printemps 2026

NOTRE CHÔMEDU

LE JOURNAL DU COMITÉ CHÔMAGE DE L'EST DE MONTRÉAL

Dans ce numéro:

- Lancement du livre du MASSE : *L'histoire d'un mouvement : 25 ans de solidarité avec les chômeurs et les chômeuses*.
- Des prestations spéciales en cas de maladie : Pour un régime universel dédié !
- Faire respecter ses droits : Départ volontaire.
- Travailler dans le communautaire, c'est être au front des luttes pour l'émancipation sociale.
- Quelques conseils : Burnout, harcèlement, maladie et assurance-chômage.
- Campagne québécoise pour la régularisation et la justice migrante.



« Ceci est une invitation à toutes les personnes qui refusent de rester silencieux•ses devant le triomphe de la haine et du capital à s'organiser en vue du 1er mai 2026. Adoptons des moyens de pression au sein de nos organisations pour interrompre le cours normal des choses, multiplions les actions autonomes de perturbation et retrouvons-nous massivement dans la rue lors d'une manifestation commune à Montréal/Tiohtià:ke. »

Comité chômage de l'Est de Montréal
1935, rue Cuvillier
Montréal (Québec) H1W 3A4
ccem@ccem.ca / www.ccem.ca
514 521-3283
AIDER – INFORMER – CONSEILLER

FAITES RESPECTER VOS DROITS

Lancement du livre

L'histoire d'un mouvement :
25 ans de solidarité avec les chômeurs et les chômeuses

Le 28 octobre dernier, le MASSE a lancé son cahier historique : L'histoire d'un mouvement : 25 ans de solidarité avec les chômeurs et les chômeuses, écrit par Benoit Marsan.

Ce livre d'histoire retrace (les) 25 années de luttes, d'engagement et de solidarité pour la défense des droits des personnes sans emploi.

Depuis 1999, le MASSE et ses membres militent pour un régime d'assurance-chômage juste, universel et non discriminatoire, dans la lignée des mouvements de sans-emploi qui, depuis le 19e siècle, se battent pour la dignité et la justice sociale.

Cette soirée a été l'occasion de revenir sur les moments marquants de notre histoire collective, d'entendre quelques prises de parole, de découvrir le cahier, et de rendre hommage à Me Jean Guy Ouellet, avocat des chômeurs et chômeuses depuis plus de 40 ans.

On peut se procurer ce livre de 150 pages au coût de $10 au CCEM et/ou au MASSE.





Des prestations spéciales en cas de maladie : Pour un régime universel dédié !



« L'objet central d'un régime d'assurance-chômage est d'indemniser des travailleuses et travailleurs se retrouvant dans un épisode temporaire de chômage.

Au fil des ans, ce sont greffées au régime une panoplie de prestations spéciales afin d'indemniser les travailleuses et travailleurs aux prises avec une maladie, la nécessité de prodiguer des soins à un proche gravement malade et dont la vie est en danger ou encore pour les personnes devant s'occuper d'un nouveau-né ou d'un enfant adopté.

C'est lors de la réforme de la loi en 1971 que le gouvernement fédéral a inclus dans le régime d'assurance-chômage des prestations spéciales. L'instauration de ces prestations visait à adapter le régime aux nouvelles réalités sociales : le travail des femmes, l'explosion du modèle familial traditionnel, la montée de l'État providence, etc.

Dans ce contexte, on a considéré que le régime d'assurance-chômage devait non seulement fournir des prestations aux personnes qui perdaient leur emploi à la suite d'un congédiement, mais aussi à celles qui devaient le quitter de façon temporaire.

On a donc créé deux régimes spécifiques qui donnent droit à des prestations différentes : les prestations de maternité et les prestations maladie. Se sont ajoutées par la suite les prestations parentales en 1990 et les prestations de compassion en 2004.

