

Functionele Mogelijkheden Lijst (FML)

Rubrieken	Beoordelingspunten	Definitie
I. Persoonlijk functioneren		
I.1 Vasthouden van de aandacht in het dagelijks functioneren	<p>I.1.0 norm, kan de aandacht gedurende minstens een half uur richten op één informatiebron</p> <p>I.1.1 beperkt, kan de aandacht niet langer dan een half uur richten op één informatiebron</p> <p>I.1.2 sterk beperkt, kan de aandacht niet langer dan 5 minuten richten op één informatiebron</p>	<p>Het zich gedurende enige tijd kunnen richten op informatie uit één informatiebron en zich afsluiten voor afleiding door informatie uit andere bronnen.</p>

**I.2 Verdelen van de
aandacht in het dagelijks
functioneren**

I.2.0 norm, kan de
aandacht alternerend
richten op meerdere
uiteenlopende
informatiebronnen (met
een vervoermiddel
deelnemen aan het
verkeer)

I.2.1 beperkt, kan de
aandacht alternerend
richten op een beperkt
aantal uiteenlopende
informatiebronnen (het
zelfstandig reizen per
openbaar vervoer inclusief
overstappen)

I.2.2 sterk beperkt, kanniet
of nauwelijks deaandacht
alternerendrichten op
uiteenlopende
informatiebronnen (kanniet
zelfstandig reizen per
openbaar vervoer)

Het vermogen om de
aandacht alternerend van
de ene naar de andere
informatiebron teverleggen
zonder daarbijhet
overzicht te verliezen.

I.3 Herinneren in het dagelijks functioneren

I.3.0 norm, kan zich doorgaans tijdig, zonder ongebruikelijke hulpmiddelen, relevante zaken herinneren

I.3.1 beperkt, moet regelmatig dingen apart opschrijven als geheugensteun om de continuïteit van het handelen te waarborgen
I.3.2 sterk beperkt, weet zich onontbeerlijke alledaagse gegevens (tijd, plaats, persoon, onderwerp) niet te herinneren en kan dit niet compenseren met hulpmiddelen

Het op elk gewenst moment kunnen reproduceren van informatie, die onmisbaar is voor het dagelijks functioneren.

I.4 Inzicht in eigen kunnen in het dagelijks functioneren

I.4.0 norm, schat doorgaans de eigen mogelijkheden en beperkingen redelijk in
I.4.1 beperkt, overschat doorgaans ernstig de eigen mogelijkheden
I.4.2 beperkt, overschat doorgaans ernstig de eigen beperkingen

Het zich bewust zijn van de reële eigen mogelijkheden tot functioneren.

**I.5 Doelmatig handelen
(taakuitvoering) in het
dagelijks functioneren**

I.5.0 norm, geenspecifieke beperkingen in het doelmatig handelen in de routine van het dagelijks functioneren

I.5.1 beperkt, start niet tijdig activiteiten om het gestelde doel te bereiken

I.5.2 beperkt, voert de benodigde activiteiten niet in een logische volgorde uit

I.5.3 beperkt, controleert het verloop van de activiteiten niet

I.5.4 beperkt, beëindigt de activiteiten niet als het gestelde doel bereikt is, of niet bereikt kan worden

I.5.5 anderszins beperkt in doelmatig handelen, namelijk..

Het gecoördineerd uitvoeren van afzonderlijke activiteiten afgestemd op het realiseren van een bekend doel.

I.6 Zelfstandig handelen in het dagelijks functioneren

I.6.0 norm, geenspecifieke beperkingen in het zelfstandig handelen in het dagelijks functioneren

I.6.1 beperkt, neemt doorgaans niet uit zichzelf het initiatief tot handelen

I.6.2 beperkt, stelt zichzelf doorgaans geen doelen

I.6.3 beperkt, ontwerpt doorgaans zelf geen handelingsvarianten

I.6.4 beperkt, besluit doorgaans zelf niet welke aanpak de meest geëigende is

I.6.5 beperkt, onderkent doorgaans zelf niet wanneer de gevolgde aanpak tekortschiet

I.6.6 beperkt, kiest in dat geval doorgaans niet zelf voor een alternatieve aanpak of een ander doel

I.6.7 beperkt, gaat uit zichzelf doorgaans niet door totdat het doel bereikt is

I.6.8 beperkt, doet doorgaans niet zelf tijdig een beroep op hulp van anderen, wanneer de situatie dat gebiedt

I.6.9 anderszins beperkt in zelfstandig handelen, namelijk..

