

KIM TOOL MANUEEL WERKEN

Tijd

Totale duur per werkdag	Punten
< 120 min	1
120 – 180 min	2
180 – 240 min	3
240 – 300 min	4
300 – 360 min	5
360 – 420 min	6
420 – 480 min	7
> 480 min	8

Kracht

Type kracht		Houden (duur in sec)			Bewegen (aantal keer per min)				
Kracht	Beschrijving	4-15	15-30	30-60	1-4	4-15	15-30	30-60	>60
zeer laag < 20g < 0,2N	Lichte druk met vingers Contactgreep <i>typen/schuiven/sorteren</i>	1	1	2	1	1	2	3	3
laag 20-100g 0,2-1N	Druk met hand/vingers Pincetgreep <i>houden/plaatsen/bevestigen</i>	2	2	3	1	2	3	4	4
middelmatig 100-500g 1-5N	Grijpen met vingers Pincetgreep <i>nemen/bevestigen kleine stukken met hand of tool</i>	2	3	4	1	2	3	4	-
verhoogd 0,5-1kg 5-10N	Grijpen met hand Krachtgreep <i>draaien/oprollen/pakken</i>	-	-	-	1	2	3	4	5
	<i>houden/bevestigen/aandrukken</i>	2	3	4	1	2	3	4	-
	<i>werken met lichte tools</i>	2	3	4	1	2	3	-	-
hoog 1-2,5kg 10-25N	Krachtig grijpen met hand <i>sijden mes / gebruik tang / verplaatsen en houden van delen/tools</i>	3	4	-	2	3	4	-	-
zeer hoog 2,5-5kg 25-50N	Grote of maximale kracht met hand/vingers	7	-	-	5	7	-	-	-
	Slaan met handpalm of vuist	-	-	-	3	4	6	8	-

Noot: hoogste waarde behouden. Hoogste waarde twee maal in dezelfde kolom: +1

Organisatie

Werkorganisatie	Punten
Geen of ruime cyclustijd <i>vrije volgorde van taken / autonoom pauze nemen / regelmogelijkheden / afwisseling fysiek belasting / verschillende handbewegingen</i>	0
Korte cyclustijd <i>vaste volgorde taken / weinig afwisseling / weinig beslissingsbevoegdheid / enkel pauze mogelijk met invaller / hoog tempo</i>	0,5 1

Omstandigheden

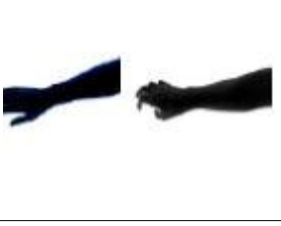
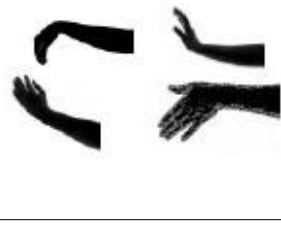

Werkomstandigheden	Punten
Goed <i>goede zichtbaarheid details / geen verblinding / goed klimaat / goede grip / geen belemmeringen in werkruimte / elementen goed geschikt</i>	0
Beperkt <i>zichtbaarheid details beperkt door verblinding of kleine deeltjes / tocht / koude / vochtigheid / vuil / lawaai / slechte grip vb. handschoenen</i>	0,5 1

Houding lichaam

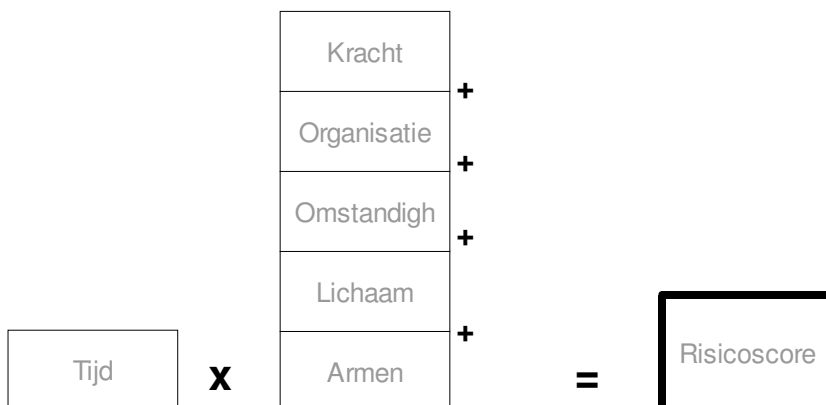
Lichaamshouding	Punten
 <p>Goed <i>afwisseling mogelijk tussen staan en zitten/wandelen dynamisch zitten steun voor polsen wanneer nodig geen gedraaide rug variatie in hoofdpositie</i></p>	0
 <p>Beperkt <i>romp is licht gebogen en/of licht gedraaid hoofd is gebogen voor beter zicht op details beperkte bewegingsruimte uitsluitend zitten of staan zonder wandelen</i></p>	1 2
 <p>Slecht <i>romp is sterk voorovergebogen onveranderlijke werkhouding visuele controle door microscoop of loep hoofd is gebogen of gedraaid</i></p>	3 4

Noot: Enkel typische houdingen tijdens het werk worden gescoord, niet de uitzonderingen.

Houding en beweging handen / armen

Handen / Armen		Punte
	Goed <i>houdingen/bewegingen in midden van bewegingsrange</i> <i>afwijkende houdingen zijn occasioneel</i> <i>armen zijn meestal dicht bij lichaam</i> <i>grijpen boven schouderhoogte is zelden</i>	0
	Beperkt <i>regelmatig afwijkende houdingen/bewegingen</i> <i>regelmatig ver van het lichaam reiken naar voorwerpen</i> <i>regelmatig grijpen boven schouderhoogte</i>	1
	Slecht <i>constant extreme gewrichtsposities</i> <i>frequent of langdurig werken boven schouderhoogte</i> <i>langdurig statische houdingen van armen zonder steun</i>	2

Noot: Enkel typische houdingen tijdens het werk worden gescoord, niet de uitzonderingen.



Risicoscore

Risico-opbouw	Risicoscore	Omschrijving
1	< 10	Fysieke overbelasting onwaarschijnlijk
2	10 - 25	Fysieke overbelasting bij minder veerkrachtige mensen Aanpassingen werkruimte voor die groep
3	25 - 50	Fysieke overbelasting bij gemiddelde mens Herontwerp werkruimte aanbevolen
4	> 50	Fysieke overbelasting bij alle werknemers Herontwerp werkruimte noodzakelijk

Minder veerkrachtige mensen: oudere en jongere werknemer, werknemer met weinig ervaring of met ziekte