

# Werken volgens de Arbeidstijdenwet in negen stappen

## Voorkom boetes door overtreding van de regels voor werktijden en rusttijden



### CHECKLIST

Publicatiedatum:  
10 april 2025

De Arbeidstijdenwet (ATW) maakt de grenzen van de arbeidstijden voor zowel werkgevers als werknemers duidelijk. Daarnaast bevat de wet allerlei regels op het gebied van werk- en rusttijden, nachtdiensten en ploegendiensten en voor kwetsbare groepen werknemers, zoals zwangere vrouwen en jongeren.

Houdt een werkgever zich niet aan de regels en werken zijn werknemers vaker of langer dan volgens de ATW is toegestaan, dan riskeert hij een boete van de Arbeidsinspectie. Deze toolbox zet alle aandachtspunten op een rij, inclusief de rol van de ondernemingsraad.

#### Deze toolbox bestaat uit de volgende stappen:

Wat regelt de Arbeidstijdenwet?	p.2
Welke speciale regels zijn er voor bijzondere groepen?	p.4
Welke speciale regels zijn er voor bijzondere situaties?	p.5
Wat moet jouw organisatie regelen rondom arbeidstijden?	p.7
Wat geldt als arbeidstijd?	p.9
Hoe werkt het wijzigen van arbeidstijden?	p.11
Wat zijn de gevolgen van overtreding van de Arbeidstijdenwet?	p.13
De rol van de OR bij arbeidstijden	p.14

# Werken volgens de Arbeidstijdenwet in negen stappen

In de Arbeidstijdenwet (ATW) en het Arbeidstijdenbesluit (ATB) is geregeld hoeveel werknemers mogen werken en hoeveel pauze en rusttijd ze daarbij minimaal moeten krijgen. Houdt jullie organisatie zich niet aan die voorschriften, dan riskeer je een boete van de Nederlandse Arbeidsinspectie.

## Kwetsbare groepen

Voor kwetsbare groepen werknemers (zoals zwangere vrouwen en jongeren) en voor bijzondere situaties (zoals bij zomerhitte, nachtdiensten en ploegendiensten) bevatten de Arbeidstijdenwet en het Arbeidstijdenbesluit extra regels op het gebied van werk- en rusttijden. Daar moet een organisatie zich natuurlijk ook aan houden.



### Van tropenrooster tot ijsvrij

Extreme weersomstandigheden kunnen ook invloed hebben op de arbeidstijden die in jullie organisatie worden gehanteerd. Ontdek voor meer informatie over omgaan met onweer, hitte, vrieskou of storm de toolbox [Veilig werken bij extreem weer regel je in zeven stappen](#).

## Wijzigen van arbeidstijden

Ook voor het wijzigen van de werktijden op verzoek van de werkgever of werknemer bestaan duidelijke voorwaarden. In deze toolbox lees je meer over de regels en aandachtspunten rondom arbeids- en rusttijden.

## Stap 1 Download de interactieve inhoudsopgave

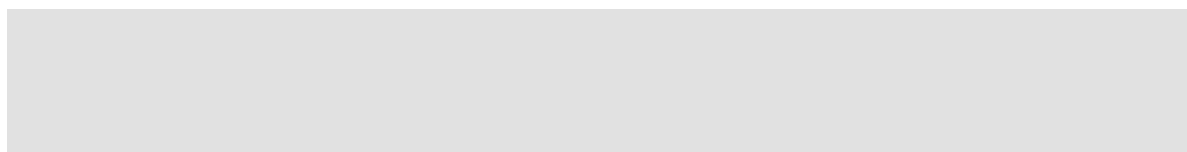


CHECKLIST

[Werken volgens de Arbeidstijdenwet in negen stappen](#)

De interactieve inhoudsopgave heb je nu voor je. Hierin staan alle onderdelen van deze toolbox benoemd. Elke titel bevat de link naar het betreffende onderdeel op Rendement Online. Deze inhoudsopgave is ook te gebruiken als checklist: je kunt items afvinken als je wilt bijhouden welke onderdelen zijn afgerond.

### Opmerkingen



## Stap 2 Wat regelt de Arbeidstijdenwet?



INFOGRAPHIC

[Arbeids- en rusttijden](#)

In de Arbeidstijdenwet (ATW) en het Arbeidstijdenbesluit (ATB) staat alles over werk- en rusttijden van werknemers. In de ATW vind je de regels terug voor alle werkenden van 18 jaar en ouder. Het ATB bevat aanvullingen en uitzonderingen op de ATW. In deze infographic staan de bijzonderheden op een rijtje.