Het zonder hulp en steun van anderen in staat zijn activiteiten te starten, uit te voeren en te beëindigen.

I.7 Handelingstempo in het dagelijks functioneren	<p>I.7.0 norm, er zijn geen specifieke beperkingen in het handelingstempo in het dagelijks functioneren</p> <p>I.7.1 beperkt, het handelingstempo is aanmerkelijk vertraagd</p>	<p>De snelheid van het handelen in relatie tot de in het dagelijks leven gestelde eisen.</p>
I.8.0 Geen specifieke voorwaarden voor het persoonlijk functioneren in arbeid	<p>I.8.0 nee, er gelden geen specifieke voorwaarden voor het persoonlijk functioneren in arbeid</p>	<p>Score om aan te geven dat er voor de verzekeringsarts geen aanleiding bestaat specifieke voorwaarden aan de arbeid te stellen, die betrekking hebben op het persoonlijk functioneren.</p>
I.8.1 Geen afleiding door activiteiten van anderen	<p>I.8.1 ja, de klant is aangewezen op werk waarbij hij niet of nauwelijks wordt afgeleid door activiteiten van anderen, namelijk..</p>	<p>In CBBS is 'afleiding door activiteiten van anderen' de situatie waarin sprake is van activiteiten van anderen rond de werkplek die uitvoering van de eigen taak kunnen verstoren.</p>
I.8.2 Voorspelbare werksituatie	<p>I.8.2 ja, de klant is aangewezen op een voorspelbare werksituatie, kan niet of nauwelijks flexibel inspelen op sterk wisselende uitvoeringsomstandigheden en/of taakinhoud, namelijk..</p>	<p>Een werksituatie waarin de functionaris niet flexibel hoeft in te spelen op sterk wisselende uitvoeringsomstandigheden en/of taakinhoud.</p>

I.8.3 Werksituatie zonder veelvuldige storingen en onderbrekingen

I.8.3 ja, de klant is aangewezen op een werksituatie zonder veelvuldige storingen en onderbrekingen, namelijk..

In CBBS is 'een werksituatie met veelvuldige storingen en onderbrekingen' een werksituatie met veelvuldige onderbrekingen door externe factoren, waardoor men gedwongen wordt een taak te onderbreken of te beëindigen en zich te richten op een andere deeltaak van de functie.

I.8.4 Werk zonder veelvuldige deadlines of productiepieken

I.8.4 ja, de klant is aangewezen op werk zonder veelvuldige deadlines of productiepieken, namelijk..

In CBBS is 'werk met veelvuldige deadlines of productiepieken' werk waarin minstens eenmaal per week gedurende het merendeel van het jaar of meerdere keren per week gedurende een kortere periode van het jaar sprake is van strikte oplevertijdstippen of verhoogde productie-eisen die een beduidend hogere inzet vragen dan normaal.

I.8.5 Werk waarin geen hoog handelingstempo vereist is

I.8.5 ja, de klant is aangewezen op arbeid waarin geen hoog handelingstempo vereist is, namelijk..

In CBBS is 'werk waarin een hoog handelingstempo vereist is', werk waarbij er sprake is van handelingen die continu in een tempo worden uitgevoerd dat beduidend hoger ligt dan het gebruikelijke handelingstempo in gangbare arbeid.

I.8.6 Werk zonder verhoogd persoonlijk risico

I.8.6 ja, de klant is aangewezen op werk zonder verhoogd persoonlijk risico, namelijk..

In CBBS is een 'verhoogd persoonlijk risico' een verhoogde kans op lichamelijk letsel bij de uitoefening van een functie.

I.8.7 Overige specifieke voorwaarden voor het persoonlijk functioneren

I.8.7 ja, er gelden overige specifieke voorwaarden voor het persoonlijk functioneren, namelijk..

De voorwaarden voor het persoonlijk functioneren waaraan de arbeid moet voldoen, die niet aan de orde zijn gekomen in de onderdelen van beoordelingspunten I.8.1 t/m I.8.6.

I.9 Mate van zelfstandigheid

I.9.0 norm, geen beperkingen
I.9.1 Beperkt, is aangewezen op vaste bekende werkwijzen I.9.2 Sterk beperkt, aangewezen op volledig voorgestructureerd werk

De mate waarin de klant in staat is om persoonlijke invulling te geven aan de functie. Bij 'vaste bekende werkwijzen' gaat het om werk waarbij de taken per opdracht grotendeels vastliggen. Bij 'volledig voorgestructureerd werk' gaat het om werk waarbij de werkwijze per opdracht geheel vastligt.

