche oder 10 Stunden am Tag gearbeitet, dürfen Sie weitere Überstunden in der betreffenden Woche oder am betreffenden Tag ohne Begründung ablehnen. Wegen der Ablehnung derartiger Überstunden dürfen Sie nicht benachteiligt werden. Erfolgt deswegen eine Kündigung, können Sie die Kündigung binnen 2 Wochen bei Gericht anfechten.

Was steht Ihnen bei Überstunden zu?

Für Überstunden steht Ihnen ein Zuschlag von 50 Prozent zu.

Viele Kollektivverträge sehen manchmal höhere Zuschläge vor, z. B. für Überstunden am Sonntag.

Überstunden werden ausbezahlt. Die Vereinbarung von Zeitausgleich ist jedoch zulässig. Bei Zeitausgleich erhalten Sie auch den Überstundenzuschlag in Form von Freizeit. Für eine Überstunde mit einem Zuschlag von 50 Prozent sind das z. B. 1,5 Stunden Zeitausgleich.



Sie haben bereits 50 Stunden in der Woche oder 10 Stunden am Tag gearbeitet und leisten weitere Überstunden in der betreffenden Woche oder am betreffenden Tag? Dann können Sie für diese Überstunden einseitig bestimmen, ob Sie Geld oder Zeitausgleich möchten. Ihre Entscheidung müssen Sie Ihrem/Ihrer Arbeitgeber:in möglichst frühzeitig, spätestens am Ende des Abrechnungszeitraumes mitteilen.

TIPP

- Schreiben Sie Ihre Arbeitszeiten genau auf:
- Beginn und Ende Ihrer täglichen Arbeitszeit
 - Wann und wie lange Sie Pausen gemacht haben



Viele Verträge sehen Verfallfristen vor. Das bedeutet, Sie müssen Ihr Entgelt oder den Zeitausgleich für geleistete Mehrstunden oder Überstunden innerhalb einer bestimmten Frist schriftlich von Ihrem/Ihrer Arbeitgeber:in verlangen. Danach verfallen sie und Sie haben keinen Anspruch mehr auf Bezahlung oder Zeitausgleich. Fordern Sie daher Ihre noch nicht abgegoltenen Mehr- oder Überstunden mit einem eingeschriebenen Brief ein.

Teilzeitarbeit

Sie arbeiten 35, 32 oder 25 Wochenstunden?

Wenn Ihre wöchentliche Normalarbeitszeit unter der für Ihre Branche geltenden Normalarbeitszeit liegt, arbeiten Sie in Teilzeit.

Sie wollen Ihre Arbeitszeit ändern, z. B. von 30 auf 25 Wochenstunden reduzieren? Dann müssen Sie das schriftlich mit Ihrem/Ihrer Arbeitgeber:in vereinbaren.

Was ist noch wichtig?

- Ihr:e Arbeitgeber:in muss Sie informieren, wenn Arbeitsplätze mit höherem Zeitausmaß ausgeschrieben werden
- Leisten Sie regelmäßig Mehrstunden, müssen die durchschnittlichen Mehrstunden auch in Ihren Urlaubszuschuss und Ihr Weihnachtsgeld einfließen.

Reisezeiten außerhalb der Arbeitszeit

Reisezeit ist grundsätzlich auch Arbeitszeit.

Sie arbeiten während der Reisezeit, z. B. Sie lenken ein Auto oder schreiben ein Protokoll? Solche Zeiten nennt man aktive Reisezeiten. Ihr:e Arbeitgeber:in muss dafür das volle Entgelt bezahlen.

Sie arbeiten nicht, z. B. Sie reisen im Schlafwagen? Dann sind das passive Reisezeiten, für die eine geringere Entlohnung vereinbart werden kann.

**ACH
TUNG**

Viele Kollektivverträge enthalten Regelungen über die Bezahlung von Reisezeiten.

Rufbereitschaft außerhalb der Arbeitszeit

Wann liegt Rufbereitschaft vor?

Wenn Sie jederzeit erreichbar sein müssen, aber Ihren Aufenthaltsort selbst wählen können. Rufbereitschaft ist keine Arbeitszeit.

Wie oft darf Rufbereitschaft vereinbart werden?

An maximal 10 Tagen pro Monat. Der Kollektivvertrag kann aber vorsehen, dass innerhalb von 3 Monaten an 30 Tagen Rufbereitschaft vereinbart werden darf. Rufbereitschaft darf weiters pro Monat nur an 2 wöchentlichen Ruhezeiten vereinbart werden.

Wie wird Rufbereitschaft bezahlt?

