

Mittagsruhe und Nachtruhe: Gibt es das noch und was muss man beachten?

Kommentare4



Von

[Lena Ruppert](#)

Aktualisiert am 21. November 2019, 10:24 Uhr

Das Thema Mittags- und Nachtruhe kann ziemlich sensibel sein. Darf mein Nachbar seine Einweihungsparty feiern? Ist es in Ordnung, wenn ich am frühen Nachmittag Klavier spiele? Und was ist mit der Waschmaschine, die am Sonntag läuft?

[Mehr Ratgeberthemen finden Sie hier](#)

Die Mittagsruhe ist in Deutschland nicht bundesweit einheitlich geregelt, sondern wird von den Bundesländern und den Gemeinden festgesetzt. Wer wissen möchte, welche Ruhezeiten bei ihm gelten, der kann das bei seinem zuständigen Ordnungsamt oder bei der Gemeinde in Erfahrung bringen.

Zusätzlich kann eine **Mittagsruhe** beispielsweise in der Hausordnung und in Mietverträgen durch den Vermieter festgesetzt sein. Mit der Vertragsunterschrift stimmt man dieser Regelung zu. Diese können von denen der Länder- oder Städteverordnung abweichen und sind dann bindend.

Was ist während der Mittagsruhe erlaubt und was verboten?

Häufig gilt die Mittagsruhe werktags von 12 bis 15 Uhr. Grundsätzlich sind alle Geräusche bis Zimmerlautstärke erlaubt. Laute und vermeidbare Tätigkeiten müssen dagegen eingestellt werden.

Während das Hören von **Musik** sowie das eigenen **Musizieren in Zimmerlautstärke** auch während der Mittagsruhe erlaubt sind, können laute Musik oder beispielsweise die Nutzung eines Rasenmähers oder einer elektrischen Heckenschere tabu sein. Auch handwerkliche Tätigkeiten, wie beispielsweise Hämmern oder Bohren können die Mittagsruhe verletzen.

Auf Körperhygiene muss dagegen auch in der Mittagsruhe nicht verzichtet werden: duschen, baden und das Betätigen der **Wasserspülung** sind erlaubt.

Das gilt für Tätigkeiten im Freien

Tätigkeiten im Freien sind separat über das Bundesimmissionsschutzgesetz (BImSchG) geregelt. Dort ist in der Verordnung zur Durchführung des Bundes-Immissionsschutzgesetzes festgelegt, dass werktags von 13 Uhr bis 15 Uhr sowie vor 9 Uhr und nach 17 Uhr der Betrieb

bestimmter Geräte wie zum Beispiel **Laubbläser** und von bestimmten **Rasenmähern** in Wohngebieten verboten ist.

Von wann bis wann gilt die Nachtruhe und wie ist sie gesetzlich geregelt?

Die **Nachtruhe** soll der Erholung und der Regeneration dienen und ist, anders als die Mittagsruhe, gesetzlich auf mehreren Ebenen festgelegt.

Das "Sechste Verwaltungsvorschrift zum Bundes-Immissionsschutzgesetz" legt die Zeit zwischen 22 Uhr und 6 Uhr als Zeitraum fest. Dabei gilt der Samstag ebenfalls als Werktag, für den Sonntag ist dagegen die Sonn- bzw. Feiertagsruhe maßgeblich, die ganztägig gilt.

Eine Abweichung gibt es in Bayern: Hier gilt gemäß Bayerischer Biergartenverordnung eine Nachtruhezeit von 23 Uhr bis 7 Uhr.

Was ist während der Nachtruhe erlaubt und was verboten?

Mitten in der Nacht die Musik oder den **Fernseher** laut zu drehen oder geräuschvolle Haushaltstätigkeiten wie das Staubsaugen zu verrichten, ist keine gute Idee.

Auch bei einer **Party** nach 22 Uhr handelt es sich um nächtliche Ruhestörung. Im Extremfall kann die Polizei sogar die Musikanlage beschlagnahmen und den Gastgeber mit einem Bußgeld belegen. Wer zu oft feiert, muss zudem mit der Kündigung seines Mietverhältnisses rechnen.

Allerdings gilt die Nachtruhe nicht uneingeschränkt. So müssen Mieter, die sich in ihrem Schlaf gestört fühlen das Lachen, Weinen oder Schreien von **Kleinkindern** in der Nachbarswohnung auch mitten in der Nacht hinnehmen.

Mieter haben zudem auch nach 22 Uhr das Recht, die Rollläden herunter zu lassen, dürfen die **Toilette** benutzen und duschen oder baden. Dies gilt auch dann, wenn im Mietvertrag oder in der Hausordnung etwas Anderes festgelegt wurde.

Übertreiben sollte man es allerdings trotzdem nicht mit der Körperhygiene. Das Oberlandesgericht Düsseldorf hat eine Dusch- oder Badedauer von 30 Minuten pro Haushaltsmitglied für ausreichend erklärt.

Ab wann liegt eine nächtliche Ruhestörung vor?

Ab wann eine Ruhestörung vorliegt, wird in Dezibel gemessen. Wobei die Werte in Wohngebieten niedriger angesetzt sind, als in Industriegebieten. Wer die Werte überschreitet, dem droht ein Bußgeld.

An Feiertagen, an denen es traditionell etwas lauter wird, wie zum Beispiel an **Silvester**, können die nächtlichen Ruhezeiten eingeschränkt wirksam sein. Vielerorts ist es erlaubt, von 00:00 Uhr am 31. Dezember bis 24:00 Uhr am 1. Januar Feuerwerk zu zünden.

Was kann ich tun, wenn ich mich in meiner Ruhe gestört fühle?

Mieter können bei anhaltendem Lärm eine Mietminderung geltend machen, etwa bei Baustellenlärm, der zum Zeitpunkt des Einzugs noch nicht absehbar war. Bei einer nächtlichen **Party** können sie zudem die Polizei rufen.

Vermieter können laute Mieter abmahnen oder ihnen wegen fortgesetzter Störung des Hausfriedens kündigen.

Verwendete Quellen:

- [Deutscher Mieterbund](#)
- [Boßgeldkatalog 2019: Lärmbelästigung](#)
- [Mietrecht: Nachtruhe](#)
- Süddeutsche Zeitung: [Gestörte Nachtruhe](#)
- [Rechtsgrundlagen zum Thema Lärmschutz](#)
- [BMU: Lärmschutz](#)