

L'ADN

CGSLB

Mars -
Avril 2022

#4

L'info bimestrielle de la CGSLB

PAGE 2 : NOUVELLES DE MYPENSION.BE

PAGE 3 : DOULEURS CHRONIQUES + INFOS EN VRAC

PAGE 4 : L'AGENDA + DÉTENTE

VOTRE LIBERTÉ - VOTRE VOIX !

Depuis quelque temps, **Mypension.be** offre un certain nombre de nouvelles possibilités de simulation. Il est désormais possible de simuler l'impact de certains choix de carrière. Cependant, **Mypension.be** ne permet pas encore de simuler tout. Le nombre de simulations est limité. Les simulations de pension qui ne sont pas encore possibles par le biais de **Mypension.be** peuvent être effectuées par le service sécurité sociale.

QUELLES SONT LES NOUVELLES POSSIBILITÉS ?

Changement dans la situation professionnelle

Il est possible de simuler une modification du pourcentage d'occupation. En plus, il est possible de simuler une modification du salaire mensuel. On peut consulter l'information relative aux fonctions disponibles en cliquant sur « Planifier ma pension ». Il devient donc possible d'examiner l'impact d'un travail à temps partiel et d'un nouvel emploi. On a besoin des données suivantes pour faire une simulation :

- le futur **pourcentage d'occupation** ou le nombre d'heures de travail par semaine ;
- le futur **salaire mensuel brut** ;
- Les éventuelles **primes annuelles**, telles que le 13e mois, la prime de fin d'année, etc. que vous recevrez.

La date à laquelle le changement entre en vigueur doit aussi être remplie.

Mypension.be fait une simulation de pension sur la base de ces données. Les données remplies sont utilisées pour une simulation jusqu'à la date de la pension.

Point d'attention : Outre le salaire mensuel brut, les primes annuelles doivent être remplies séparément pour la simulation. Le service des pensions fait référence au double pécule de vacances, mais le double pécule de vacances n'est pas pris en compte pour le calcul de la pension ! Ne remplissez donc pas le double pécule de vacances, sinon la simulation du montant de la pension ne sera pas correcte. Seules la prime de fin d'année et d'autres primes brutes annuelles sont prises en compte pour le calcul de la pension.

CHANGEMENT DE STATUT

Il devient possible pour les fonctionnaires et les indépendants de simuler le passage au statut de salarié. Les mêmes données doivent être remplies, c.-à-d. le pourcentage d'occupation et le salaire brut à attendre.

La simulation montre l'impact du passage au statut de salarié sur la pension. Le changement est de nouveau pris en compte jusqu'à la date de la pension.

QUELLES SONT LES CHOSSES QUI NE PEUVENT PAS ENCORE ÊTRE SIMULÉES ?

Les changements simulés dans la situation professionnelle restent applicables jusqu'à la pension. Pour l'instant, il n'est pas encore possible de simuler un changement temporaire dans la carrière. Tous les changements apportés à la situation professionnelle sont

pris en compte jusqu'à la date de la pension.

Dans le module de simulation, **le travail à temps partiel** signifie qu'on commence à travailler à moins de 100 % sans bénéficier d'**indemnités sociales complémentaires** (ONEM - interruption de carrière, crédit-temps, crédit-soins flamand, etc.) et donc sans bénéficier d'une assimilation de la période d'inactivité pour la pension. Il n'est actuellement pas possible de réaliser une simulation de travail à temps partiel avec bénéfice d'un avantage social complémentaire.

Que se passe-t-il si le travailleur **cumule un emploi avec une prestation sociale**, par exemple dans le cadre d'un crédit-temps, de maladie, de chômage, etc. ? Le service des pensions ne peut pas déterminer si le travailleur a encore droit à la prestation sociale après avoir changé de situation professionnelle. C'est pourquoi **la prestation sociale est interrompue au moment du changement** et cette prestation sociale n'est alors pas prise en compte pour le calcul de la pension.

Il n'est pas encore possible de simuler l'impact d'une prestation sociale sur la pension. Il est uniquement possible de simuler un changement d'emploi ou un nouvel emploi. Il n'est donc pas possible d'examiner l'impact d'une période de chômage ou du RCC.



