

AUSBILDUNG

DAS RECHT AUF RUHE

Was Arbeitnehmer zu Arbeitszeiten und Überstunden wissen sollten



Übermäßig lange Arbeitstage kosten viel Kraft und können auf Dauer krank machen. Deshalb setzt das Arbeitszeitgesetz klare Grenzen.

Foto: djd-k/AUB/dusanpetkovic1 - stock.adobe.com

(DJD-K). Der Fachkräftemangel wird zunehmend zum Problem, Tausende Arbeitsplätze in unterschiedlichsten Branchen sind aktuell unbesetzt. Für die Mitarbeiter in zahlreichen Unternehmen bedeutet das so manche Mehrbelastung, um die Arbeit überhaupt noch erledigt zu bekommen. Wie Statista berichtet, leisteten Arbeitnehmer in Deutschland 2021 im Durchschnitt 20 bezahlte und nochmals 21,8 unbezahlte Überstunden - zusammen also mehr als eine übliche Arbeitswoche. Doch wie viel Extrastunden sind überhaupt erlaubt, welche Rechte haben die Beschäftigten und wie steht es um den Freizeitausgleich für Mehrarbeit? Diese Fragen führen immer wieder zu Streitigkeiten. Den rechtlichen Rahmen, der unabhängig von der Branche gilt, gibt das Arbeitszeitgesetz vor. Demnach sollte die tägli-

che Arbeitszeit bis zu höchstens acht Stunden betragen, ein Aufschlag von zwei Stunden ist möglich - allerdings nur als Ausnahme. Eigene Regelungen gelten unter anderem für Betriebschaftsdienste oder spezielle Branchen wie die Kranken- und Altenpflege sowie die Landwirtschaft. "Mitarbeiter haben Anspruch auf ausreichend lange Erholungsphasen. Alles, was über den regulären Arbeitstag hinausgeht, muss in einem überschaubaren Zeitraum ausgeglichen werden", erläutert Rainer Knoob von der unabhängigen Arbeitnehmervertretung AUB e. V. Der Haken daran: Die Abgeltung etwa in Freizeit oder mit Geld muss vertraglich geregelt sein, entweder in Form von Betriebsvereinbarungen oder im Arbeitsvertrag. "In Zweifelsfällen ist der Betriebsrat der erste Ansprechpartner, um Regelungen zu finden oder

Auseinandersetzungen mit der Geschäftsführung zu lösen." Eine weitere Vorgabe des Arbeitszeitgesetzes besagt, dass pro Woche nicht mehr als insgesamt 60 Arbeitsstunden zulässig sind. Wer Überstunden leistet, sollte sich dies direkt vom Chef oder dem Vorgesetzten schriftlich bestätigen lassen. Nur so lassen sich später finanzielle oder Freizeitansprüche geltend machen. Weitere Informationen zu den Rechten

von Arbeitnehmern gibt es etwa unter www.aub.de, hier finden sich außerdem zahlreiche Seminarangebote und eine Kontaktmöglichkeit für individuelle Beratungen. Besonderen Schutz genießen Minderjährige, die sich beispielsweise in der Berufsausbildung befinden. Gemäß Jugendarbeitsschutzgesetz sind acht Stunden täglich das Maximum, der Unterricht in der Berufsschule muss dabei als Arbeitszeit berücksichtigt werden.

AZUBI 2023!

Für
Ausbildungs-
wechsler
auch
noch in
2022!

Starte mit uns in deine berufliche Zukunft!

Ausbildung zum Verkäufer (m/w/d)

Fachrichtung Tankstelle

AVIA-Tankstelle Heilsbronn

Mind. qualifizierender Abschluss der Mittelschule

Infos zur Stelle:
<https://jobs.roedl-energie.de> · bewerbung@roedl-energie.de

Nürnberger Straße 22
91560 Heilsbronn
☎ 09872 56 35

WIR SUCHEN DICH!

AUSBILDUNG ZUM GLASER M/W/D

AUSBILDUNG VERFAHRENSMECHANIKER FÜR KUNSTSTOFF- & KAUSCHUKTECHNIK M/W/D

GLACRYL HEDEL GMBH - NAUMANNSTR. 13 - 91522 ANSBACH - WWW.GLACRYL.DE

WOFÜR
BRENNST
DU?

Ausbildung zum Sozialversicherungsfachangestellten (m/w/d)

ab 01.09.2023 in der Direktion Mittelfranken

Das erwartet dich

- Lerne eine verantwortungsvolle Tätigkeit mit und für Menschen hautnah kennen.
- Erwerbe grundlegende Kenntnisse in Sozialversicherungs- und Rechtslehre, Marketing und Datenschutz sowie Rechnungswesen und Wirtschaftslehre.
- Kommunikation mit Kunden gehört zu deinen Hauptaufgaben.
- Arbeite in einer modernen Arbeitsumgebung mit den aktuellsten IT-Systemen.

Das bringst du mit

- Du hast das Abitur, die Fachhochschulreife oder die mittlere Reife erfolgreich absolviert.
- Du kannst dich mündlich und schriftlich sehr gut ausdrücken.
- Du besitzt ein offenes und freundliches Auftreten und arbeitest gern im Team.
- Ein hohes Maß an Einfühlungsvermögen, Service- und Kundenorientierung sowie Einsatz- und Reisebereitschaft zeichnen dich aus.

Schwerbehinderte Menschen werden bei gleicher Eignung bevorzugt berücksichtigt.

Zeig uns, wer du bist!