Rufbereitschaft ist keine Arbeitszeit. Wenn Sie nichts vereinbart haben, steht Ihnen das ortsübliche Entgelt zu. Das kann jedoch geringer sein als Ihr Entgelt für die Arbeitszeit.

TIPP

Gibt es in Ihrem Kollektivvertrag keine Regelung des Entgelts für Rufbereitschaft, vereinbaren Sie unbedingt die Höhe des Entgelts schriftlich.

Haben Sie während Ihrer Rufbereitschaft einen Arbeitseinsatz, dann ist dieser Einsatz Arbeitszeit. Somit haben Sie Anspruch auf Ihr Entgelt samt Mehr- und Überstundenzuschlag.

Arbeitszeitaufzeichnungen

Ihr:e Arbeitgeber:in ist verpflichtet, Aufzeichnungen über Ihre geleisteten Arbeitszeiten zu führen. Wenn Sie es nachweislich verlangen, muss Ihnen Ihr:e Arbeitgeber:in einmal pro Monat kostenlos diese Arbeitszeitaufzeichnungen übermitteln.

**ACH
TUNG**

Verlangen Sie die Arbeitszeitaufzeichnungen unbedingt mit einem eingeschriebenen Brief. So haben Sie den notwendigen Nachweis.

Pausen und Ruhezeiten

Pausen

Arbeiten Sie mehr als 6 Stunden pro Tag, steht Ihnen eine halbe Stunde Pause zu. Diese kann auch aufgeteilt werden, wenn es im Interesse der Arbeitnehmer:innen oder aus betrieblichen Gründen notwendig ist: in 2 Pausen zu je 15 Minuten oder in 3 Pausen zu je 10 Minuten. Pausen sind in der Regel keine Arbeitszeit. Sie bekommen dafür kein Entgelt.

Tägliche Ruhezeiten

Nach Ende Ihrer Tagesarbeitszeit haben Sie ein Recht auf eine ununterbrochene Ruhezeit von mindestens 11 Stunden. Der Kollektivvertrag kann diese auf mindestens 8 Stunden kürzen. Dafür muss aber innerhalb von 10 Kalendertagen eine andere tägliche oder wöchentliche Ruhezeit entsprechend verlängert werden. Weiters sieht auch das Gesetz Ausnahmen von der 11-stündigen Ruhepause vor, z. B. bei Schichtarbeit oder im Gast-, Schank- und Beherbergungsgewerbe. Informieren Sie sich daher bei Ihrer Gewerkschaft oder Ihrer Arbeiterkammer!

Wöchentliche Ruhezeit

Sie haben in jeder Kalenderwoche Anspruch auf 36 Stunden ununterbrochene Ruhezeit. Diese umfasst den ganzen Sonntag und heißt Wochenendruhe. Fällt Ihre Normalarbeitszeit in die Wochenendruhe? Dann steht Ihnen eine andere 36-stündige Ruhezeit zu. Sie muss einen ganzen Kalendertag umfassen und wird Wochenruhe genannt.



**KON
KRET**

Wochenendruhe und Wochenruhe sind sogenannte wöchentliche Ruhezeiten.

Die Wochenruhe kann beispielsweise von Mi 19.00 Uhr bis Fr 7.00 Uhr dauern. Das sind 36 Stunden und umfasst einen ganzen Kalendertag.

Was ist nicht erlaubt?

Eine Wochenruhe von beispielsweise Mi 6.00 Uhr bis Do 18.00 Uhr. Es sind zwar 36 Stunden, aber kein ganzer Kalendertag.

Feiertagsruhe und Feiertagsarbeit

Grundsätzlich sind Feiertage arbeitsfrei. In bestimmten Fällen ist die Arbeit an Feiertagen jedoch erlaubt. Beispielsweise im Gastgewerbe.

Fällt Ihre Arbeit wegen eines Feiertages aus, bekommen Sie trotzdem Ihr Entgelt. Das Feiertagsentgelt beruht auf dem Ausfallsprinzip: Es ist so, als wäre Ihre Arbeitsleistung nicht wegen des Feiertages ausgefallen.

Sie arbeiten an einem gesetzlichen Feiertag? Dann bekommen Sie zusätzlich zum Feiertagsentgelt Ihre gearbeiteten Stunden bezahlt.



Herr Flink verdient 10 Euro pro Stunde. Er arbeitet von Montag bis Freitag je 8 Stunden. An einem Dienstag ist ein Feiertag.

- Herr Flink arbeitet trotzdem am Feiertag 8 Stunden:
€ 80 Feiertagsentgelt + € 80 Lohn für 8 Stunden = € 160
- Herr Flink arbeitet am Feiertag nicht: € 80 Feiertagsentgelt

Ist Arbeit an Sonn- und Feiertagen erlaubt?