À partir de 1990, le gouvernement a cessé de cotiser à la caisse d'assurance-chômage, niant ainsi sa responsabilité vis-à-vis du régime d'assurance, mais également sa responsabilité envers les prestations spéciales qui relèvent pourtant de mesures sociales.

L'octroi des prestations spéciales a depuis continué d'augmenter, représentant une part de plus en plus grande dans les versements de prestations versées par le régime. Alors qu'en 1999 elles représentaient à peine 17 % des prestations totales versées par le régime, en 2023-2024, cette statistique grimpera à plus de 36 %.

Pourtant, la caisse de l'assurance-emploi n'est toujours pas financée par le gouvernement, et le principe qui guide les cotisations des travailleurs et des travailleuses est loin de répondre à celui d'un impôt progressif. Bien que l'ajout de prestations spéciales se présente à première vue comme une avancée sociale, il est inacceptable que le gouvernement les impute à la caisse d'assurance-emploi plutôt qu'à des fonds publics. »

Extrait du Mémoire présenté par le MASSE au Comité permanent des finances de la Chambre des communes dans le cadre de l'étude sur le Projet de loi C-59, avril 2024.

Notre revendication nationale actuelle concernant les prestations spéciales :

L'objet central d'un régime d'assurance-chômage est d'indemniser des travailleuses et travailleurs au prise avec un épisode temporaire de chômage.

Au fil des ans, ce sont greffées au régime une panoplie de prestations spéciales afin d'indemniser les travailleuses et travailleurs au prise avec une maladie, la nécessité de prodiguer des soins à un proche gravement malade et dont la vie est en danger ou encore pour les personnes devant s'occuper d'un nouveau-né ou d'un enfant adopté.

Pour le MASSE, il est clair que l'État a une responsabilité réelle envers ces personnes et que les prestations offertes devraient être bonifiées à 50 semaines de prestations.

Toutefois, le MASSE estime que la protection de ces risques sociaux ne relève pas d'une caisse d'assurance-chômage. Tant et aussi longtemps que les prestations spéciales seront prévues à même le régime d'assurance-emploi, celles-ci ne doivent pas compromettent l'accès aux prestations régulières et leur financement doit relever de l'État.

Sur ce sujet, des discussions auront lieu lors de l'Assemblée générale annuelle du MASSE, qui se tiendra le 3 et 4 juin 2026 prochain, à Kamouraska.)

Le CCEM y soumettra ses réflexions et ses pistes de revendications qui iront comme suit :

Nous considérons toujours que les prestations spéciales devraient être retirées du régime d'assurance chômage et nous proposons qu'elles fassent plutôt partie d'un éventuel régime universel d'assurance dédié à la santé.

Rappelons que c'est moins de 50% des chômeuses et chômeurs qui se qualifient actuellement pour avoir droit à des prestations d'assurance-chômage. Ce qui laisse toutes ces personnes sans aucune protection publique en cas de maladie personnelle ou de maladie grave de proches qu'elles doivent aider (prestations compassion) cette situation crée une injustice grave.

Le gouvernement fédéral doit prendre l'initiative de créer un fond de santé dédié visant à l'indemnisation par prestations universelles de tous les citoyens et citoyennes sans égard à leur situation de travail, pour peu qu'ils aient été sur le marché du travail dans la dernière année avant leur demande.

Le domaine de la santé étant de compétence provinciale, il est évident qu'il faudra une volonté politique pour arriver à des accords, mais il faut s'inspirer de la création du RQAP pour le Québec.

Comme le MASSE l'indiquait au Comité permanent des finances en avril 2024, 36 % des prestations versées par l'assurance le sont pour des prestations spéciales. Il s'agit d'un véritable détournement du régime à des fins d'une assurance santé sectorielle.

Les groupes de chômeuses et chômeurs de doivent de relancer cet enjeu dans la sphère publique pour créer des alliances et des mobilisations pour obtenir une véritable assurance santé maladie et de compassion.