### Opmerkingen



ARTIKEL

### [Het wettelijke recht op rust en pauze in de Arbeidstijdenwet](#)

In de Arbeidstijdenwet staan niet alleen regels over hoelang een werknemer maximaal achter elkaar aan het werk mag zijn. Voor de veiligheid en gezondheid van werknemers is het ook van belang dat ze tussen het werk door pauze nemen en tussen de diensten door kunnen rusten om op adem te komen. Ook daarvoor is in de Arbeidstijdenwet het een en ander bepaald. Lees er meer over in dit verdiepingsartikel.

### Opmerkingen



V & A

### [Voor wie geldt de Arbeidstijdenwet wel en niet?](#)

In de meeste organisaties werken niet alleen eigen werknemers, maar bijvoorbeeld ook uitzendkrachten en zzp'ers. Deze Vraag & Antwoord vertelt je in hoeverre deze groepen medewerkers ook onder de regels van de Arbeidstijdenwet vallen voor werktijden, rusttijden en pauzetijden.

### Opmerkingen



V & A

### [Kunnen we in overleg afwijken van de Arbeidstijdenwet \(ATW\)?](#)

Als een werknemer van jullie organisatie vanwege privéomstandigheden graag enkel 's nachts wil werken, zijn er wel mogelijkheden om dit te regelen zonder in de knoop te komen met de Arbeidstijdenwet. In deze Vraag & Antwoord lees je wat de opties zijn.

## Opmerkingen

### Stap 3 Welke speciale regels zijn er voor bijzondere groepen?



V & A

#### [Gelden er aparte arbeidstijden voor jongeren?](#)

Als de 17-jarige zoon van een medewerker in de zomer enkele weken klusjes voor jullie organisatie komt opknappen, gelden voor hem niet dezelfde regels voor arbeidstijden als voor ander personeel. Je leest de regels voor werktijden in deze Vraag & Antwoord.

## Opmerkingen



NIEUWS

#### [Nieuwe arbeidstijdenregels voor jonge werknemers](#)

In november 2024 is de Nadere regeling kinderarbeid aangepast om de regels te moderniseren voor werk door kinderen van maximaal 15 jaar oud. Werken op niet-schooldagen en in vakantieweken is voortaan makkelijker, werken in de horeca juist iets moeilijker. Lees in dit nieuwsartikel hoe het zit.

## Opmerkingen



NIEUWS

#### [Aangepaste werk- en rusttijden bij zwangerschap](#)

De werkgever moet bij zwangere werknemers naast het recht op kolven of borstvoeding geven ook nog rekening houden met een aantal andere zaken. Zo bepaalt de Arbeidstijdenwet dat zij recht hebben op aangepaste werk- en rusttijden. Lees er meer over in dit nieuwsartikel.

### Opmerkingen



VIDEO

### [Arbeidstijdenwet geldt niet voor veelverdieners](#)

In de Arbeidstijdenwet staan regels over de werktijden, pauzes en rusttijden van werknemers. Er is een groep werknemers voor wie een deel van de Arbeidstijdenwet niet geldt. In deze video wordt in 1 minuut uitgelegd wie dat zijn.

### Opmerkingen



V & A

### [Wat zijn de rij- en rusttijden voor beroepschauffeurs?](#)

Chauffeurs moeten zich houden aan de rij- en rusttijden uit de Arbeidstijdenwet. Wat zijn de belangrijkste regels en waar moet je als arboprofessional op letten? Lees het in deze Vraag & Antwoord.

### Opmerkingen

## Stap 4 Welke speciale regels zijn er voor bijzondere situaties?



ARTIKEL

### [Bijzondere regels voor oproepen bij consignatiediensten](#)

Bij sommige beroepen is het noodzakelijk dat werknemers oproepbaar zijn. Hierbij gaat het om consignatiediensten, bereikbaarheidsdiensten en aanwezigheidsdiensten. De regels hiervoor zijn opgenomen in de Arbeidstijdenwet en het Arbeidstijdenbesluit en worden in dit verdiepingsartikel toegelicht.