II. Sociaal functioneren

II.1 Zien

II.1.0 norm, geen specifieke beperking in het dagelijks functioneren
II.1.1 beperkt, namelijk..

Waarnemen met de ogen.

II.2 Horen

II.2.0 norm, geen specifieke beperking in het dagelijks functioneren
II.2.1 beperkt, namelijk...

Waarnemen met de oren.

II.3 Spreken	II.3.0 norm, geen specifieke beperking in het dagelijks functioneren II.3.1 beperkt, namelijk..	Het mondeling overdragen van informatie.
II.4 Schrijven	II.4.0 norm, geen specifieke beperking in het dagelijks functioneren II.4.1 beperkt, namelijk...	Het schriftelijk vastleggen van informatie.
II.5 Lezen	II.5.0 norm, geen specifieke beperking in het dagelijks functioneren II.5.1 beperkt, namelijk..	Het tot zich nemen en begrijpen van schriftelijke informatie.

II.6 Emotionele problemen van anderen hanteren

II.6.0 norm, kan zich doorgaans inleven in problemen van anderen, maar kan daarvan ook afstand nemen in gedrag en beleving II.6.1 beperkt, trekt zich doorgaans problemen van anderen erg aan, kan desondanks wel voldoende afstand nemen in gedrag, echter niet in beleving

II.6.2 beperkt, trekt zich doorgaans problemen van anderen onvoldoende aan, kan zich desondanks wel enigszins inleven in anderen en hen bijstaan/ondersteunen

II.6.3 sterk beperkt, trekt zich doorgaans problemen van anderen erg aan en kan daarvan noch in gedrag noch in beleving afstand nemen

II.6.4 sterk beperkt, trekt zich doorgaans problemen van anderen onvoldoende aan, kan zich niet inleven in anderen en hen ook niet bijstaan/ondersteunen

Het evenwichtig omgaan met emotionele problemen van anderen.

II.7 Eigen gevoelens uiten	<p>II.7.0 norm, kandoorgaans persoonlijkegevoelens op een vooranderen duidelijke enacceptabele manier inwoord en gedrag tot uitingbrengen</p> <p>II.7.1 beperkt, isdoorgaans niet in staatgevoelens te uiten(blokkeert zichzelf)</p> <p>II.7.2 beperkt, brengt anderen in verwarring door onduidelijke, onvoorspelbare of onconventionele wijze van gevoelsuitingen</p> <p>II.7.3 beperkt, uit gevoelens op ongecontroleerde (ongeremde) wijze</p>	<p>De manier waarop de klant de inhoud van zijn gevoelens naar buiten toe vormgeeft.</p>
II.8 Omgaan met conflicten	<p>II.8.0 norm, geen specifieke beperkingen</p> <p>II.8.1 beperkt, kan een conflict met agressieve of onredelijke mensen uitsluitend in telefonisch of schriftelijk contact hanteren</p> <p>II.8.2 sterk beperkt, kan doorgaans geen conflict hanteren</p>	<p>Het omgaan met een conflict met anderen of tussen anderen.</p>

II.9 Samenwerken	<p>II.9.0 norm, kan in onderlinge afstemming met anderen een taak gezamenlijke uitvoeren (werken in teamverband)</p> <p>II.9.1 beperkt, kan met anderen samenwerken, maar met een eigen, van tevoren afgebakende deeltaak</p> <p>II.9.2 sterk beperkt, kan doorgaans niet met anderen samenwerken</p>	<p>Het met meerdere personen gezamenlijk een taak uitvoeren.</p>
II. 10 Vervoer	<p>II.10.0 norm, geen specifieke beperkingen. Kan zelfstandig reizen; autorijden of fietsen (verkeersdeelname) of zelfstandig gebruik maken van het openbaar vervoer</p> <p>II.10.1 beperkt, kan niet zelfstandig reizen, namelijk..</p>	<p>Het zich verplaatsen over grotere afstanden.</p>
II.11 Beroepsmatig vervoer	<p>II.11.0 norm, geen beperkingen</p> <p>II.11.1 beperkt, kan niet of beperkt beroepsmatig een voertuig besturen, namelijk..</p>	<p>Het zich verplaatsen middels een voertuig tijdens werktijd.</p>
II.12.0 Geen specifieke voorwaarden voor het sociaal functioneren in arbeid	<p>II.12.0 nee, er gelden geen specifieke voorwaarden voor sociaal functioneren in arbeid</p>	<p>Score om aan te geven dat er voor de verzekeringsarts geen aanleiding bestaat om aan de arbeid specifieke voorwaarden te stellen die betrekking hebben op het sociaal functioneren.</p>

II.12.1 Werk waarin doorgaans weinig of geen rechtstreeks contact met klanten vereist is

II.12.1 ja, de klant is aangewezen op werk waarin doorgaans weinig of geen rechtstreekscontact met klanten vereist is (sommige beroepen inde dienstverlening),namelijk..