À des fins électoralistes, le gouvernement a augmenté le nombre de semaine de prestations spéciales à 26 semaines. Dans l'attente d'une vraie réforme, nous revendiquons un total de 50 semaines et que le taux d'admission soit de 350 heures. Les budgets pour les prestations spéciales ne doivent pas venir de la caisse de l'assurance de chômage mais de sommes extérieures, au moins d'ici la création de cette nouvelle assurance santé maladie et compassion.



FAIRE RESPECTER SES DROITS
DÉPART VOLONTAIRE

Comme il en sera question dans l'article suivant sur le « *Burn out dans le communautaire* », il faut savoir que pour quitter son emploi sans risquer une exclusion totale, il faut non seulement que le motif de départ soit reconnu par la Loi, mais aussi que vous prouviez que dans votre cas le départ constituait la seule solution raisonnable.

Dans le cas vécu que vous nous présentons ici, il s'agit d' un travailleur qui nous a contacté car son assurance-chômage lui avait été refusé pour un départ volontaire soi-disant non-justifié. Cette exclusion lui faisait aussi perdre toutes les heures qu'il avait accumulé dans ses autres emplois précédant ce départ volontaire. Après avoir fait une demande de révision administrative qui a confirmé la décision initiale, nous avons été entendus par le « Tribunal de la Sécurité Sociale » qui a renversé la décision et rétabli le prestataire dans ses droits à l'assurance-chômage.

Il est impératif de toujours contester une décision de Service Canada que nous trouvons injuste !

Extrait de la décision du TSS :

« Le prestataire a quitté son emploi de boucher le … et a demandé des prestations d'assurance-emploi. La Commission de l'assurance-emploi du Canada a examiné les raisons du prestataire pour quitter son emploi. Elle a conclu que ce dernier a quitté volontairement son emploi (c'est-à-dire qu'il a choisi de quitter son emploi) sans justification prévue par la loi. Par conséquent, la Commission ne pouvait pas lui verser de prestations…

Le prestataire n'est pas d'accord et affirme que l'employeur n'a pas respecté les conditions d'embauche. Il affirme qu'il a été embauché comme boucher, mais qu'à son arrivée au travail, le gérant avait déjà effectué toutes les tâches de boucher. Il lui demandait alors d'effectuer l'étalage de la marchandise, sans plus. Comme le prestataire souhaitait éviter un conflit avec le gérant en raison de son mécontentement, il a préféré quitter son emploi.

Selon lui, son départ était la seule solution raisonnable à ce moment-là parce que son employeur avait modifié les fonctions qu'il devait faire par rapport à son embauche et il souhaitait éviter que la situation ne dégénère. De plus, même s'il a contacté l'agence de placement après son départ, il avait déjà un dossier ouvert auprès de cette dernière…

Je conclus que l'employeur a effectivement modifié les fonctions du prestataire. Celui-ci a été embauché pour être boucher et devait exécuter des tâches de commis. Il en a discuté avec le gérant de la boucherie et ce dernier ne semblait pas vouloir faire de changement. Je suis d'avis que, sur une balance des probabilités, le prestataire a démontré qu'il était justifié à quitter son emploi… »

Tribunal de la sécurité sociale du Canada

Social Security Tribunal of Canada

Travailler dans le communautaire c’est être au front des luttes pour l’émancipation sociale

Extrait du bilan de l’assemblée populaire sur le burn out dans le communautaire par IWW Montréal et Joëlle Dussault.

« On attend des travailleuses qu’iels soient toujours plus productives, efficaces et disponibles. Il le faut, car la cause en dépend!

Pendant ce temps, l’État coupe dans le filet social et les bailleurs de fonds multiplient les appels à projets, en demandant aux travailleurs de faire preuve de plus d’initiative et de créativité. Alors que les moyens diminuent et que la charge de travail augmente, les travailleuses du communautaire s’épuisent, puis culpabilisent.

Le burn out guette chacun-e d’entre nous. Beaucoup le connaissent déjà, d’autres le voient venir de près. Il pend au-dessus de nos têtes comme une épée de Damoclès.

