

gefragt ...

## Lohnerhöhung

Das Schweizer Arbeitsrecht kennt im Grundsatz keinen Anspruch auf Lohnerhöhungen oder einen automatischen Teuerungsausgleich. Der von den Parteien vereinbarte Lohn ist, in gewissen Schranken, frei wählbar und muss auch nicht angepasst werden. Somit hängt es in erster Linie vom Verhandlungsgeschick des Arbeitnehmers ab, ob er zu einer Lohnerhöhung kommt.

Arbeitnehmer, die einem Gesamtarbeitsvertrag (GAV) unterstellt sind – in der Schweiz sind dies gut 1,7 Millionen Personen –, können von branchenverbindlichen Mindestlöhnen, Lohnbändern oder auch von Lohnerhöhungsrunden der Tarifpartner profitieren, wobei es von den Bestimmungen des jeweiligen GAV abhängt, ob die Arbeitnehmer einen Rechtsanspruch auf eine Lohnerhöhung oder einen Teuerungsausgleich haben. Weitere Ansprüche auf Mindestlöhne sind in speziellen Gesetzen oder den sogenannten Normalarbeitsverträgen geregelt.

Zu prüfen wäre allenfalls, ob eine Arbeitnehmerin im Lohnniveau gegenüber ihren männlichen Kollegen diskriminiert wird (oder umgekehrt). Hier würde das Gleichstellungsgesetz einen Anspruch auf Angleichung des Lohnes bieten.

Suchen Sie also früh das Gespräch mit Ihrem Vorgesetzten und zeigen Sie ihm auf, wieso aus Ihrer Sicht eine Lohnerhöhung fällig ist. Bringt das nichts, kann es sinnvoll sein, sich über einen allfälligen GAV oder über die an-

**Ich arbeite seit über zehn Jahren bei meinem Arbeitgeber. In den vergangenen fünf Jahren habe ich nie eine Lohnerhöhung erhalten. Gibt es einen Rechtsanspruch auf regelmässige Lohnerhöhungen oder mindestens einen Teuerungsausgleich?**

Christine D.



*Rhyner & Schmidt Rechtsanwälte, Richard Schmidt, lic. iur., Rechtsanwalt, Bahnhof, Postfach 652, 8750 Glarus, Tel: 055 645 37 37, Fax 055 645 37 38, richard.schmidt@law-switzerland.ch, www.law-switzerland.ch*

zuwendenden Vorschriften des Arbeitsrechts zu informieren.

**Rat und Hilfe in den Bereichen Garten, Tiere, Ernährung, Recht, Finanzen, Leben und Gesundheit: Senden Sie uns Ihre Fragen – auch anonym: Ratgeber, «glarner woche», Zwinglistrasse 6, 8750 Glarus; redaktion@glarnerwoche.ch**

praktisch ...

## Joggen – aber bitte richtig

bfu. Laufen ist eine ideale Möglichkeit, Körper und Geist fit zu halten. Das akute Unfallrisiko ist relativ klein. Trotzdem verletzen sich jährlich in der Schweiz beinahe 8000 Menschen beim Laufen, über die Hälfte in der Altersklasse der 26- bis 45-Jährigen. Zudem werden viele Beschwerden durch Überlastungsreaktionen des Körpers hervorgerufen.

Das Risiko der Überlastungsschäden darf beim Laufen nicht unterschätzt werden. Daher ist auch für Hobbyläufer wichtig, sich Kenntnisse über die Trainingslehre sowie eine gute Ausrüstung zuzulegen.

### Tipps:

- Steigern Sie progressiv die Belastungsintensität und -dauer (zuerst Steigerung des Trainingsumfangs und danach Steigerung der Trainingsintensität).
- Passen Sie Ihr Tempo Ihrer Leistungsfähigkeit an. Sie sollten sich mit Ihrer Laufpartnerin oder Ihrem Laufpartner unterhalten können.

- Lassen Sie sich beim Kauf der Schuhe und wetterfester Kleidung von einer Fachperson beraten.
- Tragen Sie bei Dämmerung und Dunkelheit Kleidung mit integrierten Reflektoren oder Leuchtbänder und eventuell eine Stirnlampe.
- Bringen Sie Ihre Muskulatur durch langsames Laufen zu Beginn der Trainingseinheit auf Betriebstemperatur, machen Sie stabilisierende Gelenkgymnastik und dehnen Sie erst nach dem Laufen bzw. nach der Trainingseinheit Ihre Muskulatur.