In CBBS is 'rechtstreeks contact met klanten' het omgaan met externe klanten als kenmerkende taak in de functie.

II.12.2 Werk waarin doorgaans weinig of geen direct contact met patiënten of hulpbehoevenden vereist is

II.12.2 ja, de klant is aangewezen op werk waarin doorgaans weinig of geen direct contact met patiënten of hulpbehoevenden vereist is (zoals in sommige beroepen in de zorg- en hulpverlening), namelijk..

In CBBS is 'contact met patiënten of hulpbehoevenden' het behandelen of begeleiden van mensen met een hulpvraag als kenmerkende taak in een functie.

II.12.3 Werk waarin zo nodig kan worden teruggevallen op directe collega's of leidinggevenden

II.12.3 ja, de klant is aangewezen op werk waarin zo nodig kan worden teruggevallen op directe collega's of leidinggevenden (géén solitaire functie)

Werk waarbij de functionaris te allen tijde een onmiddellijk beroep kan doen op hulp van collega's en/of leidinggevenden.

II.12.4 Werk waarin doorgaans geen direct contact met collega's vereist is

II.12.4 ja, de klant is aangewezen op werk waarin doorgaans geen direct contact met collega's vereist is

In CBBS is 'direct contact met collega's' de aanwezigheid van en de sociale omgang met collega's in een werksituatie.

II.12.5 Werk dat geen leidinggevende aspecten bevat

II.12.5 ja, de klant is aangewezen op werk dat geen leidinggevende aspecten bevat, namelijk..

In CBBS is 'leidinggeven' het aansturen van één of meerdere personen als kenmerkende taak in een functie.

II.12.6 Overige specifieke voorwaarden voor het sociaal functioneren in arbeid

II.12.6 ja, er gelden overige specifieke voorwaarden voor het sociaal functioneren, namelijk..

De voorwaarden voor het sociaal functioneren waaraan de arbeid moet voldoen, die niet aan de orde zijn gekomen in de onderdelen van beoordelingspunten II.12.1 t/m II.12.5.

III. Aanpassing aan fysieke omgevingseisen

III.1 Temperatuur	III.1.0 norm, geen specifieke beperkingen in het dagelijks leven III.1.1 Hitte is beperkt III.1.2 Koude is beperkt	Het kunnen omgaan met hoge en lage temperaturen.
III.2 Tocht	III.2.0 norm, geen specifieke beperkingen III.2.1 beperkt, namelijk..	Het blootgesteld zijn aan sterke luchtverplaatsing.
III.3 Huidcontact	III.3.0 norm, geen specifieke beperkingen III.3.1 beperkt, namelijk..	Het in aanraking komen van de huid met vaste en/of vloeibare stoffen.
III.4 Beschermende middelen	III.4.0 norm, geen specifieke beperkingen III.4.1 beperkt, namelijk..	Persoons- en/of product beschermende middelen, die gedragen worden. Het werken in een omgeving waarin
III.5 Stof, rook, gassen en dampen	III.5.0 norm, geen specifieke beperkingen III.5.1 beperkt, namelijk..	organische en anorganische stof, rook, gassen, dampen en irritantia de atmosfeer belasten.
III.6 Geluidsbelasting	III.6.0 norm, geen specifieke beperkingen III.6.1 beperkt, namelijk..	Het werken in een omgeving met lawaai-belasting.
III.7 Trillingsbelasting	III.7.0 norm, geen specifieke beperkingen III.7.1 beperkt, namelijk..	Het blootgesteld zijn aan grove trillingen, schokken of stoten, waardoor het lichaam of een deel van het lichaam in een trillende of schokkende beweging wordt gebracht.

