



# NHO Mat og Drikke

- mer enn 1920 bedrifter  
fra mat-, drikke- og bionæringen

## Takk for invitasjonen!



Camilla Schrader **Roander**

Advokat

✉ [csr@nhomd.no](mailto:csr@nhomd.no)

☎ 90294473

📷 Pressebilder

[Her finner du tariffområdene Camilla Schrader Roander har ansvar for](#)

- NHO Mat og Drikke er en medlemsstyrt og partipolitisk uavhengig arbeidsgiver- og næringspolitisk organisasjon for bedrifter i mat-, drikke- og bionæringen.
- NHO Mat og Drikke organiserer mange bedrifter som også er medlem i Gartnerhallen, og vi ønsker flere av dere som medlemmer!
- Våre advokater er **eksperter på arbeidsrett og HMS**, og vi bistår medlemmer i arbeidsgiverspørsmål og personalsaker.
- Som medlem kan du ta i bruk **en rekke lønnsomme medlemsfordeler**.
- Vi har god kontakt og samarbeider godt med bl.a. Arbeidstilsynet.
- Vårt mål er bl.a. at denne næringen skal :
  - ha gode rammevilkår og være konkurransedyktig
  - kjenner til og overholder lover og regler
  - være seriøse og attraktive arbeidsgivere
  - ha sikre og trygge arbeidsplasser
  - ha et godt omdømme

