



Das offene Ohr

Wossen Aregay
von der Unia-Rechtsabteilung
beantwortet Fragen
aus der Arbeitswelt.

Unfall in den Ferien: Muss ich mir die Zeit im Spital an die Ferien anrechnen lassen?

Ich war in den Sommerferien in Lissabon, vom Freitag, dem 1. Juli, bis am Sonntag, dem 10. Juli. Am Donnerstag, also am 6. Juli, wurde ich von einem Auto angefahren. Ich musste daraufhin ins Spital, wo ich bis kurz vor der Abreise blieb. Zu Hause angekommen, ging ich zu meinem Hausarzt. Er schrieb mich rückwirkend krank, vom 6. bis zum 15. Juli. Doch mein Chef akzeptiert das nicht und erachtet die Tage, die ich im Spital war, als Ferienzeit. Kann er das?

WOSSEN AREGAY: Nein. Wer in den Ferien krank wird oder verunfallt, muss sich die Zeit der Erkrankung beziehungsweise des Unfalls nicht auf die Ferien anrechnen lassen. Sie können nämlich nicht nur arbeitsunfähig sein, sondern auch «ferienunfähig». Dafür müssen Sie nachweisen, dass Sie durch die schwerwiegenden Unfallfolgen nicht imstande waren, sich zu erholen (was ja der Zweck der Ferien ist). Letzteres ist in Ihrem Fall mit einem mehrtägigen Spitalaufenthalt durchaus gegeben. Grundsätzlich ist es in der Schweiz üblich, dass der Arbeitgeber erst am dritten oder vierten Krankheitstag ein ärztliches Attest einfordert. Es kann aber sein, dass sich im Arbeitsvertrag, Gesamtarbeitsvertrag (GAV) oder im Betriebsreglement eine andere Regelung findet. Sie müssen damit rechnen, dass Ihr Chef schon ab dem ersten Tag von Ihnen ein Attestzeugnis verlangen kann. Insofern sind Sie gut beraten, vom Arzt, der Sie während Ihres Krankenhausaufenthalts behandelt hat, ein Attestzeugnis zu verlangen. Darin sollte er Ihre Ferienunfähigkeit während dieser Zeit attestieren. Als Nachweis genügt in diesem Fall aber auch die Bestätigung Ihres Spitalaufenthalts. Auf dieser Grundlage kann Ihr Hausarzt Ihnen rückwirkend ein Attestzeugnis ausstellen.

Stellensuche nach Kündigung: Termin nur in der Freizeit?

Meine Chefin hat mir gekündigt. Die Kündigungsfrist dauert zwei Monate. Ich bin mittlerweile auf Stellensuche und habe mich auch schon beim RAV angemeldet. Nun bin ich zu einem ersten Bewerbungsgespräch eingeladen worden. Der Termin fällt aber in meine Arbeitszeit, und ich kann ihn nicht auf ein anderes Datum verschieben. Ich habe das mit meiner Chefin besprochen, und sie meinte, dass ich schon zum Bewerbungsgespräch gehen könne. Ich müsse die Abwesenheit dann aber nachholen. Stimmt das?

WOSSEN AREGAY: Nein. Im Gesetz steht, dass Sie nach einer Kündigung das Recht haben, sich auch während der Arbeit Zeit zu nehmen für die Bewerbung auf eine neue Stelle. Dazu gehören allfällige Telefonate oder Termine für Bewerbungsgespräche. Hingegen müssen Sie den administrativen Teil der Stellensuche, wie das Studium der Stelleninserate oder das Zusammenstellen Ihres Bewerbungsdossiers, weiterhin in Ihre Freizeit verlegen. Das Gesetz sagt nichts aus, wie viel Zeit Ihre Chefin Ihnen dafür zur Verfügung stellen muss. Am besten besprechen Sie das direkt mit Ihrer Vorgesetzten. Informieren Sie sie, wenn ein Bewerbungsgespräch ansteht. Als üblich gilt ein halber Tag pro Woche. Ihre Arbeitszeitausfälle müssen Sie nicht nachholen. Hingegen ist nicht geregelt, ob Sie für die Zeit der Bewerbung auch Ihren Lohn erhalten. Meistens ist das in einem GAV geregelt, oder es gibt betriebs- oder branchenübliche Regelungen. Wenn Sie einen Monatslohn erhalten, können Sie in der Regel davon ausgehen, dass Ihnen die Zeit, in der Sie wegen eines Bewerbungsgesprächs am Arbeitsplatz fehlen, nicht vom Lohn abgezogen wird.