III.8 Overige beperkingen van de fysieke aanpassingsmogelijkheden	III.8.0 norm, geen specifieke overige beperkingen in fysieke aanpassingsmogelijkheden III.8.1 beperkt, allergie, namelijk... III.8.2 beperkt, verhoogde vatbaarheid voor infecties, namelijk... III.8.3 beperkt, verzwakte huidbarrière, namelijk.. III.8.4 anderebeperkingen, namelijk..	Beperkingen van fysieke aanpassingsmogelijkheden die niet of onvoldoende aan de orde zijn gekomen in de onderdelen van beoordelingspunten III.1 t/m III.7.
IV. Dynamische handelingen		
IV.1 Dominantie	IV.1.0 niet van toepassing IV.1.1 rechts IV.1.2 links	De duidelijke voorkeur van mensen voor hun rechter- of linkerhand voor het uitvoeren van activiteiten.
IV.2 Lokalisatie beperkingen	IV.2.0 niet van toepassing IV.2.1 rechts IV.2.2 links IV.2.3 tweezijdig	De zijde van het lichaam waar de ledematen verminderd functioneren.

IV.3 Hand- en vingergebruik

IV.3.0 norm, geen specifieke beperkingen bij het gebruik van handen en vingers in het dagelijks functioneren

IV.3.1 de bolgreep is beperkt, namelijk.. IV.3.2 de pengreep is beperkt,

namelijk.. IV.3.3 de pincetgreep is beperkt, namelijk.. IV.3.4 de sleutelgreep is beperkt, namelijk.. IV.3.5 de cilindergreep is beperkt, namelijk..

IV.3.6 knijp/grijpkracht is beperkt, namelijk..

IV.3.7 fijn motorische hand/vingerbewegingen zijn beperkt, namelijk..

IV.3.8 repetitieve hand/vingerbewegingen zijn beperkt, namelijk..

IV.3.9 toetsenbord bedienen en muishanteren is beperkt, namelijk..

Het gebruik van polsen, handen en vingers voor het uitvoeren van diverse grepen, het uitoefenen van knijp – en grijpkracht, fijn motorische en repetitieve hand- en vingerbewegingen.

IV.4 Werken met toetsenbord en/of muis	IV.4.0 norm, kan zo nodig gedurende het merendeel van de werkdag met toetsenbord en/of muis werken	
	IV.4.1 licht beperkt, kan zo nodig gedurende een beperkt deel van de werkdag (ongeveer 4 uur) met toetsenbord en/ofmuis werken	Het met de hand(en) bedienen van de toetsen op een toetsenbord en/of het bedienen van muis gedurende de werkdag.
	IV.4.2 beperkt, kan zo nodig gedurende een beperkt deel van de werkdag (ongeveer 1 uur) met toetsenbord en/ofmuis werken	
	IV.4.3 sterk beperkt, kan gedurende minder dan een half uur per werkdag met toetsenbord en/ofmuis werken	
IV.5 Tastzin	IV.5.0 norm, geen specifieke beperkingen in het dagelijks leven IV.5.1 beperkt, namelijk..	Het waarnemen van indrukken via aanraking met de handen. De gecoördineerde activiteit van vingers, hand, pols en arm om een voorwerp met enige krachtsinspanning een slag te draaien, te buigen of te vervormen.
IV.6 Schroefbewegingen met hand en arm	IV.6.0 norm, kan alle hiervoor benodigde bewegingen uitvoeren IV.6.1 beperkt, namelijk..	
IV.7 Reiken	IV.7.0 norm, maximale reikafstand is 70 cm IV.7.1 licht beperkt, maximale reikafstand is 60 cm IV.7.2 beperkt, maximale reikafstand is 50 cm	Het actief verplaatsen van één of beide hand(en) door strekken en buigen van de arm(en).

IV.8 Frequent reiken tijdens het werk	IV.8.0 norm, kan zo nodig tijdens elk uur van de werkdag ongeveer 1.200 keer reiken IV.8.1 licht beperkt, kan zo nodig elk uur van de werkdag ongeveer 600 keer reiken IV.8.2 beperkt, kan zo nodig elk uur van de werkdag ongeveer 300 keer reiken	Het veelvuldig verplaatsen van één of beide handen door strekken en buigen van één of beide arm(en).
IV.9 Buigen	IV.9.0 norm, kan ongeveer 90 graden buigen IV.9.1 beperkt, kan ongeveer 60 graden buigen IV.9.2 sterk beperkt, kan ongeveer 45 graden buigen	Het vooroverbuigen van het bovenlichaam en kort daarna weer in de uitgangshouding terugkeren.
IV.10 Frequent buigen tijdens het werk	IV.10.0 norm, kan zo nodig elk uur van de werkdag ongeveer 600 keer buigen IV.10.1 licht beperkt, kan zo nodig tijdens elk uur van de werkdag ongeveer 300 keer buigen IV.10.2 beperkt, kan zo nodig tijdens elk uur van de werkdag ongeveer 150 keer buigen IV.10.3 sterk beperkt, kan zo nodig tijdens elk uur per werkdag ongeveer 50 keer buigen	Het veelvuldig vooroverbuigen van het bovenlichaam en kort daarna weer in de uitgangshouding terugkeren.