= **EN SERIØS OG RYDDIG NÆRING**

# Arbeidstid og tilsyn. Rett og galt?

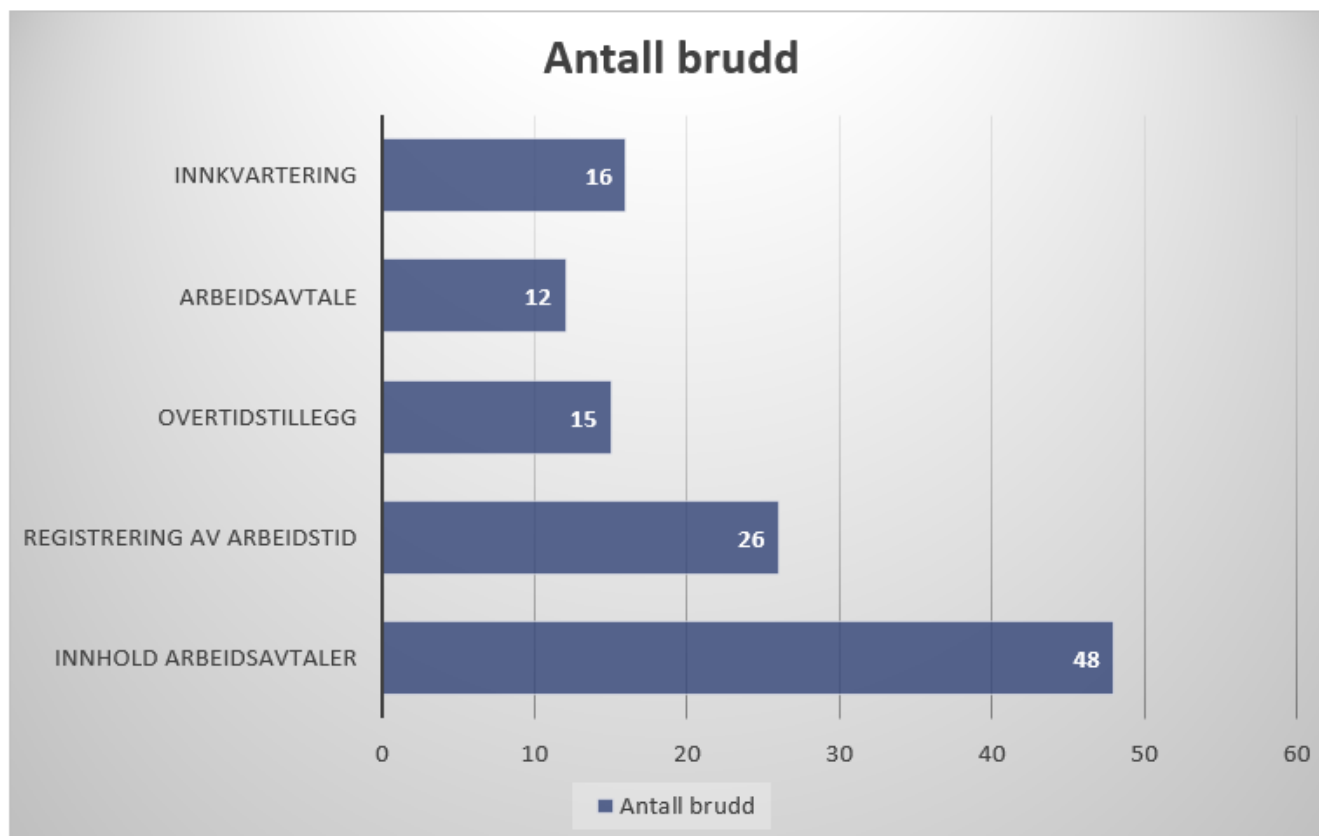


Bærlagets årsmøte 18.02.2025

# Arbeidstid og tilsyn. Rett og galt?

## ARBEIDSTILSYNET

### Pålegg vedtatt 2024 (utdrag)



# Arbeidstid og tilsyn. Rett og galt?

## ARBEIDSTILSYNET

### Registrering av arbeidstid

- Løpende oversikt: Start- og sluttidspunkt og pauser
- **All tid hvor arbeidstaker står til disposisjon for arbeidsgiver, skal regnes og registreres som arbeidstid**
- Oversiktlig og lett forståelig (mulighet for kontroll)

~~Man 6  
Tirs 8  
Ons 4  
Tors 9  
Fre 6  
Lør 9,5  
Søn~~

VS

Navn.				
Dato:	Start kl	Slutt kl	Pause	Total
01.06.2025	08:00	16:00	0,5	7,5
02.06.2025	10:00	15:00		5
03.06.2025				
04.06.2025				
05.06.2025				
06.06.2025				

### Arbeidsmiljøloven

#### § 10-7. *Oversikt over arbeidstiden*

Det skal foreligge en oversikt som viser hvor mye den enkelte arbeidstaker har arbeidet. Oversikten skal være tilgjengelig for Arbeidstilsynet og arbeidstakernes tillitsvalgte

# Arbeidstid og tilsyn. Rett og galt?

## ARBEIDSTILSYNET

# 2025

- Planlegger for ca 100 tilsyn med fokus lønns- og arbeidsvilkår i 2025
- Grøntnæring og frukt/bær
- Stedlige tilsyn (krav om opplysninger)
- Utenlandske arbeidstakere (informasjonsmaterieell)

## Næringens utfordringer og ønsker

- 55 – 60 timers arbeidsuke (eksl. overtid)
- Arbeide hver søndag, oftere på søndager enn arbeidsmiljøloven gir anledning til
- Kortere ukentlig hviletid enn 35 timer
- Gjennomsnittsberegne over lengre perioder enn det sesongarbeidstakerne er i Norge (lengre enn selve sesongen)
- Ansatte skal kunne jobbe overtid hver dag og uke gjennom hele sesongen
- Mm ....



“

### Spørsmål 398 (2022-2023)

Hva mener statsråden om å eventuelt **utvide fleksibiliteten** i arbeidsmiljøloven med tanke på **sesongarbeidere i landbruket** så lenge krav til pauser og arbeidsforholdene for øvrig er ivaretatt, og har statsråden forståelse for at det for sesongarbeidere som arbeider i korte perioder kan være positivt å få jobbe flere timer i uken dersom de selv ønsker det?

