

Brückentage: Kein Feiertag fällt auf ein Wochenende

Neun gesetzliche Brückentage – Mit guter Planung lassen sich **Urlaube verlängern**

VON ANNA GRÖHL

Peine. Wer hätte nicht gern mehr als 50 Tage Urlaub im Jahr? Mit einer guten Planung wird dieser Wunsch Wirklichkeit. In diesem Jahr gibt es in Deutschland insgesamt neun gesetzliche Feiertage, die in allen 16 Bundesländern gelten:

- **Neujahr** (Mittwoch, 1. Januar)
- **Karfreitag** (Freitag, 18. April)
- **Ostermontag** (Montag, 21. April)
- **Tag der Arbeit** (Donnerstag, 1. Mai)
- **Christi Himmelfahrt** (Donnerstag, 29. Mai)
- **Pfingstmontag** (Montag, 9. Juni)
- **Tag der Deutschen Einheit** (Freitag, 3. Oktober)
- **1. Weihnachtstag** (Donnerstag, 25. Dezember)
- **2. Weihnachtstag** (Freitag, 26. Dezember)

In diesem Jahr liegt Ostern zwischen dem 18. April (Kar-



Die Urlaubstage sind begrenzt. Wer gut plant, kann mit nur wenigen Urlaubstagen dennoch viele freie Tage am Stück rausholen.

FOTO: CHRISTIAN OHDE

freitag) und dem 21. April (Ostermontag). Durch diesen späten Ostertermin kann man mit geschickter Planung auch einen längeren Urlaub herausholen. Wer vom 14. bis 17. April Urlaub nimmt, bekommt dank der Feiertage mit vier Urlaubstagen zehn freie Tage heraus.

Ebenfalls zehn freie Tage mit vier Urlaubstagen gibt es, wenn man diese vom 22. bis zum 25. April nimmt. Wer zusätzlich in der Folgewoche die drei Tage vom 28. bis 30. April sowie den

2. Mai freinimmt, kommt mit acht Urlaubstagen sogar auf 17 freie Tage.

Da der 1. Mai, der Tag der Arbeit, auf einen Donnerstag fällt, bietet es sich an, den 2. Mai als Brückentag freizunehmen. So kommen Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer auf insgesamt vier freie Tage.

Christi Himmelfahrt fällt wie immer auf einen Donnerstag - in diesem Jahr ist der Feiertag am 29. Mai. Mit einem Urlaubstag am 30. Mai gibt es immerhin

vier freie Tage.

Nach Himmelfahrt kommt Pfingsten - am Sonntag, dem 8. Juni und Montag, dem 9. Juni. Neun freie Tage gibt es, wenn man sich vom 10. bis 13. vier Urlaubstage nimmt. Wer stattdessen den Brückentag nach Himmelfahrt sowie die Woche vor Pfingsten freinimmt, erhält mit sechs Urlaubstagen zwölf freie Tage.

Tag der Deutschen Einheit und Reformationstag

Sowohl der Tag der Deutschen Einheit am 3. Oktober als auch der Reformationstag am 31. Oktober - der in Niedersachsen ein Feiertag ist - fallen 2025 auf einen Freitag - somit ergeben sich immerhin drei freie Tage am Stück.

Weihnachten und Neujahr

Entgegen der weit verbreiteten Ansicht sind laut Bundesurlaubsgesetz (BUrlG) weder Heiligabend noch Silvester Feiertage, in vielen Betrieben

müssen Arbeitnehmer einen halben oder einen ganzen Tag Urlaub einreichen. Beide Tage sind in diesem Jahr ein Mittwoch.

Die Weihnachtsfeiertage (25. und 26. Dezember) fallen in diesem Jahr auf Donnerstag und Freitag und bescheren damit ein langes Wochenende. Auch der Neujahrstag am 1. Januar ist ein Donnerstag: Mit nur einem Urlaubstag lässt sich ein weiteres langes Wochenende daraus machen.

Wer zwei Urlaubstage am 29. und 30. Dezember sowie jeweils einen halben Tag am 24. und 31. Dezember nimmt, hat neun Tage frei. Wer zusätzlich noch am 2. Januar Urlaub nimmt, hat sogar zwölf Tage frei.

Einen richtig langen Urlaub kann planen, wer zusätzlich noch den 22. und 23. Dezember Urlaub nimmt: 16 freie Tage.

Je nach betrieblicher Regelung sind dafür vier, fünf oder sechs Urlaubstage einzureichen.

Medizin

ANZEIGE

Thema Nervenschmerzen

Ischias: Wenn der Schmerz auf die Nerven geht

Arzneitropfen behandeln Nervenschmerzen gezielt

Langes Sitzen, schweres Heben, falsches Bücken – und schon ist er da! Ein stechender Schmerz im unteren Rücken, der über den Po bis zum Fuß ausstrahlen kann. Die einen klagen zudem über Taubheits- oder Kribbelgefühle. Andere wiederum fühlen sich sogar wie vom „Strom durchflossen“. Hinter den Schmerzen rund ums Gesäß steckt meist der Ischias-Nerv. Wird Druck auf den Nerv ausgeübt, z. B. durch falsche Bewegungen, kann dieser gequetscht oder gereizt werden. Auch eine verrutschte Bandscheibe, die auf den Nerv drückt, kann die Ursache sein.

Nervenschmerzen im Ischias gezielt behandeln

Aus medizinischer Sicht ist es wichtig, für eine erfolgreiche Behandlung direkt an den Nervenschmerzen anzusetzen. Deshalb haben Experten die Schmerzmittel Restaxil speziell zur Behandlung von Nervenschmerzen entwickelt. So wird etwa der Arzneistoff **Iris versicolor** in Restaxil laut



Der Ischiasnerv kann bis zu 40.000 Nervenfasern enthalten, die Informationen zwischen dem Gehirn und den Beinen transportieren.

Arzneimittelbild vor allem bei Ischialgien mit ziehenden, reißenden und brennenden Schmerzen im Hüftnerb bis zum Fuß

eingesetzt. Nicht weniger eindrucksvoll wirkt **Cimicifuga racemosa**: Der Arzneistoff kommt erfolgreich bei ausstrahlenden Schmerzen im Rücken sowie bei Neuralgie im Becken zum Einsatz.

5-fach-Wirkkomplex, gut verträglich

Für Restaxil haben Wissenschaftler Iris versicolor und Cimicifuga racemosa in spezieller Dosierung mit drei weiteren bewährten Arzneistoffen zu einem besonderen 5-fach-Wirkkomplex kombiniert!

Das Beste: Die Schmerzmittel sind nicht nur wirksam, sondern zugleich gut verträglich und somit auch für die Einnahme bei chronischen Schmerzen geeignet.

Für Ihre Apotheke:

Restaxil
(PZN 12895108)

www.restaxil.de

Nervenschmerzen?
Natürlich
Restaxil!



Restaxil!

Abbildung Betroffenen nachempfunden

RESTAXIL. Wirkstoffe: Gelsemium sempervirens Dil. D2, Spigelia anthelmia Dil. D2, Iris versicolor Dil. D2, Cyclamen purpurascens Dil. D3, Cimicifuga racemosa Dil. D2. Homöopathisches Arzneimittel bei Neuralgien (Nervenschmerzen). www.restaxil.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • Restaxil GmbH, 82166 Gräfelfing