Mit den Tipps von Lerncoach Phil Theurillat begreifen Sie leichter Mühe mit Lernen? Einfach

Wenig Energie, dunkle Winterabende und Berge von Aufgaben: Eltern und Kinder fühlen sich da mitunter überfordert. Aber das muss nicht sein.

SABINE REBER

Alle Kinder, Jugendlichen und Erwachsenen können erfolgreich lernen. Davon ist der zertifizierte Bieler Lerncoach Phil Theurillat (56) überzeugt. Oftmals werden die Aufgaben aber falsch angepackt. Dadurch entsteht Lernfrust, und die Spirale der Misserfolge

ner Arbeit auf die neuen Erkenntnisse der Hirnforschung, insbesondere auf jene des deutschen Neurobiologen Gerald Hüther, bei dessen Akademie für Potentialentwicklung Theurillat auch Mitglied ist. Wichtig für den Lerncoach ist auch der deutsche Hirnforscher Manfred Spitzer.

Hüther und Spitzer sind für individuell angepasstes Lernen. Denn nicht jeder Mensch lernt gleich schnell, und nicht allen gelingt es, gleich viel Stoff in ihren Kopf zu packen. Für diejenigen, die etwas mehr Mühe haben, führt Druck oft zu Frust. Und Frust führt zum Aufschieben, was wiederum die Probleme verschlimmert. Theurillat: «Alle, die Mühe mit Lernen haben, sollten erst einmal einen Gang runterschalten: kleinere Portionen, einfachere Aufgaben und dann diese Erfolge feiern.» Sobald sich positive Lernerfahrungen einstellen, könne langsam gesteigert werden. Das sei wie beim Sport, auch dort fange man langsam an und baue die Kondition mit der Zeit auf.



«Eine Schulstunde von 45 Minuten ist für die meisten viel zu lange!»

PHIL THEURILLAT, LERNCOACH

beginnt sich zu drehen. Solche Teufelskreise lassen sich jedoch durchbrechen. Dann macht Lernen wieder Freude. Erste Erfolge stellen sich ein. Sowohl in der Schule wie auch in der Lehre oder in der berufsbegleitenden Zusatzausbildung geht es aufwärts.

ES IST WIE BEIM SPORT

Zuerst gilt es, sich einen Überblick über den Stoff zu verschaffen und danach eine gute Planung zu machen. Lerncoach Theurillat sagt: «Ein Bergsteiger steigt auch nicht auf geradem Weg aufs Matterhorn hinauf.» Eine grosse Herausforderung müsse man gut vorbereiten. Welche Route entspricht meinen Kräften? Wo brauche ich ein Biwak, und was ist Plan B bei schlechtem Wetter? Auch sei es wichtig, seine Möglichkeiten zu kennen: Wie lange kann ich mich konzentrieren? Wie viel schaffe ich auf einmal? In welchem Umfeld kann ich mich am besten konzentrieren? Theurillat beruft sich bei sei-

KONZENTRATIONSZEIT MESSEN

Theurillat, der als ausgebildeter Sozialarbeiter viele Jahre lang Kinder aus schwierigen Verhältnissen betreut hat, weiss: «Gerade für die Schwächeren ist es enorm wichtig, dass sie Erfolgserlebnisse haben. Wenn man ihnen das Gefühl gibt, dass sie es eh nicht schaffen, steigert sich nur der Frust.» Darum sei es wichtig, realistische Ziele zu setzen und die natürliche Neugier der Kinder und Jugendlichen zu fördern.

Auch die Konzentrationsspanne ist individuell. Manche können sich nur zehn Minuten richtig konzentrieren, andere schaffen eine halbe Stunde. Theurillat: «Eine Schulstunde von 45 Minuten ist für die meisten viel zu lange!» Er empfiehlt, eine Woche lang die eigene Konzentrationszeit aufzuschreiben. Sobald die Gedanken abschweifen, wird die Zeit gestoppt und aufgeschrieben.



