

### Kurzbeschreibung:

Ruhepausen sind feststehende Unterbrechungen der Arbeit während der Arbeit und dienen zur Erholung sowie zur Nahrungsaufnahme und zur Pflege sozialer Kontakte.

---

### Begriff:

#### **Verordnung über die Arbeitszeit der Beamtinnen und Beamten des Bundes (Arbeitszeitverordnung - AZV)**

Die Arbeitszeitverordnung (ArbZV) ist eine Rechtsverordnung in Deutschland, die die konkreten Regelungen zur Arbeitszeitgestaltung für Arbeitnehmer festlegt. Hier sind einige wichtige Aspekte, die die ArbZV umfasst:

1. **Höchstarbeitszeit:** Die Verordnung legt fest, dass die tägliche Arbeitszeit grundsätzlich acht Stunden nicht überschreiten darf. Sie kann auf bis zu zehn Stunden verlängert werden, wenn innerhalb von sechs Kalendermonaten oder 24 Wochen im Durchschnitt acht Stunden pro Tag nicht überschritten werden.
2. **Ruhepausen:** Die ArbZV regelt die Gewährung von Ruhepausen während der Arbeitszeit. Bei einer Arbeitszeit von mehr als sechs bis zu neun Stunden ist eine Pause von mindestens 30 Minuten vorgeschrieben. Bei einer Arbeitszeit von mehr als neun Stunden sind es mindestens 45 Minuten.
3. **Ruhezeiten:** Zwischen zwei Arbeitstagen muss eine ununterbrochene Ruhezeit von mindestens elf Stunden liegen. Diese Ruhezeit kann auf bis zu neun Stunden verkürzt werden, wenn die folgende Arbeitszeit nicht verlängert wird.
4. **Nachtruhe:** Die Verordnung regelt den Schutz der Nachtarbeitnehmer und legt fest, dass zwischen 20:00 Uhr und 06:00 Uhr keine Nachtarbeitnehmer beschäftigt werden dürfen, es sei denn, es liegt eine Ausnahme vor.
5. **Sonntags- und Feiertagsruhe:** Die ArbZV regelt die Beschäftigung von Arbeitnehmern an Sonn- und Feiertagen und sieht besondere Regelungen und Ausnahmen vor, die beispielsweise für bestimmte Branchen oder in Notfällen gelten.
6. **Jugendarbeitsschutz:** Die Arbeitszeitverordnung enthält auch Bestimmungen zum Schutz von jugendlichen Arbeitnehmern, einschließlich

Begrenzungen der täglichen und wöchentlichen Arbeitszeit sowie Regelungen zu Pausen und Ruhezeiten.

Gruppe: **Verordnungen (Bund)**

Stand: **19.02.2025**

Volltext: [AZV](#)

---



### **Herausgeber:**

QHSE Akademie GmbH  
Turnerstrasse 5  
D-40764 Langenfeld

<https://www.qhse-akademie.de>



### **Haftungsausschluss:**

Die QHSE Akademie GmbH übernimmt keine Haftung auf Aktualität, Richtigkeit und Vollständigkeit der in diesem Dokument zur Verfügung gestellten Inhalte. Dies gilt nicht, wenn uns vorsätzliches oder grob fahrlässiges Verhalten vorzuwerfen ist. Die Inhalte wurden von uns mit der größtmöglichen Sorgfalt und nach bestem Gewissen erstellt. Dennoch kann die inhaltliche Richtigkeit, insbesondere bei komplexen Themen nicht gewährleistet werden, so dass wir den Nutzern empfehlen, bei wichtigen Informationen bei den zuständigen Stellen anzufragen oder rechtliche Beratung in Anspruch zu nehmen.

---

Sie können eine aktuelle Version dieses Dokumentes hier herunterladen:  
<https://www.qhse-lexikon.de/Stichwort.php? GUID=638EAF96>



---

Das gesamte Lexikon finden Sie hier:  
<https://www.qhse-lexikon.de/stichwortregister:stichwortregister>