IV.11 Torderen	IV.11.0 norm, kan de romp ten minste 45 graden draaien in zittendehouding met gefixeerdbecken IV.11.1 beperkt, namelijk..	Het draaien van het bovenlichaam en kort daarna weer in de uitgangshouding terugkeren.
IV.12 Duwen of trekken	IV.12.0 norm, kan ongeveer 250 N (25 kgf) duwen of trekken IV.12.1 beperkt, kan ongeveer 150 N (15 kgf) duwen of trekken IV.13.2 sterk beperkt, kan ongeveer 100 N (10 kgf) duwen of trekken	Het met inzet van het eigen lichaamsgewicht uitoefenen van duw- of trekkracht op een voorwerp om dit in beweging te brengen, ongeacht of men zichzelf daarbij verplaatst.
IV.13 Tillen	IV.13.0 norm, kan ongeveer 15 kg tillen IV.13.1 licht beperkt, kan ongeveer 10 kg tillen IV.13.2 beperkt, kan ongeveer 5 kg tillen IV.13.3 sterk beperkt, kan ongeveer 2 kg tillen	Het met de hand(en) oppakken van minimaal 500 gram, gedurende korte tijd vasthouden en weer neerzetten van voorwerpen.
IV. 14 Dragen	IV.14.0 norm, kan ongeveer 15 kg dragen IV.14.1 licht beperkt, kan ongeveer 10 kg dragen IV.14.2 beperkt, kan ongeveer 5 kg dragen IV.14.3 sterk beperkt, kan ongeveer 2 kg dragen	Het verplaatsen van voorwerpen van minimaal 500 gram met gebruik van de hand(en) en arm(en), waarbij er meer dan één meter gelopen moet worden en/of de last meer dan 10 seconden moet worden vastgehouden.

IV.15 Hoofdbewegingen maken	<p>IV.15.0 norm, kan het hoofd ongehinderd bewegen</p> <p>IV.15.1 beperkt, kan het hoofd beperkt bewegen, namelijk..</p> <p>IV.15.2 sterk beperkt, kan het hoofd niet of nauwelijks bewegen, namelijk..</p>	<p>Het hoofd in een of meerdere richtingen bewegen.</p>
IV.16 Lopen	<p>IV.16.0 norm, kan ongeveer een uur achtereen lopen</p> <p>IV.16.1 licht beperkt, kan ongeveer een half uur achtereen lopen</p> <p>IV.16.2 beperkt, kan ongeveer een kwartier achtereen lopen</p> <p>IV.16.3 sterk beperkt, kan minder dan 5 minuten achtereen lopen</p>	<p>Het zich te voet verplaatsen.</p>
IV.17 Lopen tijdens het werk	<p>IV.17.0 norm, kan zo nodig gedurende het merendeel van de werkdag lopen</p> <p>IV.17.1 licht beperkt, kan zo nodig gedurende de helft van de werkdag (ongeveer 4 uren) lopen</p> <p>IV.17.2 beperkt, kan zo nodig gedurende een beperkt deel van de werkdag (ongeveer 1 uur) lopen</p> <p>IV.17.3 sterk beperkt, kan gedurende minder dan een half uur per werkdag lopen</p>	<p>De som van de afzonderlijke perioden op een werkdag waarin aaneengesloten gelopen wordt. Een aaneengesloten periode duurt niet langer dan aangegeven bij beoordelingspunt IV.16 Lopen.</p>

IV.18 Trappenlopen

IV.18.0 norm, kan ten minste in één keer twee trappen op **en** af (totaal 60 treden) IV.18.1 licht beperkt, kan ten minste in één keer één trap op **en** af (totaal 30 treden) IV.18.2 beperkt, kan ten minste in één keer één trap op of af (totaal 15 treden) IV.18.3 sterk beperkt, kan in één keer slechts een bordestrapje op- **of** aflopen

Het oplopen en/of aflopen van trappen met horizontale vlakke treden, waarbij normaliter de hulp van handen niet noodzakelijk is.