ESTIMATION DE LA PENSION DE LA CGSLB

Les simulations de pension qui ne sont pas encore possibles par le biais de **Mypension.be** peuvent être effectuées par le service sécurité sociale. En plus, nous pouvons donner des conseils personnels sur mesure aux affiliés. Ils ne doivent alors pas utiliser l'outil compliqué de **Mypension.be**. Il suffit de nous faire parvenir un aperçu de la carrière et de demander une simulation sur mesure. Des simulations de la pension de ménage et de la pension de survie sont possibles. Nous pouvons aussi agir si certaines informations relatives à la carrière ne sont pas claires ou manquantes. En outre, notre service peut contrôler le calcul du service des pensions, car ce calcul contient également parfois des erreurs. **Exemples des possibilités de simulation de l'estimation de la pension** :

Impact du crédit-temps, de l'interruption de carrière ou du congé thématique AVEC allocation ;

- Impact de maladie ;
- Impact de la reprise du travail à temps partiel en cas de maladie ;
- Impact du travail à temps partiel volontaire sans allocation ;
- Impact du RCC ou du chômage ;
- Impact d'un nouvel emploi ;
- Impact du passage à une activité indépendante
- Etc.

LA PRISE EN CHARGE DES DOULEURS CHRONIQUES.

DÉFINITION : la douleur chronique est un syndrome clinique pouvant entraîner des conséquences socio-économique majeures et dont l'impact sur la qualité de vie des patients peut être considérable, d'où l'importance d'une prise en charge optimale.

CLASSIFICATION DES DOULEURS : la douleur peut être provoquée par 3 processus physiologiques différents qui peuvent agir seuls ou de façon concomitante et qui permet de catégoriser la douleur de cette manière :

- Douleur nociceptive : causée par une réponse appropriée à un excès de stimuli douloureux qui peut être aigu, bien localisé, en coup de poignard, lourdeur, battement....
- Douleur neuropathique : survenant comme une conséquence directe d'une lésion ou d'une maladie affectant le système somatosensoriel. Elle peut se manifester plusieurs semaines après l'agression, hypersensibilité ou insensibilité d'une zone. Elle peut se manifester de façons spontanée et sans aucun stimuli particulier, parfois devient permanent avec une sensibilité excessive de la douleur. Exemple : névralgie des trijumeaux.
- Douleur idiopathique : qui regroupe toutes les douleurs ne pouvant être classées dans les deux premières. Ce sont des douleurs liées à des mécanismes à ce jour inexpliqués.

LA PRISE EN CHARGE DU PATIENT :

Celle-ci passe par 5 étapes:

1. Reconnaître la présence de la douleur c'est l'anamnèse.
2. Rechercher les causes de la douleur chronique.
3. Évaluer la douleur.
4. Réévaluer régulièrement la douleur.
5. Évaluer l'efficacité du traitement.

L'anamnèse du patient doit être réalisée en employant des **termes simples** et en recherchant par l'**observation**, des indicateurs supplémentaires donc l'attention du personnel doit porter sur :

- La description de la douleur
- Les comportements (isolement du patient, diminution de son activité).
- Les cognitions (attitude du patient, les croyances, les émotions comme des plaintes, l'anxiété etc.)
- Les symptômes associés ainsi que le retentissement de la douleur et le contexte sont également très important (trouble du sommeil, fatigue, contexte familial, trouble relationnel, ...)

On sera particulièrement attentif dans les situations suivantes :

- Les douleurs qui ne s'améliorent pas malgré les recommandations
- Les situations où règne une discordance entre la vision de la douleur du médecin et celle du patient.
- Les risques de sous-estimation de la douleur des personnes âgées.

Afin de compléter l'anamnèse, la méthode **P-Q-R-S-T** est une méthode qui s'avère utile pour les infirmières à domicile, étant donné sa clarté et sa facilité d'utilisations:

P : Provocateur de la douleur et ce qui l'aggrave.

Q : Qualités, caractéristique et intensité, si une position diminue ou aggrave.

R : Régions, localisation anatomique de la douleur et si elle s'étend.

