

## Hoe lang mag mijn nachtdienst duren?

Tijdens een nachtdienst mag u maximaal 10 uur werken. U heeft recht op een rusttijd na de nachtdienst.

## Wat is een nachtdienst?

Als u meer dan 1 uur werkt tussen 0.00 uur en 6.00 uur, is dit een nachtdienst.

## Hoe lang duurt nachtdienst

Tijdens uw nachtdienst mag u niet langer dan 10 uur werken. Hierbij zijn uw pauzes niet meegerekend.

Uitzondering: hooguit 5 keer per 2 weken en 22 keer per jaar mag uw nachtdienst 12 uur duren. Hierna heeft u een rusttijd van 12 uur.

## Rusttijden na nachtdienst

Als u 's nachts werkt, gelden de volgende rusttijden voor u:

Rusttijd na nachtdienst

nachtdienst	rusttijd
nachtdienst eindigt na 2.00 uur	minimaal 14 uur rust. Hooguit 1 keer per week mag de rusttijd 8 uur duren. Maar alleen als het werk dat nodig maakt.
nachtdienst eindigt voor 2.00 uur	minimaal 11 uur rust
na 3 nachtdiensten achter elkaar	minimaal 46 uur rust

## Werkuren per week tijdens nachtdienst

Heeft u minder dan 16 keer per 16 weken nachtdienst? Dan mag u in die 16 weken niet meer dan gemiddeld 48 uur werken.

Heeft u 16 keer of vaker per 16 weken nachtdienst? Dan mag u in die 16 weken niet meer dan gemiddeld 40 uur per week werken.

Bron: [www.rijksoverheid.nl](http://www.rijksoverheid.nl)