IV.19 Klimmen

IV.19.0 norm, kan ten minste een ladder op **en** af (gemiddeld 5 meter) IV.19.1 licht beperkt, kan ten minste een huishoudtrap op **en** af (gemiddeld 3 meter) IV.19.2 beperkt, kan ten minste een opstapje op **en** af IV.19.3 sterk beperkt, kan geen opstap maken

Het zich verticaal verplaatsen, waarbij het gebruik van ten minste één hand, arm en schouder noodzakelijk is.

IV.20 Knielen of hurken	<p>IV.20.0 norm, kan knielend of hurkend met de handen de grond bereiken</p> <p>IV.20.1 licht beperkt, kan hooguit 5 keer per uur knielend of hurkend met de handen de grondbereiken</p> <p>IV.20.1 beperkt, kan hooguit 2 keer per uur knielend of hurkend met de handen de grondbereiken</p> <p>IV.20.3 sterk beperkt, kan niet of nauwelijks knielend of hurkend met de handen de grond bereiken</p>	<p>Het buigen van knieën en heupen om het lichaam op één of beide knieën of beide voeten te laten rusten, en kort daarna weer terugkeren in de uitgangshouding.</p>
IV.21 Overige beperkingen van het dynamisch handelen	<p>IV.21.0 norm, geen specifieke overige beperkingen van het dynamisch handelen</p> <p>IV.21.1 specifieke overige beperkingen, namelijk..</p>	<p>Beperkingen in aspecten van het dynamisch handelen die niet of onvoldoende aan de orde zijn gekomen in de beoordelingspunten IV.1 t/m IV.21 van deze rubriek.</p>
V. Statische houdingen		
V.1 Zitten	<p>V.1.0 norm, kan ongeveer 2 uur achtereen zitten</p> <p>V.1.1 licht beperkt, kan ongeveer een uur achtereen zitten</p> <p>V.1.2 beperkt, kan ongeveer een half uur achtereen zitten</p> <p>V.1.3 sterk beperkt, kan minder dan een kwartier achtereen zitten</p>	<p>De lichaamshouding aannemen waarbij het lichaam rust op het zitvlak en deze houding gedurende een bepaalde tijd achtereen handhaven.</p>

V.2 Zitten tijdens het werk	<p>V.2.0 norm, kan zo nodig gedurende vrijwel de gehele werkdag zitten</p> <p>V.2.1 licht beperkt, kan zo nodig gedurende het grootste deel van de werkdag zitten (niet meer dan 8 uur)</p> <p>V.2.2 beperkt, kan zonedig gedurende de helft van de werkdag zitten (ongeveer 4 uur)</p> <p>V.2.3 sterk beperkt, kan gedurende minder dan 4 uur per werkdag zitten</p>	<p>De som van de afzonderlijke perioden op een werkdag waarin aaneengesloten gezeten wordt.</p>
V.3 Staàn	<p>V.3.0 norm, kan ongeveer 1 uur achtereen staan</p> <p>V.3.1 licht beperkt, kan ongeveer een half uur achtereen staan</p> <p>V.3.2 beperkt, kan ongeveer een kwartier achtereen staan (afwassen)</p> <p>V.3.3 sterk beperkt, kan minder dan ongeveer 5 minuten achtereen staan</p>	<p>De lichaamshouding waarbij het lichaam rust op de benen waarvan er tenminste één vrijwel is gestrekt.</p>

V.4 Staan tijdens het werk	V.4.0 norm, kan zo nodig gedurende het merendeel van de werkdag staan	
	V.4.1 licht beperkt, kan zo nodig gedurende de helft van de werkdag staan (ongeveer 4 uur)	De som van de afzonderlijke perioden op een werkdag waarin aaneengesloten gestaan wordt.
	V.4.2 beperkt, kan zonodig gedurende eenbeperkt deel van dewerkdag staan (ongeveer1 uur)	
	V.4.3 sterk beperkt, kan gedurende minder daneen half uur per werkdagstaan	
V. 5 Geknield of gehurkt actief zijn	V.5.0 norm, kan ten minste 5 minuten achtereen geknield of gehurkt actief zijn	
V.6 Gebogen en/of getordeerd actief zijn	V.5.1 beperkt, kan minder dan 5 minuten achtereen geknield of gehurkt actief zijn	
	V.6.0 norm, kan 5 minuten of meer achtereen gebogen en/of getordeerd actief zijn	De lichaamshouding aannemen waarbij het bovenlichaam voorover gebogen is en/of zijwaarts naar achteren gedraaid, en deze houding gedurende enige tijd aanhouden.
	V.6.1 beperkt, kan tot 5 minuten achtereen gebogen en/of getordeerd actief zijn	
V.6.2 sterk beperkt, kan tot 2 minuten achtereen gebogen en/of getordeerd actief zijn		

