***Checkliste Betriebsvereinbarung Nachtarbeit***

|  |  |
| --- | --- |
| ***Prüfen Sie, ob Sie an alle Punkte des Gesundheitsschutzes gedacht haben.*** | JA NEIN |
| Ist die Anzahl der aufeinanderfolgenden Nachtschichten möglichst gering (möglichst nicht mehr als drei, insbesondere bei Wechselschichten)?  |  |
| Dauert die Nachtschicht deutlich unter zehn Stunden?  |  |
| Folgt nach einer Nachtschichtphase eine möglichst lange Ruhephase? Sie sollte auf keinen Fall weniger als 24 Stunden betragen. Nach mehr als zwei Nächten sollte sie besser 48 Stunden betragen. |  |
| Sind die Wochenendfreizeiten geblockt? Das ist vorteilhafter als einzelne freie Tage am Wochenende. |  |
| Haben Sie ungünstige Schichtfolgen vermieden? Es sollte immer vorwärts rotiert werden. |  |
| Endet die Nachtschicht möglichst früh? |  |