Lorsqu’elle s’abat enfin, on nous renvoie à la maison avec le devoir de mieux prendre soin de nous. Quelques séances de méditation plus tard, nous retournons au même travail qui plus tôt nous a rendus malades.

Les causes du burn out sont nombreuses: surcharge de travail, surcharge émotionnelle, surinvestissement, sentiment de culpabilité, insécurité d’emploi, salaires précaires, etc. Tout cela peut être ramené à deux problèmes flagrants. D’abord, les travailleurs du communautaire sont surchargés en raison du désengagement de l’État et du financement par projets décousus des bailleurs de fonds. Ensuite, une culture de culpabilisation impose le poids de leur échec sur la conscience des travailleuses: si le burn out nous rattrape, ce serait parce que nous n’avons pas su être efficaces et bien prendre soin de nous ! »

Extrait du bilan de L’assemblée « Je suis malade à cause du travail. »

Intervenant.e communautaire, Assemblée populaire sur le burn out.

Et si l’un des choix qu’on a pris pour faire sens de notre vie nous rendait malades? Est-ce qu’on continuerait? Combien de temps? Et surtout, sous quelles conditions?

En partant de ces questions qui semblent banales pour le milieu communautaire au Québec, le «comité





communautaire du IWW Montréal» a organisé une assemblée populaire sur le burn out. Pas seulement pour y parler de ce qui crée le burn out, mais aussi et surtout pour voir comment le combattre ensemble…

Surcharge de travail et conditions matérielles

« J’ai l’impression que la job qui j’suis censée faire est impossible. »

Un consensus émane des différentes interventions : la surcharge de travail épuise. Il y a trop de cas, trop de tâches liées à l’intervention, trop de tâches connexes, des tâches dédoublées, des plateformes de reddition de compte complexes et énergivores, alors que le temps et les gens manquent pour bien les faire.

«Ce qui m’a poussé en dehors du communautaire, c’est aussi les conditions salariales, mon salaire représentait 70% de mon loyer. »

Le manque de personnel est en ce sens un enjeu déterminant. Il manque de personnel qualifié et donc, tout le travail à assurer repose sur quelques épaules. Cette dynamique bien connue et les salaires insuffisants (on parle en moyenne de 19$ de l’heure) n’attirent plus suffisamment de candidatures. Plus encore, les personnes d’expérience n’y appliquent plus et celles qui sont engagées n’y restent souvent pas suffisamment longtemps pour que la répartition du travail soulage les épaules déjà fatiguées.

« On répond au déficit. Le TAL nous file tout ce travail-là, ça nous met en tabarnak. »

Le communautaire reprend parfois ces programmes avec une fraction du financement initial ou, tout simplement, doit combler ces vides sans ressources supplémentaires. La condition des gens s’aggrave dans un filet social de plus en plus troué que le communautaire tente de retenir au prix de sa santé. …

Une tendance se cristallise à vitesse grand V. La ministre Rouleau propose notamment d’officialiser la sous-traitance des fondations privées pour gérer une partie de l’argent public qui y est mise. Justement, le 15 avril 2025, le ministère de la Justice annonçait une « entente historique » avec deux fondations privées, soient celles du Barreau du Québec et de la Chambre des notaires. En ce sens, on renforce la privatisation du financement. Les fondations s’immiscent dans la mission des organismes et dans le travail accompli en intervention. Au final, cette dynamique complexe épuise, fâche, désillusionne. Dans ce contexte, à qui sont censés servir les organismes communautaires ? En même temps que cette tendance accentue la dérive vers la privatisation, il semble nous ramener à l’époque où la charité dictait l’intervention sociale ! »

Burnout, harcèlement, maladie et assurance-chômage. Quelques conseils…

Il faut bien comprendre que le régime d'assurance-chômage actuel fait évidemment la belle part aux boss du communautaire et de partout ! Donc pour faire respecter ses droits il faut bien se préparer et s'organiser.