### Opmerkingen



INFOGRAPHIC

[Regels en risico's voor nachtwerk](#)

In Nederland werken zo'n 1,3 miljoen mensen soms of regelmatig 's nachts. Voor nachtwerk gelden aparte regels voor arbeids- en rusttijden. Ook moet de werkgever nachtwerkers beschermen tegen de risico's van nachtarbeid en voorkomen dat nachtwerkers gezondheidsschade oplopen. Bekijk de bijzonderheden in deze infographic.

### Opmerkingen



ARTIKEL

[De regels rondom ploegendiensten en nachtwerk op een rij](#)

Ongeveer 12% van alle werknemers werkt regelmatig in ploegendienst. Dat kan gezondheidsrisico's met zich meebrengen, zeker als er ook nachtdiensten worden gedraaid. Waarover moet een arboprofessional de werknemers én de werkgever rondom dit onderwerp goed informeren? In dit verdiepingsartikel lees je het.

### Opmerkingen



VIDEO

[Mag de werkgever een tropenrooster invoeren?](#)

Het instellen van een tropenrooster kan een maatregel zijn om bij hoge temperaturen de gezondheid van werknemers te beschermen. In deze video wordt in 1 minuut uitgelegd in welke omstandigheden de werkgever dit kan invoeren.

## Opmerkingen



V & A

### [Hoe regelen we de werktijden bij thuiswerken?](#)

Als veel werknemers thuiswerken, kan de manager niet een rondje over de afdeling lopen om te peilen of de juiste werknemers aan het werk zijn. Voor het voeren van overleggen en het monitoren van de werktijden moet de werkgever andere maatregelen treffen. In deze Vraag & Antwoord lees je wat voor afspraken er mogelijk zijn.

## Opmerkingen

## Stap 5 Wat moet jouw organisatie regelen rondom arbeidstijden?



ARTIKEL

### [Registratie van arbeidstijden is wettelijk verplicht](#)

In de Arbeidstijdenwet (ATW) is bepaald dat elke organisatie een 'deugdelijke registratie' moet voeren voor de arbeids- en rusttijden van de werknemers. In de praktijk gaat het regelmatig mis bij deze registratieplicht. Houd je je als werkgever niet aan de regels, dan riskeer je een boete van de Nederlandse Arbeidsinspectie én financiële tegenvallers in rechtszaken. Lees er alles over in dit verdiepingsartikel.

## Opmerkingen



REKENTOOL

### [Tijdregistratie werknemer](#)

Met deze rekentool houdt de werknemer bij hoeveel reguliere uren en overuren hij heeft gewerkt. In dit overzicht zie je de tijdregistratie per dag, per week en per jaar.

### Opmerkingen



#### REGLEMENT

#### [Voorbeeld arbeidstijdenregeling](#)

Bedrijfsregels die op alle werknemers van uw organisatie van toepassing zijn, kan de werkgever vastleggen in een personeelshandboek. Denk bijvoorbeeld aan regels over de arbeidstijden. De bepalingen uit dit voorbeeldreglement kun je direct overnemen in het personeelshandboek.

### Opmerkingen



#### ARTIKEL

#### [Richt avond-, nacht- en weekendwerk zo gezond mogelijk in](#)

Onregelmatig werk is ongezond, maar soms onvermijdelijk. Vooral nachtwerk heeft bewezen nadelige effecten voor de gezondheid van werknemers. De werkgever en jij als arbo-adviseur hebben wel mogelijkheden om de nadelen te beperken. Kennis van zaken maakt het verschil! Lees erover in dit artikel.

### Opmerkingen



#### V & A

#### [Kunnen we een werknemer verplichten te pauzeren?](#)

In deze Vraag & Antwoord lees je het antwoord op de volgende vraag: ‘Sommige werknemers gaan liever eerder naar huis dan een (niet doorbetaalde) pauze te nemen. Maar werkpauses zijn er natuurlijk niet voor niets. Kunnen we het nemen van een pauze verplicht stellen?’



## Opmerkingen



NIEUWS

### [Schenden Arbeidstijdenwet rechtvaardigt nevenwerkverbod](#)

Wil een werkgever een werknemer verbieden nevenwerkzaamheden te verrichten, dan moet hij hiervoor een 'objectieve rechtvaardigingsgrond' hebben. Een schending van de Arbeidstijdenwet valt hier zeker onder, oordeelde Gerechtshof 's-Hertogenbosch. Lees er meer over in dit nieuwsbericht.