V.7 Boven schouderhoogte actief zijn	<p>V.7.0 norm, kan ongeveer 2 minuten aaneen boven schouderhoogte actief zijn</p> <p>V.7.1 beperkt, kan ongeveer 1 minuut aaneen boven schouderhoogte actief zijn, namelijk..</p> <p>V.7.2 sterk beperkt, kan niet of nauwelijks boven schouderhoogte komen, namelijk..</p>	<p>Het verrichten van werkzaamheden boven schouderhoogte, ongeacht de lichaamshouding</p>
V.8 Het hoofd in een bepaalde stand houden tijdens het werk	<p>V.8.0 norm, kan zo nodig gedurende het merendeel van de werkdag het hoofd in een bepaalde stand houden</p> <p>V.8.1 licht beperkt, kan zo nodig gedurende de helft van de werkdag het hoofd in een bepaalde stand houden (ongeveer 4 uur)</p> <p>V.8.2 beperkt, kan zo nodig gedurende een beperkt deel van de werkdag het hoofd in een bepaalde stand houden (ongeveer 1 uur)</p> <p>V.8.3 sterk beperkt, kan gedurende minder dan ongeveer een half uur per werkdag het hoofd in een bepaalde stand houden</p>	<p>Het hoofd in een gebogen of gedraaide stand brengen en die houding gedurende enige tijd achtereen handhaven.</p>
V.9 Afwisseling van houding	<p>V.9.0 norm, geen specifieke opeenvolging van verschillende houdingen vereist</p> <p>V.9.1. specifieke eisen aan afwisseling van houdingen, namelijk..</p>	<p>De specifieke opeenvolging van verschillende houdingen.</p>

V.10 Overige beperkingen van statische houdingen	V.10.0 norm, geen specifieke overige beperkingen van statische houdingen V.10.1 specifieke overige beperkingen, namelijk..	De beperkingen in aspecten van het statisch handelen die niet of onvoldoende aan de orde zijn gekomen in de beoordelingspunten V.1 t/m V.9.
VI. Werktijden		
VI.1 Perioden van het etmaal	VI.1.0 norm, kan zo nodig op elk uur van het etmaal werken, ook 's nachts VI.1.1 beperkt, kan niet elke avond werken (18.00 – 22.00 uur), namelijk.. VI.1.2 beperkt, kan 's nachts niet werken (22.00 – 06.00 uur)	Vier dagdelen van gelijke duur: voormiddag, namiddag, avond en nacht.
VI.2 Uren per dag	VI.2.0 norm, kan gemiddeld ten minste 8 uur per dag werken VI.2.1 enigszins beperkt, kan gemiddeld ongeveer 8 uur per dag werken VI.2.2 licht beperkt, kan gemiddeld ongeveer 6 uur per dag werken, namelijk.. VI.2.3 beperkt, kan gemiddeld ongeveer 4 uur per dag werken, namelijk VI.2.4 zeer beperkt, kan gemiddeld ongeveer 2 uur per dag werken, namelijk..	Het aantal werkuren per dag.

VI.3 Uren per week

VI.3.0 norm, kan gemiddeld ten minste 40 uur per week werken

VI.3.1 enigszins beperkt, kan gemiddeld ongeveer 40 uur per week werken

VI.3.2 licht beperkt, kan gemiddeld ongeveer 30uur per week werken, namelijk..

VI.3.3 beperkt, kan gemiddeld ongeveer 20uur per week werken, namelijk..

VI.3.4 zeer beperkt, kan gemiddeld ongeveer 10uur per week werken, namelijk..

Het aantal werkuren per week.

VI.4 Overige beperkingen ten aanzien van werktijden

VI.4.0 norm, er zijn geen specifieke overige beperkingen ten aanzien van werktijden

VI.4.1 specifieke overige beperkingen, namelijk..

Beperkingen ten aanzien van werktijden die niet of onvoldoende aan bod zijn gekomen in de voorgaande beoordelingspunten van deze rubriek.

Datum

10 augustus 2021

Auteur

Flora van den Berg