

Lijst beperkingen

1. **Persoonlijk functioneren**, zoals beperkingen in:
 - a. Concentratie en aandacht verdelen
 - b. Herinneren
 - c. Inzicht in eigen kunnen
 - d. Doelmatig en zelfstandig handelen
 - e. Structuur
 - f. Handelingstempo en uithoudingsvermogen
 - g. Flexibiliteit
 - h. Stress en werkdruk
 - i. Omgaan met gevaarlijke situaties
 - j. Probleemoplossend vermogen
2. **Sociaal functioneren**, zoals beperkingen in:
 - a. Zich kunnen verplaatsen in een ander
 - b. Zien, horen, spreken
 - c. Lezen en schrijven
 - d. Rekenen
 - e. Samenwerken
 - f. Omgaan met emoties
 - g. Omgaan met conflicten
 - h. Omgaan met conflicterende belangen
 - i. Omgaan met leidinggevenden
3. **Fysieke omgevingseisen**, zoals beperkingen door:
 - a. Hitte, koude, vocht en tocht
 - b. Huidproblemen
 - c. Beschermende middelen, schoonmaakmiddelen e.d.
 - d. Stof, rook, gassen en dampen en infectiegevaar
 - e. Geluid- en trilling belasting, schokken, onverwachte bewegingen
 - f. De inrichting van de werkplek (die aanpassing van de werkplek noodzakelijk maakt)
4. **Dynamische handelingen**, zoals beperkingen in:
 - a. Gewrichten en spieren door continue bewegingen zoals hoofd arm-, pols-, hand- en vingergebruik (repetitief werk, werken met toetsenbord en muis)
 - b. Duwen en trekken
 - c. Frequent reiken of buigen
 - d. Tillen of dragen
 - e. (Trap)lopen of rolstoelgebruik
 - f. Knielen, hurken, klimmen etc.
 - g. Tasten en voelen
5. **Statische houdingen**, zoals beperkingen in:
 - a. Staan
 - b. Zitten
 - c. Ongebruikelijke houdingen (zoals geknield, gehurkt, boven schouderhoogte, gebogen en/of in gedraaide houding actief zijn)
6. **Werktijden**, zoals beperkingen in:
 - a. Aantal dagen per week
 - b. Aantal uren per dag
 - c. Avond-, nacht- en weekenddiensten