



## Für den Schutz des arbeitsfreien Sonntags

Seit 1700 Jahren\* ist der Sonntag in unserer Gesellschaft als gesetzlich geschützter arbeitsfreier Tag verankert. Der «freie Sonntag» ist ein Eckpfeiler des familiären, sozialen, sportlichen, spirituellen und kulturellen Lebens. Die Erwerbsarbeit soll deshalb an diesem Tag auf berufliche Tätigkeiten beschränkt bleiben, die für die Gesellschaft unerlässlich sind. Im Namen oft widersprüchlicher und partikulärer wirtschaftlicher Interessen wird er allerdings immer wieder in Frage gestellt.

Der arbeitsfreie Sonntag bedeutet:

- **eine wöchentliche Auszeit**, von den stetig wachsenden Anforderungen des Arbeitslebens. Der Sonntag ist der Tag in der Woche, an dem niemand produktiv oder rentabel sein muss.
- **ein freies Zeitfenster**, das nach Belieben gestaltet werden kann, ohne immer und überall verfügbar und erreichbar sein zu müssen. Der Sonntag ist gesellschaftlich verankert und entschärft die Herausforderungen der permanenten Erreichbarkeit und Flexibilität im Beruf.
- **ein Mehrwert für die Gesundheit**, um sich zu erholen und Kraft für die kommende Woche zu tanken. Zahlreiche Studien belegen die Bedeutung eines regelmässigen Lebensrhythmus mit abwechselnden Arbeits- und Ruhezeiten für die körperliche und für die geistige Gesundheit.
- **Zeit für Familie und Freundschaften**, in der tragende soziale Bindungen und Begegnungen entstehen und gepflegt werden können. Ein starkes Netz aus persönlichen Beziehungen ist gerade in unsicheren Zeiten eine zentrale Ressource.
- **ein gesamtgesellschaftlicher Freiraum** für gemeinsame Aktivitäten wie Wanderungen und Ausflüge, Sport- und Kulturveranstaltungen, religiöse Feiern oder geselliges Zusammenkommen. Besonders für alleinlebende Menschen können solche Orte und Möglichkeiten der Begegnung von existentieller Bedeutung sein.

Wir brauchen als Gesellschaft eine gemeinsame Auszeit, einen gemeinsamen Rhythmus, eine Oase der Ruhe und Gemeinschaftlichkeit und deshalb einen Sonntag, der nicht zum Werktag wird.

SonntagsAllianz, August 2023

### Sonntagsallianz

Die 2012 gegründete Sonntagsallianz ist ein Zusammenschluss von Frauenverbänden, Gewerkschaften, politischen Parteien, Kirchen/kirchlichen Verbänden und der Schweizerischen Gesellschaft für Arbeitsmedizin. Ihr Ziel ist es, den gesetzlich verankerten arbeitsfreien Sonntag zu verteidigen. Die Ausnahmen bleiben Ausnahmen.

<https://www.sonntagsallianz.ch/>

\* *Edikt des römischen Kaisers Konstantin im Jahr 321 n. Chr.*