S : Symptômes associés à la douleur, fièvre, pâleur, irritation, diminution des paramètres vitaux.

T : Temps, quand elle est apparue, si c'est le jour ou la nuit, l'intervalle...

L'infirmière identifie les facteurs de cette douleur et exerce un rôle de collaboration avec le médecin. Le médecin recherche les causes sous-jacentes en vue de la mise en place d'un traitement approprié. Si aucune cause n'est identifiée, les professionnels de la santé continueront la prise en charge de la douleur.

INFOS EN VRAC !



PRIME SYNDICALE 2022

Il est temps via cet **ADN #4** de vous rappeler que très prochainement la CGSLB, via ses délégués ou via voie postale, vous remettra un document reprenant vos coordonnées, ainsi que celle de l'employeur, un document à signer (**merci de bien révéler vos coordonnées**) et à nous remettre. Soit dans notre boîte aux lettres route 312, soit via estafette ou encore local courrier de Montlégia au RDC

Pour rappel toujours, le montant pro-mérité pour un temps plein est de **110€** et de **55€** pour un temps partiel.

RAPPORTS CPPT ET CE

Lors du dernier CPPT, nous avons réclamé à la Direction de bien vouloir faire le nécessaire afin que l'ensemble des travailleurs puissent avoir accès aux rapports définitifs CPPT et CE, ce qui, à l'heure d'aujourd'hui, n'est pas toujours possible aux personnes n'ayant pas accès aux PC.

CAZURA, ÇA TE PARLE ?

L'offre de location d'appartements de la CGSLB, bien connue des affiliés, est devenue Cazura.

Comment bénéficier de l'offre de 30% de réduction ?



www.cazura.be

INTERESSÉ(E)S ?

Nom		Prénom	
Rue	n°	bte	
Code postal		Commune	
Site + service			
N° registre national		Sexe ☐ Femme ☐ Homme ☐ Non précisé	
Date de naissance			
Téléphone	GSM		
E-mail professionnel		E-mail privé	



Complétez le bulletin ci-dessus et glissez ce document dans la boîte aux lettres située à la porte de la Route 312 ou dans le local courrier, situé à côté des bureaux des admissions. Vous n'êtes pas sur Montlégia ? **Pas de soucis**, utilisez le mail, une photo c'est bon aussi ! **Nous vous recontacterons rapidement**

VOS REPRÉSENTANTS CGSLB SERONT PRÉSENTS AUX RÉUNIONS SUIVANTES :

08/03 : Conseil d'entreprise (CE)
 22/03 : CDM (Comité du Mardi => annexe du CE)
 14/03 : Assemblée générale Aide Hôtelière
 30/03 : Accueil des nouveaux
 30/03 : CPPT (Comité pour la Prévention et la Protection au Travail)
 12/04 : Conseil d'entreprise (CE)
 15/04 : Opération surprise !
 25/04 : Accueil des nouveaux
 26/04 : CDM (Comité du Mardi => annexe du CE)
 27/04 : CPPT (Comité pour la Prévention et la Protection au Travail)



04/355 65 47



cgsלב.chc@gmail.com



CGSLB CHC



Communication CGSLB

CGSLB - LIÈGE

Boulevard Piercot 11, 4000 Liège

CGSLB - Verviers

Rue de Bruxelles 35b, 4800 Verviers

CGSLB - WAREMME

Place Ernest Rongvaux 1a, 4300 Waremmе

CGSLB - HUY

Avenue Charles et Louis Godin 5, 4500 Huy

N° UNIQUE : 04 / 290 35 00

CGSLB - TONGRES

Euwfeestwal 24, 3700 Tongeren

089/399370

SCANNE-MOI POUR ME TÉLÉCHARGER !



DÉTENTE

Une femme se rend dans une pharmacie et demande de l'arsenic. Le pharmacien lui demande:

- Qu'allez-vous faire avec l'arsenic ?
- Je vais tuer mon mari.
- Je vous demande pardon !? Je ne peux pas vous vendre ça pour commettre un meurtre !

Alors la femme sort de son sac une photo de son mari en train d'embrasser goulûment la femme du pharmacien.

- Ah, mais ça change tout ! Si vous avez une ordonnance...