Arbeit an diesen Tagen ist die Ausnahme. Denn das Gesetz regelt sehr streng, welche Arbeiten an Wochenenden und Feiertagen erlaubt sind. Zum Beispiel ist im Gastgewerbe das Arbeiten an Sonn- und Feiertagen in der Regel erlaubt. Zusätzlich gilt Folgendes:

Unternehmen mit Betriebsrat

Hier kann mittels Betriebsvereinbarung bei vorübergehend auftretendem besonderem Arbeitsbedarf an 4 Wochenenden oder Feiertagen die Arbeit zugelassen werden – das gilt pro Arbeitnehmer:in und Jahr.

Unternehmen ohne Betriebsrat

Gibt es keinen Betriebsrat, kann diese Arbeitsleistung durch schriftliche Einzelvereinbarung zugelassen werden. In diesem Fall dürfen Sie die Arbeit am Wochenende bzw. an einem Feiertag ohne Angaben von Gründen ablehnen. Sie dürfen wegen der Ablehnung dieser Arbeitsleistung nicht benachteiligt werden. Erfolgt deswegen eine Kündigung, können Sie die Kündigung binnen 2 Wochen bei Gericht anfechten.



- Die genannten Ausnahmen vom Wochenend- bzw. Feiertagsarbeitsverbot gelten nicht für Verkaufstätigkeiten nach dem Öffnungszeitengesetz.
- Die Ausnahme vom Wochenendarbeitsverbot darf nicht an 4 aufeinanderfolgenden Wochenenden erfolgen.

Kammer für Arbeiter und Angestellte für Niederösterreich

AK-Platz 1, 3100 St. Pölten



SERVICENUMMER

05 7171-0
mailbox@aknoe.at
noe.arbeiterkammer.at

BERATUNGSSTELLEN

	DW
Amstetten , Wiener Straße 55, 3300 Amstetten	25150
Baden , Wassergasse 31, 2500 Baden	25250
Flughafen-Wien , Office Park 3 - Objekt 682, 2. OG - Top 290, 1300 Wien	27950
Gänserndorf , Wiener Straße 7a, 2230 Gänserndorf	25350
Gmünd , Weitraer Straße 19, 3950 Gmünd	25450
Hainburg , Oppitzgasse 1, 2410 Hainburg	25650
Hollabrunn , Brunnthalgasse 30, 2020 Hollabrunn	25750
Horn , Spitalgasse 25, 3580 Horn	25850
Korneuburg , Gärtnergasse 1, 2100 Korneuburg	25950
Krems , Wiener Straße 24, 3500 Krems	26050
Lilienfeld , Pyrkerstraße 3, 3180 Lilienfeld	26150
Melk , Hummelstraße 1, 3390 Melk	26250
Mistelbach , Josef-Dunkl-Straße 2, 2130 Mistelbach	26350
Mödling , Franz-Skribany-Gasse 6, 2340 Mödling	26450
Neunkirchen , Würflacher Straße 1, 2620 Neunkirchen	26750
Scheibbs , Bürgerhofstraße 5, 3270 Scheibbs	26850
Schwechat , Sendnergasse 7, 2320 Schwechat	26950
SCS , Bürocenter B1/1A, 2334 Vösendorf	27050
St. Pölten , AK-Platz 1, 3100 St. Pölten	27150
Tulln , Rudolf-Buchinger-Straße 27 - 29, 3430 Tulln	27250
Waidhofen , Thayastraße 5, 3830 Waidhofen/Thaya	27350
Wien , Plöbßlgasse 2, 1040 Wien	27650
Wr. Neustadt , Babenbergerring 9b, 2700 Wr. Neustadt	27450
Zwettl , Gerungser Straße 31, 3910 Zwettl	27550

ÖFFNUNGSZEITEN

Montag bis Donnerstag 8 - 16 Uhr
Freitag 8 - 12 Uhr

ÖSTERREICHISCHER GEWERKSCHAFTSBUND

Landesorganisation Niederösterreich
AK-Platz 1, 3100 St. Pölten
niederösterreich@oegb.at



AK-BLITZ-App
noe.arbeiterkammer.at/akblitz



instagram
instagram.com/ak.niederoesterreich



Facebook
facebook.com/ak.niederoesterreich



YouTube
www.youtube.com/aknoetube



AK-App
noe.arbeiterkammer.at/app



Brochüren
noe.arbeiterkammer.at/broschueren

IMPRESSUM

Herausgeber, Medieninhaber
und Redaktion:

Kammer für Arbeiter und
Angestellte für Niederösterreich
AK-Platz 1, 3100 St. Pölten

Telefon: 05 7171-0
Hersteller: Eigenvervielfältigung
Stand: 2025