



## Sensibilité chimique multiple (SCM)

# Modèles de lettres de demande d'accommodements

## Épauler la Communauté et Retirer les Barrières (ECRoB)

---

Si vous êtes atteint(e)s de sensibilité chimique multiple (SCM), il se peut que vous deviez prendre des dispositions pour répondre à vos besoins et à vos préférences. Pour vous aider dans cette démarche, nous avons préparé plusieurs lettres d'accommodement.

Demander un accommodement est la première étape cruciale pour obtenir ce dont vous avez besoin. Bien que vous puissiez faire cette demande verbalement, nous vous recommandons vivement de la soumettre par écrit. Ce faisant, vous augmentez non seulement vos chances d'obtenir l'accommodement nécessaire (les employeurs étant légalement tenus de coopérer à la procédure), mais vous bénéficiez également d'une protection juridique. En outre, le fait d'opter pour une demande écrite élimine le stress d'un entretien en face à face et vous permet de mieux contrôler la situation. Vous pouvez choisir soigneusement vos mots et rassembler des preuves à l'avance pour protéger efficacement vos droits. Veillez à toujours conserver une copie de la lettre et de tout courrier électronique y afférent, car ils peuvent constituer des documents essentiels. En cas de conversation en personne ou par téléphone, envoyez une lettre ou un courriel précisant la date et les détails de la conversation, afin de disposer d'une trace de la rencontre.

Demandez une lettre à votre médecin décrivant vos handicaps. Si vous préférez ne pas divulguer votre état de santé, la sensibilité chimique multiple (SCM), demandez à votre médecin de décrire les symptômes qui affectent vos activités sans nommer votre condition spécifique. Concentrez-vous sur l'explication de la manière dont un accommodement peut vous aider à surmonter les difficultés causées par vos symptômes dans le contexte donné. Bien que certains employés choisissent de présenter une documentation médicale initiale, cela n'est pas toujours nécessaire. Étant donné que votre employeur peut avoir d'autres questions, il peut être avantageux de ne pas fournir ces documents afin d'éviter de multiples demandes de lettres supplémentaires à votre médecin.

Nous avons préparé les exemples suivants afin de fournir des modèles de logement pour différents contextes. Ces modèles couvrent :

- **Lettre d'accommodement du lieu de travail** : Ce modèle est conçu pour vous aider à demander des accommodements sur votre lieu de travail afin de garantir un environnement confortable et favorable qui répond à vos besoins spécifiques.



- **Lettre d'accommodement de location** : Si vous avez besoin d'accommodements dans votre espace de vie, ce modèle vous aidera à communiquer vos besoins à votre propriétaire ou à votre gestionnaire immobilier, afin que votre logement réponde à vos besoins en matière de santé et de bien-être.
- **Lettre d'accommodement pour le secteur des services** : Lorsque vous êtes confronté à un manque d'accessibilité lors de l'utilisation de services dans des lieux publics (par exemple, boutiques, restaurants, hôtels, magasins, prestataires de soins de santé (cliniques, hôpitaux, etc.), banques, agences gouvernementales, etc.), ce modèle vous aidera à demander les ajustements nécessaires pour améliorer votre expérience.
- **Modèle de lettre d'accommodement général** : Ce modèle polyvalent peut être adapté à divers autres contextes dans lesquels vous pourriez avoir besoin d'accommodements. Vous pouvez l'adapter à votre situation et à vos besoins spécifiques.

Soyez ouvert au dialogue avec le fournisseur d'accommodement ; ne vous contentez pas d'énoncer vos besoins et de quitter la conversation. Si les questions de suivi du fournisseur d'accommodements sont raisonnables, il est important d'y répondre. Le processus interactif est réciproque et exige la coopération des deux parties. La communication continue établie grâce à ce processus contribuera à résoudre tout problème futur concernant les accommodements.

Si vous parvenez à un accord, n'oubliez pas de discuter des procédures de suivi et de convenir d'un calendrier d'action. Si le fournisseur d'accommodements propose un compromis déraisonnable, demandez un délai de réflexion. Si vous ne parvenez pas à vous mettre d'accord, suggérez que vous envisagiez tous deux d'aller plus loin. Dans les deux cas, fixez une nouvelle réunion dans les dix jours.