À partir du moment où vous sentez que votre situation au travail se détériore, qu'elle met en péril votre santé, il faut absolument documenter toutes les démarches que vous allez entreprendre pour régler cette situation. Notez aussi tous les faits et les événements qui mènent à votre burnout, par exemple.

Contactez rapidement unE professionnelle de la santé (voir ci-dessous) pour constituer un dossier médical qui prouve votre situation de burnout ou autre.

Contactez aussi rapidement un comité chômage pour vous assister dans vos démarches et vérifiez, si dans votre cas, il n'est pas mieux de faire une demande à la CNESST en parallèle.

Si vous démissionnez, l'assurance-chômage considère que vous avez fait un départ volontaire et c'est à vous de prouver qu'il est justifié pour avoir droit aux prestations.

« Pour quitter son emploi sans risquer une exclusion totale, il faut non seulement que votre motif de départ soit reconnu par la Loi, mais aussi que vous prouviez que votre départ constituait la seule solution raisonnable dans votre cas. »

Quelques motifs reconnus par la loi en lien avec notre sujet :

- Harcèlement, de nature sexuelle ou autre;
- Discrimination fondée sur des motifs de distinction illicite, au sens de la Loi canadienne sur les droits de la personne;
- Conditions de travail dangereuses pour sa santé ou sa sécurité;
- Modification importante de ses conditions de rémunération;
- Excès d'heures supplémentaires ou non-rémunération de celles-ci;
- Modification importante des fonctions;
- Relations conflictuelles, laquelle cause ne lui est pas essentiellement imputable, avec un supérieur;
- Pratiques de l'employeur contraires au droit;
- Discrimination relative à l'emploi en raison de l'appartenance à une association, une organisation ou un syndicat de travailleurs;
- Incitation indue de la part de l'employeur à quitter son emploi;
- Toutes autres circonstances raisonnables prévues par le règlement.»

Votre meilleur allié c'est le certificat médical soit pour accéder à du chômage maladie (maximum de 26 semaines avec un retour au travail à la fin des prestations) ou pour un départ volontaire justifié par le billet médical et permettant de recevoir chômage régulier.

Sans certificat médical, pour prouver que votre départ constituait la seule solution raisonnable dans votre cas et, en quelque sorte, de démontrer que vous avez agi comme le ferait une personne raisonnable dans de pareilles circonstances, il faut :

- Faire les démarches nécessaires auprès de votre employeur afin de régler la situation.
- Contacter votre syndicat, normes du travail, la CNESST, droits de la personne, ou autre organisme s'appliquant au motif de votre départ.
- Effectue des recherches d'emploi avant de quitter votre emploi.

Un programme méconnu ! Le Programme de prestations supplémentaires de chômage (PSC)

Si l'organisme pour lequel vous travaillez n'a pas de régime d'assurance-maladie, exigez que votre employeur s'inscrive au PSC.

Le programme de Prestations supplémentaires de chômage (PSC) permet d'augmenter votre rémunération hebdomadaire tout en évitant la règle des gains admissibles (règle du 50 %) pendant une période de prestations. Au sein de ce programme, il existe divers régimes auxquels il est possible de s'enregistrer.

Un régime PSC permet à votre employeur de vous offrir un supplément aux prestations d'assurance-chômage pendant les périodes de chômage attribuables à un arrêt temporaire de travail, un autre pour la formation, un troisième pour la maladie et un dernier pour blessure ou mise en quarantaine Votre montant de prestations combiné aux prestations supplémentaires ne peut cependant pas dépasser 95 % de votre rémunération hebdomadaire.

Notez que ces sommes supplémentaires ne constituent pas de la rémunération.

Et qu'il faut que le programme soit soumis à la Commission avant la date de son entrée en vigueur.



Le trou noir ?

