



# LA LEGGE PER TUTTI

INFORMAZIONE E CONSULENZA LEGALE

## Pause e riposi dal lavoro

Autore: Redazione | 13/10/2015



*La pausa pranzo, la durata, il contratto collettivo, il numero di ore consecutive o frazionate, il riposo giornaliero.*

Il riposo è un diritto di ogni lavoratore cui non si può rinunciare, neanche dietro pagamento: pertanto, sebbene l'**orario di lavoro giornaliero** sia normalmente stabilito dai contratti aziendali (che definiscono il numero di ore lavorative complessive, l'orario d'inizio e di termine dell'attività lavorativa e, non in ultimo, la durata degli intervalli di **riposo**), in ogni caso, il diritto al recupero delle energie

psico-fisiche è, per il lavoratore, irrinunciabile.

È comunque facoltà del datore di lavoro stabilire **orari elastici**: in pratica, in tale situazione, i lavoratori possono iniziare e concludere il lavoro entro una determinata fascia oraria (tale possibilità può essere esclusa per esigenze di tipo produttivo, quando la lavorazione deve iniziare puntualmente in un determinato momento come nel caso di lavorazioni a catena).

## **Pause**

Se l'**orario di lavoro** giornaliero è superiore a 6 ore, il lavoratore deve beneficiare di una **pausa** finalizzata al recupero delle energie psico-fisiche, all'eventuale consumazione del **pasto** ed all'attenuazione del lavoro ripetitivo e monotono.

Anche in questo caso, per determinare le modalità e la durata della pausa occorre verificare quello che prevede il contratto collettivo. Se nulla viene indicato, il lavoratore ha diritto ad un intervallo (anche sul posto di lavoro) di durata non inferiore a **dieci minuti consecutivi**.

Quanto al momento in cui godere della pausa, la scelta spetta all'azienda, che la può collocare - tenuto conto delle esigenze tecniche dell'attività lavorativa - in qualsiasi momento della giornata lavorativa (e non necessariamente trascorse le 6 ore di lavoro). Quindi, nell'ipotesi in cui l'organizzazione del lavoro preveda la cosiddetta **giornata spezzata** (ad esempio: 8,30-12,30/13,30-17,30), la pausa può coincidere con il momento di sospensione dell'attività lavorativa (cosiddetta **pausa pranzo**).

## **Riposo giornaliero**

Al lavoratore spettano **11 ore di riposo consecutive** ogni 24, calcolate dall'ora d'inizio della prestazione lavorativa. Il periodo di riposo minimo (11 ore) non può essere diminuito da accordi tra le parti.

Il contratto collettivo può anche prevedere che le ore di riposo non siano consecutive.

Il lavoratore ha diritto al periodo di riposo giornaliero anche se titolare di più rapporti di lavoro (cosa senz'altro lecita). In tal caso, il lavoratore deve comunicare ai diversi datori di lavoro l'ammontare delle ore in cui può prestare la propria attività nel rispetto dei limiti indicati e fornire ogni altra informazione utile in tal senso.

## **Note**

*Autore immagine: 123rf com*