



CAAMI-info

janvier-février 2008

Brochure gratuite sur la CAAMI

Editeur responsable:
Joël Livyns
Administrateur général

Adresse expéditeur:
Rue du Trône 30A
1000 Bruxelles

Tél. 02 229 35 00
Fax 02 229 35 58
www.caami.be
info@caami-hziv.fgov.be

Bureau de dépôt Gent X
Cette revue paraît
bimestriellement
Année de parution 6 - numéro 1
Rédacteur en chef: Kristof Eelen

CAAMI-info est imprimé sur du
papier recyclable et avec
de l'encre écologique. L'emballage
est biodégradable.

Contenu

- p.1 Brochure gratuite sur la CAAMI
- p.2 Que faire si vous avez déménagé?
- p.2 Eupen et Saint-Vith: nouvelles heures d'ouverture
- p.3 Avez-vous droit à une allocation de chauffage?
- p.3 Indemnités titulaire invalide isolé
- p.4 Le torticolis: cou bloqué
- p.4 Période de fin d'année: fermeture des bureaux

La CAAMI publie annuellement la brochure "Faites connaissance avec la CAAMI. Avantages et interventions.". Il est en effet très important pour nous de bien vous informer de vos droits en tant qu'assuré social.



grossesse ou de parenté? Dans certains cas, vous pouvez obtenir une indemnité auprès de votre office régional. Vous y trouverez des informations sur les modalités, le calcul de l'indemnité, le délai selon lequel vous devez signaler votre incapacité de travail, etc.

A l'étranger

Vous partez à l'étranger pour vos vacances, pour y travailler ou pour vous y installer? Notre brochure vous informe des documents nécessaires par pays, des remboursements possibles, des cas où vous conservez votre droit à une indemnité...

Inscription et données de contact

La brochure contient un aperçu pratique des données de contact et des heures d'ouverture des offices régionaux. On y explique aussi les conditions d'inscription (par exemple, pour ceux qui viennent de quitter l'école).

Remboursements

Vous recevez également des informations sur les différentes possibilités de remboursement en matière de soins de santé, les différentes sortes de médicaments, les personnes qui ont droit à une intervention majorée, les personnes qui peuvent être inscrites comme personne à charge, le coût d'une hospitalisation, les maladies chroniques, le Maximum à Facturer, le Dossier Médical Global...

Indemnités

Vous ne pouvez vous rendre au travail pour cause de maladie, d'invalidité, de

Comment recevoir votre brochure?

La brochure est disponible en format pdf sur www.caami.be (dans la rubrique "Publications").

Vous pouvez vous procurer gratuitement la brochure qui est imprimée en français ou en néerlandais auprès de votre office régional ou la commander par e-mail (info@caami-hziv.fgov.be).

La version allemande sera disponible ultérieurement, mais vous pouvez d'ores et déjà réserver votre exemplaire via l'adresse e-mail mentionnée ci-dessus.

J. Livyns
Administrateur général

L. Goutry
Président du Comité de gestion

Que faire si vous avez déménagé?

Si vous avez déménagé, vous devez déclarer le changement d'adresse officielle **à la maison communale de votre nouvelle commune**. Votre adresse officielle y est modifiée dans le registre national.



Changement automatique

Un peu plus tard, le changement est **automatiquement** effectué dans le fichier des membres de la CAAMI. Votre office régional vous envoie ensuite des vignettes avec votre nouvelle adresse.

Vous attendez du courrier?

Vous habitez déjà à votre nouvelle adresse mais vous n'avez pas encore reçu vos nouvelles vignettes?

Si vous attendez du courrier important de votre office régional (par exemple pour vos indemnités, de la part de votre médecin-conseil), vous pouvez déjà lui signaler votre nouvelle adresse.

Transfert de courrier

Vous pouvez éventuellement demander à La Poste de faire suivre votre courrier à votre nouvelle adresse pour une certaine période.

Ce service payant s'appelle "Do my move". Son prix dépend de la longueur de la période choisie.

Vous trouverez plus d'informations sur ce service sur www.post.be/site/fr/letters/management/services/moving.

Si vous le désirez, vous pouvez aussi vous renseigner directement au guichet de La Poste ou téléphoner au numéro 022 012345.

Eupen et Saint-Vith: nouvelles heures d'ouverture

Au 1^{er} janvier 2008, les heures d'ouverture de l'office régional d'Eupen et du bureau local de Saint-Vith changeront. Vous trouverez ci-dessous les nouvelles heures d'ouverture.

• Eupen

Lundi	8h30 – 12h30
Mardi	8h30 – 12h30 et 13h30 – 18h
Mercredi	8h30 – 12h30
Jeudi	8h30 – 12h30
Vendredi	8h30 – 12h30

• Saint-Vith

Lundi	Fermé
Mardi	9h15 – 12h30 et 13h30 – 16h30
Mercredi	Fermé
Jeudi	9h15 – 12h30 et 13h30 – 16h30
Vendredi	9h – 12h30 et 13h30 – 17h*

* De 17h à 18h uniquement sur rendez-vous

Avez-vous droit à une allocation de chauffage?

Le prix maximum du gasoil de chauffage domestique, du pétrole lampant et du gaz propane en vrac a considérablement augmenté au cours de ces dernières années. Les personnes à faibles revenus risquent de rencontrer des difficultés.