## Opmerkingen

## Stap 6 Wat geldt als arbeidstijd?



V & A

### [Moet een werknemer worden doorbetaald tijdens de pauze?](#)

Als er binnen jullie organisatie discussie ontstaat over het wel of niet doorbetalen van loon tijdens de pauze, is het goed als je een antwoord paraat hebt. Deze Vraag & Antwoord zet uiteen hoe dit wettelijk in elkaar steekt.

## Opmerkingen



NIEUWS

### [Filetijd is in principe geen arbeidstijd](#)

Als een werknemer onderweg naar zijn werk in de file staat, hoeft de werkgever die tijd niet te betalen. De reistijd van huis naar werk is namelijk geen arbeidstijd. De reistijd kan wél arbeidstijd zijn als de werknemer onderweg is naar een zakelijke afspraak, óók als hij rechtstreeks vanuit huis naar die afspraak gaat. In dit nieuwsartikel lees je hier meer over.

## Opmerkingen



ARTIKEL

### [Opstarttijd van werknemers is niet altijd betaalde werktijd](#)

Als werknemers stipt op een bepaalde tijd aan hun werkdag moeten beginnen, is het fijn als ze vóór dat tijdstip zich al voorbereiden. De laatste jaren is er veel aandacht besteed aan de vraag of deze opstarttijd werktijd is en de werkgever loon moet betalen. In 2024 liet de Hoge Raad zich hierover uit in het Teleperformance-arrest. Die uitspraak biedt belangrijke inzichten voor zowel werkgevers als werknemers. In dit verdiepingsartikel lees je alles over deze kwestie.

## Opmerkingen



ARTIKEL

### [Aandachtspunten bij de vergoeding van overwerk en meerwerk](#)

Als werknemers overuren of meeruren maken in opdracht van de werkgever, kan dit op allerlei fronten impact hebben. Het is belangrijk dat je de overwerkregeling binnen jullie organisatie goed kent en dat je weet hoe je over- en meerwerk eventueel moet compenseren. Controleer ook regelmatig of dit goed is verwerkt in de ondersteunende software. Dit artikel zet uiteen waar je op kunt letten.

## Opmerkingen

## Stap 7 Hoe werkt het wijzigen van arbeidstijden?



ARTIKEL

[Wet flexibel werken: over waar en wanneer de werknemer werkt](#)

Misschien werkt een groot deel van jullie werknemers fulltime en meestal op de werkplek. Maar wat nu als een werknemer minder of meer uren wil gaan werken? Hoe ga je om met de werknemer die zijn wekelijkse uren anders over de week wil verdelen? En wat doe je als een werknemer thuis wil werken? In dit verdiepingsartikel lees je wat je met dit soort verzoeken moet en kunt doen.

### Opmerkingen



V & A

[Moeten wij individuele wensen rond arbeidstijden inwilligen?](#)

Er kunnen altijd werknemers zijn die door omstandigheden – zoals de ramadan, of zorgtaken thuis – graag een (tijdelijke) aanpassing willen van hun werktijden en pauzes. In hoeverre kan en moet een werkgever rekening houden met dergelijke wensen? Deze Vraag & Antwoord legt het uit.

### Opmerkingen



REGLEMENT

[Voorbeeldregeling aanpassing arbeidsduur](#)

De Wet flexibel werken geeft werknemers in organisaties met tien of meer werknemers het recht om een verzoek in te dienen voor zowel uitbreiding als vermindering van hun arbeidsduur. Welke voorwaarden de werkgever hierbij mag stellen regelt de wet ook, maar het is desondanks handig om deze zaken vast te leggen in het personeelshandboek. Met de voorbeeldbepalingen uit dit reglement heb je dat snel geregeld.

### Opmerkingen

**CHECKLIST**[Aandachtspunten rondom de Wet flexibel werken](#)

Sinds de invoering van de Wet flexibel werken in 2016 hebben werknemers meer mogelijkheden om hun werk flexibel in te richten. Zij kunnen bij hun werkgever een verzoek indienen om meer of minder uren te werken, op andere tijden of op een andere werkplek. De werkgever mag zo'n verzoek niet zomaar afwijzen. In deze checklist lees je waar een verzoek tot het wijzigen van de arbeidsduur, werktijden en arbeidsplaats aan moet voldoen en op basis van welke redenen je een verzoek mag afwijzen.