WORKTIPP

LERNCOACHING BEI DER UNIA

Phil Theurillat ist als selbständiger Lerncoach tätig in Biel, Bern, Burgdorf, Solothurn, Olten und Zürich. Er berät Behörden, Schulen und Private. Mehr Infos auf seiner Webseite: www.lerne-lernen.ch. Ab nächstem Jahr wird er ausserdem für die Unia Workshops für Berufsschülerinnen und -schüler geben. Die ersten Kurse finden am 18. und am 25. Februar in Bern statt. Anmelden: bern@unia.ch.

GUTER TIPP: Wenn man sich beim Lernen auf

tration weg ist, Pause machen. Das Hirn fünf Minuten ruhen lassen, frische Luft schnappen, sich bewegen oder etwas Kleines essen. Aber nicht auf dem Handy spielen oder lesen!»

DIE ZEIT MANAGEN

Diese Blöcke und Pausen werden mehrmals wiederholt, in regelmässigen Abständen und möglichst jeden Tag. So lässt sich ein grosser Aufgabenberg in bewältigbare Portionen teilen. Um erfolg-



BLÖDES 2016: Früher war nicht nur mehr Lametta, sondern auch mehr frei an den Festtagen. Immerhin – nächstes Jahr ist's wieder ein bisschen besser. FOTO: FOTOLIA

Feiertage sind nicht dasselbe wie Wenn Weihnachten

Pech gehabt: 2016 liegen die Festtage so richtig doof. Heiligabend ist ein Samstag, Neujahr ein Sonntag.

SINA BÜHLER

An Weihnachten haben die meisten Angestellten frei. Am Wochenende auch. Dumm also, wenn beides zusammen trifft wie dieses Jahr. Fallen Feiertage nämlich auf das Wochenende oder auf Tage, an denen üblicherweise frei ist, können Sie das nicht einfach mit einem anderen freien Tag kompensieren. Es gibt zwar einige Firmen, die ihren Mitarbeitenden in solchen Fällen einen oder mehrere freie Tage schenken. Meist haben Sie aber einfach Pech.

Das gilt auch für Teilzeitangestellte: Wenn Sie regelmäs-

sig von Montag bis Mittwoch arbeiten, haben Sie am Stephanstag (dieses Jahr ein Montag) trotz Arbeitsfrei Anspruch auf Ihren Lohn. Arbeiten Sie hingegen von Dienstag bis Donnerstag, ändert sich am normalen Wochenablauf nichts, und Sie gehen feiertagsmässig leer aus. Teilzeitangestellte mit unregelmässigen Arbeitseinsätzen haben für Feiertage Anspruch auf eine anteilmässige Feiertagsentschädigung.

Das gilt auch, falls ein Feiertag in Ihre Ferien fällt: Es darf Ihnen kein Ferientag abgezogen werden. Überprüfen Sie das bei Ihrer Personalabteilung.

1. AUGUST. In der Schweiz gibt es nur einen einzigen Feiertag, der vom Bund festgelegt wird: der Nationalfeiertag am 1. Au-

mal runterschalten



das Wichtigste konzentriert, reicht's meistens für eine genügende Note. FOTO: KEYSTONE

reich zu lernen, müssen wir aber auch die richtigen Prioritäten setzen. Welcher Teil des Stoffes

In einer Lernpause spielt man besser nicht auf dem Handy.

ist entscheidend? Und was kann man allenfalls weglassen? Der Lerncoach empfiehlt: «Den Kern der Aufgabe erfassen, die Reihenfolge festlegen und sich dabei zu-

erst einmal auf das Wichtigste konzentrieren. Das reicht meist schon für eine genügende Note.» Wenn dann noch Zeit bleibt, können wir immer noch Details vertiefen. Aber oftmals sei es sinnvoller, das Basiswissen immer wieder zu repetieren, bis es wirklich sitzt. Sinnvolles Zeitmanagement ist dabei entscheidend. Theurillat: «Früh genug anfangen und einen individuellen, realistischen Plan ausarbeiten lohnt sich.»