Gjennom sommeren har debatten om arbeidstid for sesongarbeidere i landbruket fått mye oppmerksomhet. Flere enkeltbønder, Gartnerhallen og NHO Mat viste til at arbeidsmiljølovens arbeidstidsbestemmelser kan oppleves begrensende for bønder som leier inn sesongarbeidere fra utlandet. Produsenter har både et stort behov for arbeidskraft i en kort og intens sesong, og har også arbeidere som ønsker å jobbe mest mulig. Bonde Gjermund Kristoffersen ved Elstøen Gartneri AS er en av Norges største salatprodusenter ved Tyrifjorden og viser i avisen Nationen til at arbeidsmiljøloven ikke er tilpasset et sesongbasert norsk landbruk, og etterlyser en debatt om muligheten til å kunne jobbe utover de timene regelverket tillater i dag. **Landbruket er i en særstilling når det kommer til sesongarbeid.** Mye arbeid må gjøres **på kort tid i oppholdsvær.** Man er presset på tid og har et **stort behov for intensivt arbeid i korte perioder. Arbeidskraft reiser langt,** med ett formål for øyet; å **arbeide mest mulig på kortest mulig tid.** Da er det ikke nødvendigvis mye fritid og ufrivillig lediggang som er behovet for den enkelte arbeidstaker akkurat i disse tilfellene.



## Anna Irene Molberg (32)

Storingsrepresentant (H), medlem, Arbeids- og sosialkomiteen

Tidl. justispolitisk rådgiver (H), Stortinget

Utdannet: Master i rettsvitenskap (Universitetet i Oslo, 2015)

Fødested: Oslo



## Arbeidstid – næringens utfordringer og ønsker

“

Jeg mener **dagens regler gir stor fleksibilitet totalt sett, og ser ikke et behov for å utvide denne for sesongarbeid i landbruket.**

Ordningen med gjennomsnittsberegning gjør det mulig å ivareta både hensynet til arbeidstakernes helse, sikkerhet og velferd og virksomhetenes behov for en rasjonell drift.

I tillegg kan det være på sin plass å minne om at det har vært **flere eksempler på at bransjen dessverre er utsatt for sosial dumping**, og vi har sett store utfordringer med at aktører innenfor landbruket bryter regelverket rundt utenlandske sesongarbeidere relatert til arbeidskontrakter, lønn og innkvartering, men også ulovlige arbeidstidsordninger. Dette tilsier forsiktighet med å åpne for arbeidstidsordninger med meget lange arbeidsdager og arbeidsuker uten at tillitsvalgte eller Arbeidstilsynet er involvert.

Marte Mjøs Persen



**Marte Mjøs Persen (47)**

Arbeids- og inkluderingsminister, leder, Vestland Ap

TidL: ordfører, Bergen, olje- og energiminister

Utdannet: Bachelor i kultur- og samfunnsvitenskap (Universitetet i Bergen)

Fødested: Hordaland

# Reguleringer av arbeidstid

- Arbeidstidsdirektive
- Arbeidsmiljøloven kap 10
- Arbeidsmiljøloven § 14-6
- 525 Overenskomsten for Jordbruks og gartnerinæringene
- Lokale avtaler inngått med tillitsvalgte i tariffbundet bedrift
- Arbeidsavtalen
- Arbeidsplaner

# AML. kap 10 Arbeidstid

## Kapittel 10. Arbeidstid (§§ 10-1 - 10-13)

§ 10-1. Definisjoner

§ 10-2. Arbeidstidsordninger

§ 10-3. Arbeidsplan

§ 10-4. Alminnelig arbeidstid

§ 10-5. Gjennomsnittsberegning av den alminnelige arbeidstid

§ 10-6. Overtid

§ 10-7. Oversikt over arbeidstiden

§ 10-8. Daglig og ukentlig arbeidsfri

§ 10-9. Pauser

§ 10-10. Søndagsarbeid

§ 10-11. Nattarbeid

§ 10-12. Unntak

§ 10-13. Tvisteløsning



## ARBEIDSMILJØLOVEN (LOV OM ARBEIDSMILJØ, ARBEIDSTID OG STILLINGSVERN MV.)

nr. 17, juni 2005 nr. 62

med endringer, sist ved lov  
nr. 8 april 2022 nr. 19  
(i kraft 1. juli 2022)

med historiske noter

# Næringens utfordringer og ønsker

- **55 – 60 timers arbeidsuke (eksl. overtid)**
- Gjennomsnittsberegne over lengre perioder enn det sesongarbeidstakerne er i Norge (lengre enn selve sesongen)
- Arbeide hver søndag/oftere på søndager enn arbeidsmiljøloven gir anledning til
- Kortere ukentlig hviletid enn 35 timer
- Ansatte skal kunne jobbe overtid hver dag og uke gjennom hele sesongen
- Mm ....



