



# HKIV-Info

Januar-Februar 2008

## Kostenlose Broschüre über die HKIV

Verantwortlicher  
Herausgeber:  
Joël Livyns  
Generalverwalter

Versandadresse:  
Rue du Trône 30A  
1000 Brüssel

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

Hinterlegungsbüro Gent X  
Diese Zeitschrift erscheint  
zweimonatlich  
Erscheinungsjahr 6 - Nummer 1  
Chefredakteur: Kristof Eelen

HKIV-Info wird mit umweltfreundlicher Tinte auf umweltfreundlichem Papier gedruckt. Die Verpackung ist biologisch abbaubar.

### Inhalt

S.1 Kostenlose Broschüre  
über die HKIV

S.2 Wenn Sie umziehen...

S.2 Eupen und Sankt Vith:  
neue Öffnungszeiten

S.3 Haben Sie Anspruch auf  
eine Heizkostenzulage?

S.3 Entschädigungen für  
allein stehende invalide  
Berechtigte

S.4 Steifer Hals,  
Blockierter Hals

S.4 Jahresende:  
Schließung der Büros

Jährlich veröffentlicht die HKIV die Broschüre „Kennen Sie die HKIV? Vorteile und Vergütungen“. Uns ist nämlich sehr wichtig, Sie gut über Ihre Rechte als Sozialversicherte(r) zu informieren.



### Eintragung und Kontaktdaten

In dieser Broschüre finden Sie einen praktischen Überblick mit den Kontaktdaten und den Öffnungszeiten der Regionaldienste. Die Eintragungsbedingungen werden auch erklärt (zum Beispiel als Schulabgänger).

### Rückerstattungen

Sie erhalten ebenfalls Informationen darüber, welche Rückerstattungen der Gesundheitspflege möglich sind, über die verschiedenen Arten Arzneimittel, darüber, wer Anrecht auf die erhöhte Beteiligung hat, wer als Person zu Lasten eingetragen werden kann, über die Kosten einer Krankenhausaufnahme, chronische Kranke, die Höchstrechnung, die Allgemeine Medizinische Akte...

### Geldleistungen

Wenn Sie wegen Krankheit, Invalidität, Schwangerschaft oder Elternschaft nicht arbeiten können, haben Sie in

bestimmten Fällen Anrecht auf eine Entschädigung durch Ihren Regionaldienst. In der Broschüre erfahren Sie, wie Sie eine Entschädigung beantragen, wie diese berechnet wird, sowie die Fristen, die Sie bei der Meldung Ihrer Arbeitsunfähigkeit einhalten müssen, usw.

### Im Ausland

Reisen Sie ins Ausland, um Urlaub zu machen, um zu arbeiten oder um dort zu wohnen? In unserer Broschüre erfahren Sie, welche Dokumente Sie für welches Land brauchen, welche Rückerstattungen möglich sind, in welchen Fällen Sie weiterhin Anrecht auf eine Entschädigung haben, usw.

### Wie erhalten Sie die Broschüre?

Die gedruckte niederländische oder französische Fassung können Sie bei Ihrem Regionaldienst kostenlos erhalten oder per E-Mail bestellen (info@caami-hziv.fgov.be). Die deutsche Fassung ist bald verfügbar. Aber schon jetzt können Sie ein Exemplar über die oben genannte E-Mail-Anschrift bestellen. Demnächst ist die Broschüre auf www.hkiv.be in PDF-Format verfügbar (unter der Rubrik „Veröffentlichungen“).

J. Livyns  
Generalverwalter

L. Goutry  
Vorsitzender des Verwaltungsausschusses

## Wenn Sie umziehen...

Wenn Sie umgezogen sind, müssen Sie der **Gemeindeverwaltung Ihrer neuen Gemeinde** die Änderung der offiziellen Anschrift mitteilen. Dort wird Ihre offizielle Anschrift im Nationalregister geändert.



### Automatische Änderung

Kurz danach wird die Änderung **automatisch** in der Mitgliederdatei der HKIV ausgeführt. Dann übersendet Ihnen Ihr Regionaldienst Vignetten mit Ihrer neuen Anschrift.

### Erwarten Sie Post?

Sie wohnen schon an Ihrer neuen Anschrift und haben Ihre neuen Vignetten noch nicht erhalten?