Le régime actuel de l'assurance-emploi ne permet généralement pas aux travailleuses et travailleurs de l'industrie saisonnière de vivre toute l'année en région ou même à Montréal. Plusieurs se retrouvent ainsi pendant des semaines sans aucun revenu, c'est le fameux TROU NOIR !

Nos camarades d'**Action-Chômage Côte-Nord** ont calculé qu'il suffirait d'un sou noir par 100 $ de revenu pour combler le Trou noir !

Voici l'explication de leur campagne :

«Depuis le lancement de notre campagne *Une cenne noire contre le Trou Noir*, mi-novembre, on nous questionne sur cette étonnante vérité : est-ce qu'un simple sou serait vraiment suffisant pour soutenir les travailleurs de l'industrie saisonnière toute l'année? Voici donc quelques détails de nos calculs pour démontrer encore une fois que le problème n'est pas tant monétaire, mais bien politique!

Le Trou Noir, qu'est-ce que c'est ?

Pêche, poissonnerie, pépinière, plantation d'arbres, tourisme, hébergement, pourvoirie, lutte contre les incendies… : une grande partie de l'économie nord-côtière est par nature saisonnière. Une enquête menée en 2022 avait révélé qu'environ le tiers des employeurs (32,4 %) de la côte nord ont recours à des emplois saisonniers. Dans la MRC de la Haute-Côte-Nord, c'est même un emploi sur cinq qui est saisonnier.

Malheureusement, le régime actuel de l'assurance-emploi ne permet généralement pas aux travailleuses et travailleurs de l'industrie saisonnière de vivre toute l'année en région : **entre la fin des prestations de l'assurance-emploi et le début de la nouvelle saison, s'écoulent plusieurs semaines sans aucun revenu, c'est le fameux Trou Noir!** On estime qu'il faudrait entre 8 et 15 semaines supplémentaires de prestations pour soutenir les travailleurs jusqu'à leur prochaine saison de travail.

C'est pourquoi Action-Chômage Côte-Nord estime qu'il est nécessaire d'octroyer aux travailleurs de l'industrie saisonnière une protection supplémentaire de 15 semaines

Actuellement : un projet-pilote imparfait de 5 semaines supplémentaires

Grâce au travail acharné d'organismes comme Action-Chômage Côte-Nord et ses alliés de l'Alliance Interprovinciale pour l'Assurance-Emploi, le gouvernement semble avoir compris en partie le problème. Depuis 2018, les travailleurs qui répondent à certains critères de saisonnalité obtiennent 5 semaines supplémentaires de prestations grâce à un projet-pilote,

Selon les chiffres du ministère, le projet-pilote actuel, avec ses cinq semaines de plus pour le travail saisonnier, coûte environ 125 millions $ par année. Si l'on augmente cette couverture à 15 semaines supplémentaires, **l'estimation du coût du projet serait autour de 250 à 300 millions $**. La somme n'est pas triplée, car en réalité, tout le monde n'aura pas besoin de 15 semaines et certains travailleurs reprendront le travail avant d'avoir utilisé ces semaines de bonus.

Si ce chiffre parait important pour votre porte-monnaie, il est infime au regard du pays. Pour rappel, le budget fédéral du Canada 2025-2026 est de 586 milliards $, cela représente donc 0.05% du budget global du pays. De toutes manières, faut-il le rappeler? L'argent des prestations vient des poches des travailleurs et des employeurs qui cotisent pour ce filet social!

Concrètement, porter le projet-pilote de 5 à 15 semaines (et mettre fin au Trou Noir pour la grande majorité des travailleurs et travailleuses de l'industrie saisonnière qui font vivre l'économie de nos régions!) coûterait juste 0.01$ de cotisation supplémentaire par tranche de 100$ de revenu taxable.

Par exemple, pour un travailleur dont le revenu annuel de 45 000$, cette mesure couterait environ 4.50$ de cotisation supplémentaire PAR ANNÉE.