# Næringens utfordringer og ønsker

- **55 – 60 timers arbeidsuke (eksl. overtid)**

## Arbeidsmiljøloven § 10-4

(1) Den **alminnelige arbeidstid** må ikke overstige ni timer i løpet av 24 timer og 40 timer i løpet av sju dager.

(4) Den **alminnelige arbeidstid** må ikke overstige ni timer i løpet av 24 timer og 38 timer i løpet av sju dager for:

- a) døgkontinuerlig skiftarbeid og sammenlignbart turnusarbeid,
- b) arbeid på to skift som regelmessig drives på søn- og helgedager, og sammenlignbart turnusarbeid som regelmessig drives på søn- og helgedager,
- c) arbeid som innebærer at den enkelte arbeidstaker må arbeide minst hver tredje søndag
- d) arbeid som hovedsakelig drives om natten.

(5) Den **alminnelige arbeidstid** må ikke overstige ni timer i løpet av 24 timer og 36 timer i løpet av sju dager for:

- a) helkontinuerlig skiftarbeid og sammenlignbart turnusarbeid,
- b) arbeid under jord i gruver, tunneldrift og utsprenning av bergrom under jord.

### UTGANGSPUNKT:

9 timer *i løpet av 24 timer*

40 timer *i løpet av 7 dager*

«minst hver 3. søndag»

9 timer /24t og 38 timer /7d

9 timer /24t og 36 timer /7d

# Næringens utfordringer og ønsker

- **55 – 60 timers arbeidsuke (eksl. overtid)**

## ALMINNELIG ARBEIDSTID AML. § 10-4

### UTGANGSPUNKT:

9 timer *i løpet av 24 timer*

40 timer *i løpet av 7 dager*

.....

9 timer /24t og 38 timer /7d

9 timer /24t og 36 timer /7d

### TARIFF:

..... /24 timer

37,5 timer /7dager

36,5 timer /7d (2-skift \*)

35,5 timer /7d

33,6 timer /7d



# Næringens utfordringer og ønsker

- **55 – 60 timers arbeidsuke (eksl. overtid)**

## Gjennomsnittsberegning av den alminnelige arbeidstid, aml. § 10-5

	Maks alminnelig arbeidstid per dag inntil	Maks alminnelig arbeidstid per uke inntil	Tidsperiode for gjennomsnittsberegning
Individuell avtale	10 timer	48 timer Ikke over 50 t noen enkelt uke (48t. over 8 uker)	52 uker
Lokal avtale med tillitsvalgt i virksomhet bundet av tariffavtale	12,5 timer	48 timer Ikke over 54 t noen enkelt uke (48t. over 8 uker)	52 uker
Samtykke fra Arbeidstilsynet	<b>Samlet</b> 13 timer (inkl. overtidstimer)	<b>Samlet</b> 48 timer Ikke begrensning på enkeltuke – tillatelse ... (48t. over 8 uker)	26 uker

[Digital søknad på arbeidstilsynet.no](https://www.arbeidstilsynet.no)



## Næringens utfordringer og ønsker

- 55 – 60 timers arbeidsuke (eksl. overtid)
- **Gjennomsnittsberegne over lengre perioder enn det sesongarbeidstakerne er i Norge (lengre enn selve sesongen)**
- Arbeide hver søndag/oftere på søndager enn arbeidsmiljøloven gir anledning til.
- Kortere ukentlig hviletid enn 35 timer
- Ansatte skal kunne jobbe overtid hver dag og uke gjennom hele sesongen
- Mm ....