Wenn Sie wichtige Post von Ihrem Regionaldienst erwarten (z.B. für Ihre Entschädigungen, oder von Ihrem Vertrauensarzt), können Sie ihm schon Ihre neue Anschrift mitteilen.

### Nachsendung der Post

Sie können die Post bitten, Ihre Post für eine bestimmte Zeit an Ihre neue Anschrift nachzusenden.

Dieser kostenpflichtige Dienst heißt „Do my move“. Die Kosten schwanken je nach der Dauer des gewählten Zeitraums.

Auskünfte erhalten Sie unmittelbar am Schalter des Postamtes.

Mehr Infos über diesen Dienst finden Sie unter [www.post.be/site/fr/letters/management/services/moving](http://www.post.be/site/fr/letters/management/services/moving) (nur auf Französisch, Niederländisch oder Englisch verfügbar).

## Eupen und Sankt Vith: neue Öffnungszeiten

Am 1. Januar 2008 ändern sich die Öffnungszeiten des Regionaldienstes Eupen und des Büros Sankt Vith. Nachstehend finden Sie die neuen Öffnungszeiten.

#### • Eupen

Montag	8U30 – 12U30
Dienstag	8U30 – 12U30 und 13U30 – 18U
Mittwoch	8U30 – 12U30
Donnerstag	8U30 – 12U30
Freitag	8U30 – 12U30

#### • Sankt Vith

Montag	Geschlossen
Dienstag	9U15 – 12U30 und 13U30 – 16U30
Mittwoch	Geschlossen
Donnerstag	9U15 – 12U30 und 13U30 – 16U30
Freitag	9U – 12U30 und 13U30 – 17U*

\* Von 17U bis 18U nur nach Vereinbarung

# Haben Sie Anspruch auf eine Heizkostenzulage?

Der Höchstpreis für Heizöl, Heizpetroleum und Flüssig-Propangas ist in den letzten Jahren erheblich gestiegen. Dadurch laufen Menschen mit einem niedrigen Einkommen Gefahr, in Schwierigkeiten zu geraten.



Deshalb wurde der **Heizölsozialfonds** gegründet. Der Fonds beteiligt sich teilweise an der Zahlung der Heizkostenrechnung von Menschen, die sich in einer schwierigen finanziellen Situation befinden.

## Wer kommt in Betracht dafür?

Um den Fonds in Anspruch nehmen zu können, müssen Sie mindestens einer der drei nachstehenden Kategorien angehören.

- **Sie haben Anrecht auf eine erhöhte Kostenbeteiligung**

Darüber hinaus darf der jährliche Betrag des steuerbaren Bruttoeinkommens Ihres Haushalts 13.512,18 EUR plus 2.501,47 EUR pro Person zu Lasten nicht überschreiten.

- **Sie haben ein beschränktes Einkommen**

Wenn das jährliche steuerbare Bruttoeinkommen Ihres Haushalts 13.512,18 EUR plus 2.501,47 EUR pro Person zu Lasten nicht überschreitet, dann ha-

ben Sie ein „beschränktes Einkommen“. Für die Berechnung dieses Einkommens wird das Kataster-einkommen (x3) von anderen Wohnungen als Ihrer Familienwohnung berücksichtigt.

- **Sie sind überschuldet**

Zu dieser Kategorie gehören Menschen, für die ein Verfahren der Schuldenvermittlung oder der kollektiven Schuldenregelung läuft und die die Heizungsrechnung nicht bezahlen können.

## Bedingungen

- Der Fonds beteiligt sich nur an den Kosten für **Heizöl, Heizpetroleum und Flüssig-Propangas, die zwischen dem 1. September 2007 und dem 30. April 2008** geliefert wurden.
- Sie haben mindestens **0,49 EUR** pro Liter (einschließlich MwSt.) bezahlt.
- Sie müssen Ihren Antrag **innerhalb von 60 Tagen** nach Lieferung beim ÖSHZ stellen.
- Die Heizkostenzulage ist auf **1.500 Liter** beschränkt.
- Die Zulage beträgt höchstens **195 EUR** pro Haushalt.