C'est pour cette raison que le **Fonds mazout** a été créé. Le fonds intervient partiellement dans le paiement de la facture de chauffage des personnes qui se trouvent dans une situation financière difficile.

Qui entre en ligne de compte?

Pour pouvoir recourir au Fonds, vous devez appartenir à au moins l'une des trois catégories suivantes.

- **Vous avez droit à une intervention majorée**

De plus, le montant annuel de votre revenu familial brut imposable ne peut dépasser 13.512,18 EUR augmenté de 2.501,47 EUR par personne à charge.

- **Vous avez un revenu limité**

Si votre revenu familial imposable brut annuel est inférieur ou égal à 13.512,18 EUR augmenté de

2.501,47 EUR par personne à charge, votre revenu est "limité". Pour le calcul de ce revenu, on tient compte du revenu cadastral (x3) des habitations autres que votre habitation familiale.

- **Vous êtes surendettés**

Il s'agit de personnes bénéficiant d'une "médiation de dettes" ou d'un règlement collectif de dettes qui ne peuvent régler leur facture de chauffage.

A quelles conditions?

- Le fonds n'intervient que dans le prix **du gasoil de chauffage domestique, du pétrole lampant et du gaz propane en vrac livré entre le 1^{er} septembre 2007 et le 30 avril 2008.**
- Vous avez payé **au moins 0,49 EUR** par litre (TVA comprise).
- Vous devez introduire votre demande auprès de votre CPAS **dans les 60 jours** qui suivent la livraison.
- L'allocation de chauffage est limitée à **1.500 litres.**
- L'allocation maximum s'élève à **195 EUR** par ménage.

Que faut-il faire?

Si vous pensez avoir droit au soutien du Fonds mazout, contactez le CPAS de votre commune dans les 60 jours qui suivent la livraison.

Pour plus d'informations, vous pouvez vous adresser au CPAS de votre commune ou à nos assistants sociaux pendant les permanences sociales de votre office régional.

Indemnités titulaire invalide isolé

Pour les travailleurs, les indemnités s'élèvent à un certain pourcentage du salaire à partir duquel l'indemnité est calculée, si nécessaire en tenant compte d'un montant maximum. Pour le titulaire invalide isolé, le pourcentage s'élève actuellement à 50%.

A partir du 1^{er} janvier 2008, ce pourcentage passera à **53%**. Les montants maximum d'application pour les titulaires dont l'invalidité a débuté à partir du 1^{er} avril 2004 seront également adaptés.

Le torticolis: cou bloqué

Vous vous réveillez un matin, vous découvrez que votre tête est bloquée. Elle penche légèrement sur le côté et vous avez une douleur qui est bien présente au moindre mouvement. C'est bien ce que vous pensez: un torticolis, un petit problème qu'on risque de connaître tous une fois dans sa vie.



Le torticolis est une contracture musculaire douloureuse du cou. Il affecte principalement le gros muscle du cou appelé "sterno-cléido-mastoïdien". Ce muscle joue un rôle dans la rotation et les mouvements du cou. Parfois la sensation de raideur descend jusque dans un autre muscle appelé "trapèze" et les mouvements du bras sont difficiles. Le torticolis peut toucher aussi bien les hommes que les femmes, peu importe l'âge.

Quelles sont les causes?

La contracture se constitue rapidement. Elle est douloureuse et réduit fortement les mouvements du cou. La tête penche toujours d'un seul côté. Le torticolis peut s'accompagner d'une douleur au niveau de la nuque ou des épaules.

Les causes les plus courantes à ce mal sont:

- une mauvaise position durant le sommeil;
- un effort brutal;
- un choc violent (cou du lapin);
- le stress qui entraîne une tension musculaire;

- un courant d'air froid;
- une position prolongée de la tête en arrière;
- une infection de la gorge, du nez, des oreilles, des dents.

En cas de torticolis récurrent ou chronique, il peut être le signe de problèmes articulaires ou rhumatologiques plus graves.

Comment le traiter?

En général, le torticolis léger guérit de lui-même en 2 ou 3 jours et vous retrouvez la souplesse de votre cou.

- Le repos ainsi que la chaleur locale (bain chaud, coussin ou pommade chauffante...) sont la base du traitement.
- Les manipulations sont réservées à des professionnels.

Par contre, si au-delà de 2-3 jours le torticolis persiste ou qu'il survient de façon répétitive, il vaut mieux consulter un médecin. Toute négligence dans le traitement du torticolis peut avoir de sérieuses répercussions sur la colonne vertébrale.

Comment prévenir le torticolis?

Voici quelques précautions pour éviter le torticolis.

- Dormez à plat ou avec un oreiller ergonomique. Surveillez la qualité de votre literie.
- Evitez les courants d'air et portez un foulard ou une écharpe dans le cou lors d'une exposition au froid.
- Au bureau, surtout si vous travaillez sur ordinateur, évitez d'avoir le cou "cassé".

Plus d'infos?

www.dialogueetsante.be

Période de fin d'année: fermeture des bureaux



Pendant la période de fin d'année, nos bureaux seront fermés du **24 décembre 2007 au 1^{er} janvier 2008** inclus. Nous vous souhaitons de très bonnes fêtes et une bonne année!