# Gjennomsnittsberegning - friperioder

- Ved avtale om gjennomsnittsberegning så *kan* friperiodene legges til *før eller etter* arbeidsperioden. Dette forutsetter at:
  - Arbeidstaker er ansatt i hele perioden, altså i arbeidsperioden og friperioden
  - Friperioden er en del av arbeidsplanen.
    - Eksempel: 4 uker arbeid og 2 uker arbeidsfri = arbeidsplan på 6 uker
  - Arbeidstaker ikke utfører arbeid i friperioden (kan reise hjem)

## Næringens utfordringer og ønsker

- 55 – 60 timers arbeidsuke (eksl. overtid)
- Gjennomsnittsberegne over lengre perioder enn det sesongarbeidstakerne er i Norge (lengre enn selve sesongen)
- **Arbeide hver søndag/oftere på søndager enn arbeidsmiljøloven gir anledning til**
- Kortere ukentlig hviletid enn 35 timer
- Ansatte skal kunne jobbe overtid hver dag og uke gjennom hele sesongen
- Mm ....



# Næringens utfordringer og ønsker

- **Arbeide hver søndag/oftere på søndager enn arbeidsmiljøloven gir anledning til**

## Arbeidsmiljøloven

### § 10-10. Søndagsarbeid

- (1) Det skal være arbeidsfri fra kl. 1800 dagen før en søn- eller helgedag og til kl. 2200 dagen før neste virkedag. Jul-, påske- og pinseften skal det være arbeidsfri fra kl. 1500 til kl. 2200 dagen før neste virkedag. Arbeid innenfor disse tidsrom regnes som søn- og helgedagsarbeid.
- (2) Arbeid på søn- og helgedager er ikke tillatt med mindre arbeidets art gjør det nødvendig.
- (3) Arbeidsgiver skal drøfte behovet for søn- og helgedagsarbeid med arbeidstakernes tillitsvalgte før det iverksettes.
- (4) I virksomhet som er bundet av tariffavtale kan arbeidsgiver og arbeidstakerens tillitsvalgte inngå skriftlig avtale om arbeid på søn- og helgedager dersom det foreligger et særlig og tidsavgrenset behov for dette.
- (5) Arbeidsgiver og arbeidstaker kan slutte skriftlig avtale om arbeid på søn- og helgedager utenom de tilfeller som er nevnt i denne paragraf, mot tilsvarende fri på andre dager som i henhold til arbeidstakerens religion er helge- eller høytidsdag. Slik avtale kan inngås uten hensyn til bestemmelsene i [§ 10-8](#) fjerde ledd.



# Næringens utfordringer og ønsker

- **Arbeide hver søndag/oftere på søndager enn arbeidsmiljøloven gir anledning til**

## Arbeidsmiljøloven

### Aml. § 10-8. Daglig og ukentlig arbeidsfri

(1) Arbeidstaker skal ha minst 11 timer sammenhengende arbeidsfri i løpet av 24 timer. Den arbeidsfrie perioden skal plasseres mellom to hovedarbeidsperioder.

(2) Arbeidstaker skal ha en sammenhengende arbeidsfri periode på 35 timer i løpet av sju dager.

(3) Arbeidsgiver og arbeidstakernes tillitsvalgte i virksomhet som er bundet av tariffavtale, kan skriftlig avtale unntak fra bestemmelsene i første og andre ledd. Slik avtale kan bare inngås dersom arbeidstaker sikres tilsvarende kompensierende hvileperioder eller, der dette ikke er mulig, annet passende vern. Det kan ikke avtales kortere arbeidsfri periode enn 8 timer i løpet av 24 timer eller 28 timer i løpet av sju dager. Grensen på 8 timer gjelder ikke når arbeid utover avtalt arbeidstid (jf. § 10-6 første ledd) eller arbeid ved utkalling under beredskapsvakt utenfor arbeidsstedet er nødvendig for å unngå alvorlige driftsforstyrrelser. Ved virksomhet som ikke er bundet av tariffavtale, kan arbeidsgiver og arbeidstakernes representanter på samme vilkår skriftlig avtale arbeid i den arbeidsfrie perioden, når dette er nødvendig for å unngå alvorlige driftsforstyrrelser.