DIE WICHTIGSTEN TIPPS

ERFOLG BRINGT MEHR ERFOLG

- **Lernmenge einteilen:** Früh genug anfangen. Zuerst einmal einen Plan ausarbeiten, in welchem Tempo und in welchen Portionen Sie für eine Probe oder Prüfung lernen müssen.
- **Lernzeit definieren:** Diese dann wie jede andere Verpflichtung auch in die Agenda eintragen.
- **Lerndauer:** Kleine Portionen, dafür regelmässig und immer wieder üben. Lernblöcke der eigenen Konzentrationsspanne anpassen.
- **Regelmässig kurze Pausen einlegen:** Zum Beispiel 10 Minuten lernen, 5 Minuten Pause, wieder 10 Minuten lernen usw. Während der Pausen das Hirn ruhen lassen, zum Beispiel ums Haus gehen, einen Apfel essen.
- **Freizeit und Lernzeit strikt trennen:** Wenn sich beides überlappt, entsteht Schrottzeit. Die Abspeicherung des Gelernten ist dann nur halbbratig.
- **Konzentriert lernen:** Alle Ablenkungen wie das Handy oder ein laufender Fernseher stören.
- **Geborgenheit suchen:** An einem Ort, an dem Sie sich wohl fühlen, lässt es sich leichter lernen.
- **Tipps für Eltern:** Eltern sollten ihre Kinder beim Lernen **ermuntern** («Ich traue dir zu, dass du das kannst.»), **bestätigen** (während der Aufgaben gelegentlich sagen: «Du machst das gut, weiter so!») und **loben** (nicht zu sehr die Person, sondern die Sache. Also nicht sagen: «Du bist super!», sondern besser: «Das ist ein tolles Ergebnis!»).
- **Mit gutem Gefühl aufhören:** Die Lernblöcke immer mit etwas Positivem beenden. Das Hirn speichert die letzte Sequenz vertiefter.
- **Erfolg fördern:** Wenn eine schwierige Aufgabe oder eine Prüfung gelingt, mit der Familie feiern. So wird das Selbstvertrauen gestärkt. Erfolg führt zu mehr Erfolg. (sr)

saldo tipp im work

Dieser Text stammt aus der Zeitschrift für Konsumentenschutz «Saldo».



SCHÖN ALT: Die auf Videokassetten gespeicherten Erinnerungen kann man ins digitale Zeitalter retten – dazu braucht es in erster Linie das richtige Kabel und ein Abspielgerät. FOTO: KEYSTONE

Alte Videokassetten auf den PC? So einfach geht's!

Wer Videokassetten digitalisieren möchte, braucht dafür nicht viel: einen Recorder oder eine alte Videokamera als Abspielgerät für die Kas-

setten, einen Computer sowie ein spezielles Kabel mit einem sogenannten Cinch-Stecker. Dieses verbindet das Abspielgerät mit dem PC. Dazu kommt eine Software, um die Filme auf dem Computer aufzunehmen. Die Kabel haben jeweils einen USB-Stecker für den Anschluss am Computer. Der rot-weiss-gelbe Cinch-Stecker am anderen Ende passt zum Videorecorder. Manche Recorder haben keinen Cinch-Ausgang, bloss eine «Scart-Buchse». Dann brauchen Sie zusätzlich einen speziellen Adapter, den Sie meist separat dazukaufen müssen.

Um Videokassetten zu digitalisieren, müssen Sie Ihren Recorder mit dem Computer verbinden.

NUR FÜR WINDOWS. Die Cinch-Spezialkabel mit Programm unterscheiden sich deutlich in Preis und Handhabung der Software. «Saldo» testete verbreitete Produkte. Am einfachsten funktioniert der «Terratec Grabby USB 2.0» für Fr. 38.–. Die mitgelieferte Software ist nach kurzer Einarbeitung benutzerfreundlich und einfach. Allerdings läuft das System nur auf Windows. Mac-Userinnen und -Usern steht nur das verhältnismässig teure «Elgato Video Capture» zur Verfügung. Es kostet Fr. 92.20. MARC MAIR-NOACK

Ferientage auf ein Wochenende fällt

gust. Alle übrigen gesetzlichen Feiertage werden von den Kantonen festgelegt. Eine Übersicht finden Sie unter: <http://goo.gl/BWKHJL>.

Sie können auch keinen zusätzlichen freien Tag verlangen, wenn Sie an einem Feiertag krank waren. Bei Ferien ist das anders: Wenn Sie in der Urlaubszeit krank werden, dann werden Ihnen die entsprechenden Ferientage gutgeschrieben. Dazu brauchen Sie aber ein Arztzeugnis (siehe auch «Das offene Ohr»).

