

**Mit Macht
für die**

8

**Hände weg vom
8-Stunden-Tag!**

**MACH
DICH
STARK
MIT UNS**

DGB

Der 8-Stunden-Tag schützt seit über 100 Jahren Beschäftigte vor überlangen Arbeitstagen und sorgt für planbare Arbeitszeiten. Doch dieser Schutz gerät zunehmend unter Druck. Unter dem Stichwort „Flexibilisierung“ will die Bundesregierung das Arbeitszeitgesetz aufweichen – danach drohen Arbeitstage von weit über 10 Stunden. In Zukunft könnten es bis zu 13 Stunden täglich sein, wenn der Chef es will.

Der DGB und seine Mitgliedsgewerkschaften setzen sich dafür ein, den 8-Stunden-Tag zu erhalten. Denn es geht um:

Gesundheit und Schutz

Lange Arbeitstage machen krank. Wer regelmäßig mehr als acht Stunden arbeitet, hat ein höheres Risiko für Stress, Erschöpfung und gesundheitliche Probleme.

Planbare Freizeit und Familie

Geregelte Arbeitszeiten schaffen Verlässlichkeit. Sie ermöglichen Zeit für Familie, Freund*innen, Engagement und Erholung. Wenn Arbeitstage immer länger werden, bleibt genau diese Zeit auf der Strecke.

Gute Arbeit statt Dauerstress

Produktivität entsteht nicht durch endlose Arbeitstage. Studien zeigen: Nach vielen Stunden sinkt die Leistungsfähigkeit, Fehler nehmen zu und die Belastung steigt. Nur Gute Arbeit macht uns produktiver.

Schutz für alle Beschäftigten

Nicht überall gibt es Tarifverträge oder starke Mitbestimmung. Gerade in diesen Betrieben ist das Arbeitszeitgesetz ein unverzichtbarer Schutz. Ohne klare gesetzliche Regeln drohen längere Arbeitstage und mehr Druck am Arbeitsplatz.

**Setz Dich mit uns für den Erhalt des 8-Stunden-Tages ein.
Mit Macht für die 8!**

Mehr Informationen und Mitmachmöglichkeiten:
www.dgb.de/arbeitszeit