→ (4) Arbeidsfri som nevnt i andre ledd skal så vidt mulig omfatte søndag. **Arbeidstaker som har utført søn- og helgedagsarbeid, skal ha arbeidsfri følgende søn- og helgedagsdøgn. Arbeidsgiver og arbeidstaker kan skriftlig avtale en arbeidstidsordning som i gjennomsnitt gir arbeidstaker arbeidsfri annenhver søn- og helgedag over en periode på 26 uker, likevel slik at det ukentlige fridøgn minst hver fjerde uke faller på en søn- eller helgedag.**

(5) Departementet kan i forskrift fastsette en fordeling av fridøgnene som avviker fra reglene i fjerde ledd.



# Gjennomsnittsberegning - friperioder

- Ved avtale om gjennomsnittsberegning så *kan* friperiodene legges til *før eller etter* arbeidsperioden. Dette forutsetter at:
  - Arbeidstaker er ansatt i hele perioden, altså i arbeidsperioden og friperioden
  - Friperioden er en del av arbeidsplanen.
    - Eksempel: 4 uker arbeid og 2 uker arbeidsfri = arbeidsplan på 6 uker
  - Arbeidstaker ikke utfører arbeid i friperioden (kan reise hjem)

## Næringens utfordringer og ønsker

- 55 – 60 timers arbeidsuke (eksl. overtid)
- Gjennomsnittsberegne over lengre perioder enn det sesongarbeidstakerne er i Norge (lengre enn selve sesongen)
- Arbeide hver søndag/oftere på søndager enn arbeidsmiljøloven gir anledning til
- **Kortere ukentlig hviletid enn 35 timer**
- Ansatte skal kunne jobbe overtid hver dag og uke gjennom hele sesongen
- Mm ....



# Næringens utfordringer og ønsker

- **Kortere ukentlig hviletid enn 35 timer**

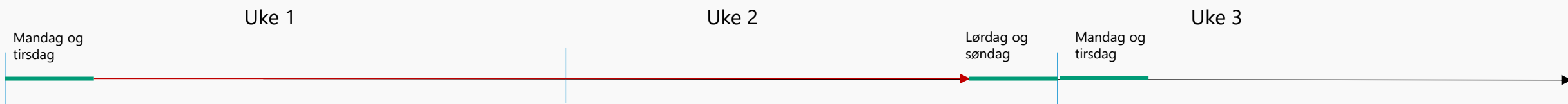
## Aml. § 10-8. Daglig og ukentlig arbeidsfri

- (1) Arbeidstaker skal ha minst 11 timer sammenhengende arbeidsfri i løpet av 24 timer. Den arbeidsfrie perioden skal plasseres mellom to hovedarbeidsperioder.
- (2) Arbeidstaker skal ha en sammenhengende arbeidsfri periode på 35 timer i løpet av sju dager.
- (3) Arbeidsgiver og arbeidstakernes tillitsvalgte i virksomhet som er bundet av tariffavtale, kan skriftlig avtale unntak fra bestemmelsene i første og andre ledd. Slik avtale kan bare inngås dersom arbeidstaker sikres tilsvarende kompensierende hvileperioder eller, der dette ikke er mulig, annet passende vern. Det kan ikke avtales kortere arbeidsfri periode enn 8 timer i løpet av 24 timer eller 28 timer i løpet av sju dager. Grensen på 8 timer gjelder ikke når arbeid utover avtalt arbeidstid (jf. § 10-6 første ledd) eller arbeid ved utkalling under beredskapsvakt utenfor arbeidsstedet er nødvendig for å unngå alvorlige driftsforstyrrelser. Ved virksomhet som ikke er bundet av tariffavtale, kan arbeidsgiver og arbeidstakernes representanter på samme vilkår skriftlig avtale arbeid i den arbeidsfrie perioden, når dette er nødvendig for å unngå alvorlige driftsforstyrrelser.
- (4) Arbeidsfri som nevnt i andre ledd skal så vidt mulig omfatte søndag. Arbeidstaker som har utført søn- og helgedagsarbeid, skal ha arbeidsfri følgende søn- og helgedagsdøgn. Arbeidsgiver og arbeidstaker kan skriftlig avtale en arbeidstidsordning som i gjennomsnitt gir arbeidstaker arbeidsfri annenhver søn- og helgedag over en periode på 26 uker, likevel slik at det ukentlige fridøgn minst hver fjerde uke faller på en søn- eller helgedag.
- (5) Departementet kan i forskrift fastsette en fordeling av fridøgnene som avviker fra reglene i fjerde ledd.



