

Hviletid, fridøgn og arbejdstidsplanlægning

DATO

26.04.2027 09:00 - 28.04.2027 16:00
Uge 17

STED

Metalskolen Jørlunde
Slagslundevej 13
3550 Slangerup

KOMMENDE FRIST

19.04.2027 09:00

Målgruppe

Kurset henvender sig til tillidsrepræsentanter (TR) og arbejdsmiljørepræsentanter (AMR), der repræsenterer kolleger med skiftende eller forskudte arbejdstider og ønsker at styrke deres viden om arbejdstidsregler.

Formål

Formålet er at give dig indsigt i regler og praksis for arbejdstidsplanlægning, hviletid og fridøgn, så du kan rådgive kolleger, identificere brud på reglerne og bidrage til løsninger, der både tager hensyn til medarbejdere og virksomhed.

Kursusindhold

Kurset kombinerer teori og praksis med konkrete eksempler og gruppeøvelser. Du arbejder med arbejdstidsplaner, diskuterer klassiske udfordringer og udvikler løsninger, der fremmer både trivsel og drift.

Du arbejder blandt andet med at:

- Gennemgå centrale regler for hviletid og fridøgn ud fra overenskomster og arbejdsmiljøloven

- Analysere og diskutere arbejdstidsplaner fra forskellige typer arbejdspladser
- Identificere typiske faldgruber og brud på hviletidsreglerne
- Diskutere balance mellem virksomhedens behov og medarbejdernes rettigheder
- Udvikle forslag til forbedringer af vagtplaner, pauser og fridøgn

Praktisk anvendelse

Du får hands-on erfaring med konkrete arbejdstidsplaner, gruppearbejde og øvelser, som giver dig værktøjer til straks at rådgive kolleger og indgå i dialog med ledelsen om bedre arbejdstidsplaner. Du får skabeloner og eksempler, der kan bruges direkte i dit TR-arbejde.

Efter kurset kan du:

- Spot brud på regler om hviletid og fridøgn i konkrete vagtplaner
- Rådgive kolleger om deres rettigheder og muligheder
- Forhandle og dialog med ledelsen om arbejdstidsplanlægning
- Bidrage til løsninger, der fremmer både drift og medarbejdertrivsel

Forudsætninger

- Du er valgt tillids- eller arbejdsmiljørepræsentant
- Du har gennemført grunduddannelsen
- Eller har mere end 5 års anciennitet i dit tillidshverv