Vous trouvez notre demande raisonnable? Nous vous invitons à apporter symboliquement une ancienne pièce de 1 cent pour appuyer la revendication d'un régime d'assurance-emploi plus juste et équitable. Ces pièces seront apportées à Ottawa au printemps pour exiger la fin du Trou Noir!»



CAMPAGNE QUÉBÉCOISE POUR LA RÉGULARISATION ET LA JUSTICE MIGRANTE

DEMANDER AUX ÉLU.E.S DU CANADA ET DU QUÉBEC L'ABOLITION DU PERMIS FERMÉ ET L'ACCÈS À LA RÉSIDENCE PERMANENTE POUR LES TRAVAILLEUR.EUSE.S MIGRANTS

Appui au message des 46 organisations membres de la Campagne québécoise pour la régularisation et la justice migrante

Des dizaines de milliers de travailleuses et travailleurs étrangers temporaires (TET) contribuent chaque jour à l'économie et aux services essentiels du Québec.

Depuis 2024, les limites imposées par Ottawa et le gel des permis fermés, à Montréal et Laval, imposé par Québec ont fragilisé ces personnes, pourtant déjà bien intégrées dans leurs milieux de vie et de travail. Elles obligent nombre d'entre elles à un choix inhumain: retourner dans son pays, quand bien même sa liberté et sa vie y sont menacées ; ou rester avec ses nouveaux proches, en se retrouvant dans la précarité ou même sans statut.

Les employeurs au Québec craignent à présent de ne pouvoir combler ces postes avec une main-d'oeuvre recrutée localement, arguant aussi du fait que les travailleuses et travailleurs étrangers temporaires qu'ils emploient sont désormais adéquatement formés et devraient donc pouvoir rester.

Or, plutôt que de leur offrir une voie vers la stabilité, le gouvernement du Québec demande à Ottawa de prolonger les permis fermés, une mesure qui maintient la précarité et la dépendance à un employeur unique.

La ministre fédérale de l'Emploi et des Familles, Patty Hajdu, propose une autre voie: que le Québec utilise ses pouvoirs pour délivrer des Certificats de sélection du Québec (SCQ), permettant aux TET d'accéder à la résience permanente

Envoyez un courriel aux élu.e.s de votre circonscription de l'Assemblée nationale et du Parlement du Canada

1. Visitez page de notre site web et téléchargez le modèle de lettre, et l'adaptez si souhaité.
2. Envoyez la lettre par courriel - trouvez l'adresse de courriel sur la page jointe.

cqrjm.org
facebook.com/regulariser.qc

INFOS

www.facebook/CCEM.ca

Notre comité

Fondé par et pour des chômeuses et chômeurs du quartier Hochelaga-Maisonneuve en 1987, le comité chômage de l'est de Montréal a comme mission de soutenir, d'informer et de défendre les personnes aux prises avec des questions et des problèmes d'assurance-chômage.

Le comité est un organisme non-gouvernemental et sans but lucratif, géré par ses membres.

514 521 3283

Internet : ww.ccem.ca
Courriel : ccem@ccem.ca

1935, rue Cuvillier
Montréal, Qc
H1W 3A4

BESOIN D'AIDE AVEC L'ASSURANCE-CHÔMAGE ?

Consultation téléphonique

Notre service de consultation téléphonique est ouvert du **mardi au jeudi** de 10h à 12h et de 13h30 à 15h30.

Consultation sur rendez-vous

Pour nous rencontrer à notre bureau, vous devez d'abord prendre un rendez-vous par téléphone.

PROCUREZ-VOUS NOS AUTRES PUBLICATIONS

D'autres éditions de **Notre chômedu** sont disponibles sur notre site internet. Vous y trouverez aussi plusieurs numéros de notre journal **Nos droits nos luttes** réalisé conjointement avec le Mouvement Action-Chômage de Montréal.

Consultez le site internet **www.lemasse.org** pour suivre les campagnes de notre regroupement national, le Mouvement autonome et solidaire des sans-emploi.