## Aml § 10-8, daglig og ukentlig arbeidsfri

- Definisjon av «uke»:
  - Varer fra mandag kl. 00.00 til søndag kl. 24.00
  - Kan avtales annet ukeskille
  - Samtidig er det ikke noe krav at den ukentlige hvilen legges mellom to sjudagersperioder dersom dette gir en forsvarlig arbeidstidsordning. Det betyr at det kan arbeides tolv påfølgende dager dersom det er forsvarlig, jf. § 10-2 første ledd.





## Næringens utfordringer og ønsker

- 55 – 60 timers arbeidsuke (eksl. overtid)
- Gjennomsnittsberegne over lengre perioder enn det sesongarbeidstakerne er i Norge (lengre enn selve sesongen)
- Arbeide hver søndag/oftere på søndager enn arbeidsmiljøloven gir anledning til
- Kortere ukentlig hviletid enn 35 timer
- **Ansatte skal kunne jobbe overtid hver dag og uke gjennom hele sesongen**
- Mm ....



# Næringens utfordringer og ønsker

- **Ansatte skal kunne jobbe overtid hver dag og uke gjennom hele sesongen**

## Arbeidsmiljøloven

### § 10-6. Overtid

- (1) Arbeid utover avtalt arbeidstid må ikke gjennomføres uten at det foreligger et særlig og tidsavgrenset behov for det.
- (2) Varer arbeidet for noen arbeidstaker ut over lovens grense for den alminnelige arbeidstid regnes det overskytende som overtidarbeid.
- (3) Før arbeid som nevnt i denne paragraf iverksettes skal arbeidsgiver, dersom det er mulig, drøfte nødvendigheten av det med arbeidstakernes tillitsvalgte.
- (4) Overtidsarbeidet må ikke overstige ti timer i løpet av sju dager, 25 timer i fire sammenhengende uker og 200 timer innenfor en periode på 52 uker.
- (5) Arbeidsgiver og arbeidstakernes tillitsvalgte i virksomhet som er bundet av tariffavtale, kan skriftlig avtale overtidarbeid inntil 20 timer i løpet av sju dager, men slik at samlet overtidarbeid ikke overstiger 50 timer i fire sammenhengende uker. Overtidsarbeidet må ikke overstige 300 timer innenfor en periode på 52 uker.
- (6) Arbeidstilsynet kan etter søknad i særlige tilfeller tillate samlet overtidarbeid inntil 25 timer i løpet av sju dager og 200 timer i løpet av en periode på 26 uker. Referat fra drøftingene, jf. tredje ledd, skal vedlegges søknaden. Fremmer virksomheten søknad om overtid innenfor rammen i femte ledd, skal årsaken til at saken ikke er løst ved avtale med de tillitsvalgte alltid oppgis. Arbeidstilsynet skal ved sin avgjørelse legge særlig vekt på hensynet til arbeidstakernes helse og velferd.
- (7) Overtidsarbeid utover rammen i fjerde ledd kan bare pålegges arbeidstakere som i det enkelte tilfellet har sagt seg villig til det.

## Næringens utfordringer og ønsker

- **55 – 60 timers arbeidsuke (eksl. overtid)**

### ALMINNELIG ARBEIDSTID AML. § 10-4

#### UTGANGSPUNKT:

9 timer i løpet av 24 timer  
40 timer i løpet av 7 dager

.....