**Opmerkingen****MAATWERKBRIEF**[Bevestigen wijziging arbeidsduur/arbeidstijden](#)

Werknemers in organisaties met tien of meer werknemers kunnen een verzoek indienen om hun arbeidsduur aan te passen. Met deze brief kun je de wijziging van arbeidstijden bevestigen aan je medewerker(s). In deze tool vind je verschillende versies van de brief, in de je-vorm en in de u-vorm. Kies de vorm die gebruikelijk is binnen jullie organisatie.

**Opmerkingen****Stap 8 Wat zijn de gevolgen van overtreding van de Arbeidstijdenwet?****V & A**[Kan ik anoniem een klacht over de werktijden indienen?](#)

Als de werkgever de werktijden in de organisatie ondanks verzoeken van de werknemer maar niet aanpast aan de Arbeidstijdenwet, kan de werknemer actie ondernemen. Als hij de Arbeidsinspectie inschakelt, kan hij dit anoniem doen. Je leest de opties in deze Vraag & Antwoord.

**Opmerkingen**

**V & A**

### [Wat gebeurt er als een werkgever de Arbeidstijdenwet overtreedt?](#)

Wat gebeurt er als een werkgever de Arbeidstijdenwet (ATW) overtreedt, bijvoorbeeld door werknemers te verbieden om pauze te nemen met als argument 'dat het zo vreselijk druk is'? Je leest er meer over in deze Vraag & Antwoord.

#### Opmerkingen

**NIEUWS**

### [Hoge boetes bij te lang rijden chauffeurs](#)

Bus-, vrachtwagen- en taxichauffeurs moeten zich houden aan bepaalde rij- en rusttijden uit de Arbeidstijdenwet. Bij overtreding legt de Inspectie Leefomgeving en Transport boetes op. Ook aan het gebruik van tachografen worden eisen gesteld. Lees erover in dit nieuwsbericht.

#### Opmerkingen

## Stap 9 De rol van de OR bij arbeidstijden

**ARTIKEL**

### [OR & de spelregels voor loon en werktijden](#)

Een bestuurder heeft zich bij het bepalen van het salaris en de arbeidstijden van een werknemer te houden aan verschillende regels. Zo moet hij rekening houden met de Arbeidstijdenwet, de afspraken die zijn gemaakt in de arbeidsovereenkomst en de cao die van toepassing is op de organisatie. De OR moet deze spelregels kennen, zodat je kunt meedenken over de invulling van het beleid voor jullie organisatie. Lees meer over de aandachtspunten in dit verdiepingsartikel.

#### Opmerkingen

**V & A**

### [Welke rechten heeft de OR bij aanpassing van de werktijden?](#)

Een werkgever wil de regels voor de werktijden aanpassen. Mag hij dit doen zonder overleg met de OR? Lees het in deze Vraag & Antwoord.

#### Opmerkingen

**NIEUWS**

### [Instemmingsrecht OR bij wijziging rooster \(artikel 27, lid 1b WOR\)](#)

Als de werkgever besluit om een bepaalde functie(groep) structureel anders te gaan inroosteren, moet hij de ondernemingsraad (OR) eerst om instemming vragen. Het maakt daarbij niet uit of het aantal te werken uren wijzigt: ook de verdeling van die uren is instemmingsplichtig. Dit nieuwsartikel licht de bijzonderheden toe.

#### Opmerkingen

**ARTIKEL**

### [Je moet OR-werk én scholing onder werktijd kunnen uitvoeren](#)

De kans is groot dat ook onder jouw collega's het idee heerst dat het OR-werk veel vrije tijd kost. Hopelijk is dat idee onterecht. Het is volgens de Wet op de ondernemingsraden (WOR) nadrukkelijk de bedoeling dat OR-leden hun OR-werk én hun OR-scholing onder werktijd uitvoeren en volgen, betaald en wel dus! In dit verdiepingsartikel lees je hoe je regelt dat die tijd beschikbaar is of komt.

#### Opmerkingen



#### **Toch nog vragen?**

Als je na het bestuderen van deze toolbox nog vragen hebt over arbeids-, pauze en rusttijden, kun je die voorleggen aan de adviseurs van de adviesdesk. Stel als abonnee gratis je vraag via [rendement.nl/adviesdesk](http://rendement.nl/adviesdesk) en ontvang binnen vijf werkdagen een antwoord.