## Vorgehensweise

Wenn Sie glauben, Anspruch auf die Unterstützung des Heizölsozialfonds zu haben, nehmen Sie innerhalb von 60 Tagen nach Lieferung Kontakt mit dem ÖSHZ auf.

Für weitere Informationen können Sie sich an das ÖSHZ Ihrer Gemeinde oder an unsere Sozialassistentin in Ihrem Regionaldienst wenden.

# Entschädigungen für allein stehende invalide Berechtigte

Für Arbeitnehmer betragen die Entschädigungen einen bestimmten Prozentsatz des Lohnes, auf dem die Entschädigung berechnet wird, gegebenenfalls unter Berücksichtigung eines Höchstbetrages. Für allein stehende invalide Berechtigte beträgt dieser Prozentsatz zur Zeit 50%.

**Ab dem 1. Januar 2008** wird dieser Prozentsatz aber auf **53%** erhöht. Die für Berechtigte geltenden Höchstbeträge, deren Invalidität ab dem 1. April 2004 anfang, werden auch darauf angepasst.

# Steifer Hals, blockierter Hals

Eines Morgens wachen Sie mit einem blockierten Kopf auf. Er neigt leicht zur Seite, und jede Bewegung ist schmerzhaft. Es ist das, was Sie vermutet haben, nämlich ein steifer Hals, ein kleines Problem, das wahrscheinlich irgendwann bei jedem auftritt.



Der steife Hals ist eine schmerzhafte Muskelanspannung des Halses. Sie befällt vor allem den großen Muskel des Halses, „Sternocleidomastoideus“ genannt. Dieser Muskel spielt eine Rolle bei der Drehung und den Bewegungen des Halses. Manchmal setzt sich das Steifheitsgefühl bis zu einem anderen Muskel, dem „Trapezmuskel“, fort; dann sind die Armbewegungen schwierig. Der steife Hals kann sowohl Männer als Frauen jeden Alters treffen.

## Die Ursachen

Die krankhafte Anspannung entsteht schnell. Sie ist schmerzhaft und behindert stark die Bewegungen des Halses. Der Kopf neigt immer zu einer Seite. Außer dem steifen Hals kann ein Schmerz in der Gegend des Nackens oder der Schultern auftreten.

Die häufigsten Ursachen dieses Leidens sind:

- eine schlechte Stellung im Schlaf;
- eine plötzliche heftige Anstrengung;
- ein gewaltiger Schlag (Schleudertrauma);
- Stress, der zu einer Muskelspannung führt;
- ein kalter Luftzug;

- eine lang anhaltende Stellung des Kopfes nach hinten;
- eine Infektion der Kehle, der Nase, der Ohren, der Zähne.

Ein häufig vorkommender oder chronischer steifer Hals kann ein Anzeichen für Gelenk- oder Rheumaprobleme sein.

## Behandlung

Meistens heilt der leichte steife Hals nach 2 oder 3 Tagen von allein aus und wird der Hals wieder biegsam.

- Die Behandlung beruht auf Ruhe und örtlicher Wärme (warmes Bad, Heizkissen oder -salbe...).
- Manipulationen sind Fachleuten vorbehalten.

Wenn dagegen der steife Hals nach 2-3 Tagen anhält oder wenn er wiederholt vorkommt, ist es angebracht, einen Arzt zu besuchen. Jede Nachlässigkeit bei der Behandlung des steifen Halses kann ernste Auswirkungen auf die Wirbelsäule haben.

## Vorbeugung

Nachstehend einige Vorsichtsmaßnahmen zur Vorbeugung eines steifen Halses.

- Schlafen Sie flach oder mit einem ergonomischen Kopfkissen. Achten Sie auf Qualität beim Bettzeug.
- Vermeiden Sie Luftzüge und tragen Sie einen Schal oder ein Halstuch um den Hals, wenn Sie der Kälte ausgesetzt sind.
- Im Büro, und vor allem wenn Sie am Computer arbeiten, vermeiden Sie es, den Hals „gebrochen“ zu haben.

## Mehr Infos?

<http://de.wikipedia.org/wiki/Torticollis>



## Jahresende: Schließung der Büros

Zum Jahresende sind unsere Büros vom **24. Dezember** 2007 bis zum **1. Januar** 2008 einschließlich geschlossen. Fröhliche Weihnachten und die besten Wünsche zum neuen Jahr!