9 timer /24t og 38 timer /7d

9 timer /24t og 36 timer /7d

#### TARIFF:

..... /24 timer  
37,5 timer /7dager

36,5 timer /7d (2-skift \*)

35,5 timer /7d

33,6 timer /7d

## s utfordringer og ønsker

**ers arbeidsuke (eksl. overtid)**

### Gjennomsnittsberegning av den alminnelige arbeidstid

	Maks alminnelig arbeidstid per dag inntil	Maks alminnelig arbeidstid per uke inntil	Tidsperiode for gjennomsnittsberegning
Individuelt avtale	10 timer	48 timer Ikke over 50 t noen enkelt uke (48t. over 8 uker)	52 uker
Lokal avtale med tillitsvalgt i virksomhet bundet av tariffavtale	12,5 timer	48 timer Ikke over 54 t noen enkelt uke (48t. over 8 uker)	52 uker
Samtykke fra Arbeidstilsynet	Samlet 13 timer	48 timer Ikke begrensning på enkeltuke (48t. over 8 uker)	26 uker

Digital søknad på arbeidstilsynet.no

# Samlet arbeidstid = Alminnelig arbeidstid + overtid

## Aml. § 10-6 Overtid

(8) Samlet arbeidstid må ikke overstige 13 timer i løpet av 24 timer eller 48 timer i løpet av sju dager. Grensen på 48 timer i løpet av sju dager kan gjennomsnittsberegnes over en periode på åtte uker, likevel slik at den samlede arbeidstiden etter [§ 10-5](#) andre ledd og [§ 10-6](#) femte ledd ikke overstiger 69 timer i noen enkelt uke.

(9) Arbeidsgiver og arbeidstakernes tillitsvalgte i virksomhet som er bundet av tariffavtale, kan skriftlig avtale unntak fra grensen på 13 timer i åttende ledd, men slik at den samlede arbeidstid ikke overstiger 16 timer i løpet av 24 timer. Arbeidstaker skal i så fall sikres tilsvarende kompensierende hvileperioder eller, der dette ikke er mulig, annet passende vern.

## Aml. § 10-5 (3) Gjennomsnittsberegning av arbeidstid etter tillatelse fra Arbeidstilsynet

(3) Arbeidstilsynet kan samtykke i at den alminnelige arbeidstiden i løpet av en periode på høyst 26 uker i gjennomsnitt ikke blir lenger enn foreskrevet i [§ 10-4](#), men slik at den samlede arbeidstiden ikke overstiger 13 timer i løpet av 24 timer og 48 timer i løpet av sju dager. Grensen på 48 timer kan gjennomsnittsberegnes over en periode på åtte uker. Før Arbeidstilsynet treffer sin avgjørelse, skal ordningen av arbeidstiden drøftes med arbeidstakernes tillitsvalgte. Referat fra drøftingene samt utkast til arbeidsplan skal vedlegges søknaden. Arbeidstilsynet skal ved sin avgjørelse legge særlig vekt på hensynet til arbeidstakernes helse og velferd.

## Aml. § 10-6 - overtid

- Alminnelig arbeidstid
  - Den alminnelige arbeidstid må ikke overstige ni timer i løpet av 24 timer og 40 timer i løpet av sju dager
- Daglig og ukentlig arbeidsfri
  - Arbeidstaker skal ha minst 11 timer sammenhengende arbeidsfri i løpet av 24 timer. Den arbeidsfrie perioden skal plasseres mellom to hovedarbeidsperioder
  - Arbeidstaker skal ha en sammenhengende arbeidsfri periode på 35 timer i løpet av sju dager.
- Overtid er alt arbeid utover alminnelig arbeidstid
  - Samlet arbeidstid må ikke overstige 13 timer i løpet av 24 timer eller 48 timer i løpet av sju dager.
  - Daglig og ukentlig arbeidsfri begrenser hvor mye overtid en arbeidstaker kan jobbe
  - Eksempel:  $9+11=20$
  - Eksempel:  $10+11=21$
  - Eksempel:  $13+11=24$

# Takk for meg!



**Camilla Schrader Roander**

Advokat

✉ [csr@nhomd.no](mailto:csr@nhomd.no)

☎ 90294473

📷 Pressebilder

[Her finner du tariffområdene Camilla Schrader Roander har ansvar for](#)