- Wir freuen uns auf deine Onlinebewerbung bis zum 31.10.2022.
- Für Fragen zur Ausbildung steht dir Petra Schorr (Telefon: 0911 218-460) gern zur Verfügung.

www.aok.de/karrierestart

UMZUG IN DIE ERSTE EIGENE WOHNUNG

Interaktive Umzugs-Checkliste der Verbraucherzentrale hilft, im Umzugsstress den Überblick zu behalten

DÜSSELDORF (RED). Ein neues Ausbildungsjahr hat begonnen und der Start des Wintersemesters steht vor der Tür. Viele junge Menschen ziehen in diesem Lebensabschnitt in die erste eigene Wohnung. Mit dem Umzug ändert sich

tragen für Strom, Telefon und Internet? Wie viel Geld muss ich für einen Umzug einplanen? Ein neues, interaktives Tool der Verbraucherzentrale bietet einen umfassenden Überblick und erstellt eine individuelle To-do-Liste, damit

zu finden und Kostenfallen zu vermeiden. Darauf sollten Azubis und Studierende unter anderem achten:

- Mietvertrag Der Mietvertrag sollte sorgfältig gelesen werden. Am besten informiert man sich vorab über Rechte und

bei jungen Menschen mit geringem Einkommen zudem eine Bürgschaft der Eltern. Mit dem Beginn des Mietverhältnisses wird auch die Mietkaution fällig. Sie darf maximal drei Monatskaltmieten betragen und kann in bis zu drei Raten gezahlt werden.

- Konto Für Auszubildende und Studierende ist das Girokonto meist gratis. Wer auf persönlichen Kontakt in einer Geschäftsstelle Wert legt, für den ist ein Geldinstitut mit eigenem Filialnetz wichtig. Wer Bankgeschäfte gern per Onlinebanking erledigt, für den ist die Kontoführung bei einer Direktbank die richtige Wahl. Das Konto übers Internet zu führen, ist in der Regel günstiger. In punkto Bargeldbezug sollte darauf geachtet werden, dass an ausreichend Automaten in der Region möglichst kosten- und problemlos Geld abgehoben werden kann.

- Versicherungen Die Krankenversicherung und die private Haftpflichtversicherung sind für jede:n ein Muss. Auszubildende sind in der gesetzlichen Krankenversicherung in der Regel pflichtversichert. Studierende können bis zum 25. Lebensjahr über die Eltern in der gesetzlichen Krankenkasse beitragsfrei im Rahmen der Familienversicherung mitversichert werden. Aber Achtung:

Wer beim Studentenjob mehr als 470 Euro verdient, muss sich selbst in der studentischen Krankenversicherung versichern. Für den Job in den Semesterferien gelten aber Ausnahmen, da darf auch mal mehr verdient werden. Genauso unverzichtbar wie die Krankenversicherung ist die Haftpflichtversicherung. Wenn die Eltern eine Haftpflichtpolice haben, gelten Familienangehörige bei den meisten Tarifen als mitversicherte Personen. Dazu zählen unverheiratete Kinder während der Schulzeit und der sich unmittelbar anschließenden Berufsausbildung oder dem Studium. Einige Anbieter haben eine Altersgrenze bei 25 Jahren, die kann aber von Versicherer zu Versicherer variieren.

- Stromvertrag Die steigenden Energiepreise machen die Suche nach einem günstigen Stromanbieter aktuell sehr schwierig. Einige Energieversorger bieten keine Sondertarife für Neukund:innen mehr an, so dass das Angebot verfügbarer Tarife geringer geworden ist. Vergleichsportale können eine erste Orientierung über Angebote und Preise bieten. Allerdings stimmen zurzeit oftmals die Preise der ausgewiesenen Tarife in den Portalen nicht. Viele Portale beziehen zudem die Grundversorgungstarife nicht ein. In

manchen Städten ist die Grundversorgung im Moment jedoch die günstigste Option. Hier lohnt sich das gezielte Nachfragen beim lokalen Energieversorger.

- Internetanschluss Wer umzieht, der kann seine Verträge - ganz gleich ob Festnetz, Internet oder Mobilfunk - ohne Änderung der Laufzeit oder sonstiger Vereinbarungen an den neuen Wohnort mitnehmen. Wenn der Festnetzanbieter die vereinbarte Leistung, wie zum Beispiel die Internetgeschwindigkeit, am neuen Wohnort nicht erbringen kann, haben Verbraucher:innen ein Sonderkündigungsrecht mit einer Frist von einem Monat. Wer erstmals einen Telekommunikationsvertrag abschließt, sollte sich zunächst Gedanken über den eigenen Bedarf machen. Wie schnell soll zum Beispiel die Datenübertragung sein? Wer seinen Bedarf kennt, kann auch die Preise unterschiedlicher Anbieter besser vergleichen. Dabei helfen Produktinformationsblätter, die verpflichtend den Kund:innen bereitgestellt werden müssen. Beim Abschluss der Verträge ist genaues Hinschauen gefragt: Manchmal ist ein günstiger Einstiegspreis eine versteckte Kostenfalle, weil sich der Preis nach dem ersten Jahr deutlich erhöht und eine Kündigung erst nach 24 Monaten möglich ist.



Foto: VZ NRW/adpic

jedoch nicht nur die Adresse. Es gibt einiges, woran man vor und bei einem Umzug denken muss: Welche Versicherungen benötige ich, wenn ich zu Hause ausziehe? Was ist mit Ver-

nichts vergessen wird. Neben nützlichen Tipps zu wichtigen Fristen, Mietrecht und vielem mehr hilft das Tool auch dabei, Sparpotenziale zu entlarven, gute und günstige Verträge

Pflichten als Mieter:in, um unzulässige Klauseln im Mietvertrag zu erkennen. Bei unter 18-Jährigen müssen die Eltern dem Vertrag grundsätzlich zustimmen. Oft verlangen Vermieter:innen