BRÜCKENTAGE. Viele Arbeitnehmende verlängern ein Feiertagswochenende gerne mit Brückentagen. Beispielsweise an Auffahrt, einem Feiertag, der immer auf einen Donnerstag fällt. Wer am Freitag frei-

nimmt, hat so gleich vier Tage am Stück frei. Wenn Sie das machen möchten, sollten Sie sich mit Ihren Vorgesetzten individuell absprechen. Klar ist: Für den Freitag müssen Sie einen Ferientag hergeben, für den Auffahrtsdonnerstag nicht.

Es gibt auch Betriebe, die automatisch Feiertagsbrücken

Eine leere Drohung: Ferientage können gar nicht «ablaufen».

vorsehen und beispielsweise die Arbeitszeit aufs ganze Jahr verteilt vorholen lassen.

Wichtig zu wissen ist in diesem Fall: Sollten Sie noch vor dem entsprechenden Brückentag die Firma verlassen, haben Sie Anspruch auf eine

Entschädigung für die zu viel geleistete Arbeitszeit.

ABGELAUFEN? Ein häufiger Streitpunkt mit den Personalabteilungen sind die Ende Jahr «abgelaufenen», das heisst nicht bezogenen Ferientage. So etwas gibt es nicht. Falls Sie noch nicht alle Ferientage bezogen haben, werden diese einfach auf das nächste Jahr übertragen. Verfallen können sie erst nach fünf Jahren. Weil Sie aber mit jedem bezogenen Ferientag immer den ältesten Anspruch verbrauchen, ist es fast unmöglich, dass Ihr Ferienguthaben gestrichen wird.

Letztlich ist der Betrieb dafür verantwortlich, dass Sie Ferien machen können. Wenn Sie lange keine bezogen haben, kann Ihre Chefin Sie zu Ferien zwingen.

SCHLAUE BÜCHER IHRE RECHTE

Noch viel mehr über Ihre Rechte als Angestellte finden Sie in diesen beiden Büchern: «Was Angestellte wissen müssen», Saldo-Ratgeber, 2012, Fr. 32.–; und von Irma Traud Bräunlich Keller, «Arbeitsrecht in der Schweiz. Vom Vertrag bis zur Kündigung», Beobachter-Edition, 2013, Fr. 38.–. Wenn Sie damit Ihre Fragen nicht beantworten können, wenden Sie sich an Ihr Unia-Sekretariat.

Stiftinnen und Stifte fragen – die Unia rät Alles zum Arbeitszeugnis

Nach der Lehre zum Sanitärinstallateur hat mich mein Lehrmeister fest angestellt. Ein Jahr später habe ich zum ersten Mal die Stelle gewechselt. Jetzt will mein ehemaliger Chef mir kein Arbeitszeugnis ausstellen. Er sagt, ich hätte ja bereits nach der Lehre eins bekommen. Darf er das?

«Du hast sowohl nach dem Lehrabschluss als auch jetzt, da Du den Betrieb wechselst, das Recht auf ein Arbeitszeugnis oder eine Arbeitsbestätigung. Zwingend enthalten sein müssen Deine Personalien, Angaben zum Betrieb, die Dauer der Anstellung und eine vollständige Beschreibung der Aufgaben und Pflichten. Wichtig ist auch, dass das Arbeitszeugnis persönlich ge-



Lena Frank, Jugendsekretärin.

schrieben ist: Deine Chefin, Dein Chef muss Deine Fähigkeiten, Arbeitsleistungen, das Verhalten im Team und gegenüber Vorgesetzten beurteilen. Nicht drinstehen dürfen versteckte Botschaften oder Angaben zu Gesundheit, Absenzen und Privatleben. Das Dokument soll wohlwollend und natürlich wahrheitsgetreu sein. Wenn Du mit dem Zeugnis nicht einverstanden bist, kannst Du eine Korrektur verlangen. Ein Arbeitszeugnis kannst Du bis zu fünf Jahre nach Beendigung des Arbeitsverhältnisses einfordern. Beispiele für korrekte Arbeitszeugnisse findest Du unter www.arbeitszeugnis.ch. Im Zweifelsfall kannst Du Dich auch an die Unia in Deiner Region wenden. Beraten wirst Du auch bei www.sfa-isp.ch, www.infoset.ch und www.kopffoch.ch»

Hast auch Du eine Frage an die Unia-Jugendsekretärin? Schreib an lehre@unia.ch