Si votre demande d'accommodement est refusée, poursuivez le processus interactif en demandant à votre employeur de vous communiquer la raison du refus par écrit. Si votre employeur estime que votre soutien médical n'est pas suffisant, vous pouvez obtenir un soutien supplémentaire ou envisager des solutions de remplacement si votre demande entraîne une contrainte excessive. Une escalade au sein de votre organisation, par exemple en contactant les ressources humaines, peut être une option. Les employeurs qui disposent d'une procédure interne de traitement des plaintes ou les syndicats peuvent offrir une autre voie de résolution. Si ces démarches n'aboutissent pas, vous pouvez déposer une plainte auprès de la commission des droits de la personne compétente.



N'hésitez pas à reformuler votre demande ou à en faire une autre si votre état de santé évolue. Il n'y a pas de limite au nombre ou aux types d'accommodements qui peuvent être accordés ; la seule limite est la contrainte excessive.

Ne tardez pas à faire appel à un conseiller juridique ou à contacter la commission des droits de la personne compétente si vous rencontrez des problèmes. Les plaintes pour discrimination doivent être déposées dans un délai déterminé à compter de la survenance de l'acte discriminatoire supposé. Pour connaître ce délai, veuillez-vous adresser à la commission des droits de la personne compétente.



## **MODÈLE : Lettre de demande d'accommodement pour le travail**

OBJET : Demande d'accommodement du lieu de travail

[Date de la lettre]

[Votre nom]

[Votre adresse]

[Nom de l'employeur]

[Adresse de l'employeur]

Cher [superviseur/directeur/ressources humaines/chef de service],

Je suis actuellement employé(e) à [Nom de l'entreprise] en tant que [Titre du poste], poste que j'occupe depuis [Date]. Je demande [un/des accommodement(s)] en raison de ma sensibilité chimique multiple (SCM), une condition médicale et handicap reconnu qui se manifeste par des symptômes lors de l'exposition à certains produits [énumérer les produits]. L'exposition entraîne des symptômes tels que [énumérer les symptômes, par exemple migraines, essoufflement].

La mise en œuvre de ces accommodements améliorera non seulement ma santé, mais aussi mes performances professionnelles. Je propose donc le(s) accommodement(s) raisonnable(s) suivant(s) :

- (Énumérer les accommodements raisonnables souhaités, à raison d'une suggestion par point).

Si les accommodements que j'ai énumérés ne sont pas réalisables, je suis disposé à participer à un processus interactif afin de déterminer s'il existe une autre solution efficace.

*FACULTATIF* : Si vous avez besoin d'une vérification médicale de mon état, je suis prêt à fournir les documents nécessaires sur demande. [Ou « Je joins les documents médicaux attestant de mon handicap »].

Je vous remercie de l'attention que vous porterez à cette question. J'apprécierais une réponse à cette lettre dans un délai d'une semaine afin que je puisse être aussi efficace que possible dans mon travail. Je me réjouis de coopérer avec vous pour trouver une solution efficace et économique.

Je vous remercie de votre compréhension et de votre coopération.



Cordialement,

[Votre signature]

[Votre nom]

CC : Toute personne supplémentaire, comme un superviseur direct

**Ce qu'il faut garder à l'esprit pour les demandes d'accommodements liés au travail :**

Bien que votre employeur ait le droit de demander une lettre de médecin à l'appui de votre demande d'accommodement, l'employé n'a pas besoin de communiquer des détails médicaux privés. Il doit simplement illustrer la relation entre son handicap et sa demande.

Si votre employeur vous pose des questions sur votre maladie que vous considérez comme non pertinentes pour votre accommodement, vous pouvez demander que ces questions soient présentées par écrit. Si vous ne savez pas comment répondre à des questions sur votre handicap, vous pouvez toujours dire : « Merci. Veuillez m'envoyer cette question par écrit et je vous répondrai de la même manière. » Souvent, cette tactique permet de faire disparaître la question.

Votre employeur n'est pas autorisé à refuser votre demande sur la base de sa perception de votre handicap. S'il fait de telles affirmations, vous pouvez répondre en disant : « Merci. Veuillez mettre cela par écrit et me l'envoyer » ou lui envoyer un courriel indiquant : « Je n'ai pas reçu de raison écrite pour le refus de mon accommodement. Veuillez me fournir une raison par écrit. »

L'argument le plus convaincant pour adapter votre travail est de montrer que ces accommodements permettront de maintenir ou d'améliorer votre niveau de productivité.

Il est conseillé de demander un accommodement raisonnable avant que ne surviennent des problèmes liés aux performances professionnelles. Demander des accommodements de manière proactive permet d'éviter les problèmes qui peuvent survenir lorsque l'on traite après coup des problèmes liés aux performances passées.

Si l'accommodement entraîne des coûts, votre employeur peut bénéficier de déductions fiscales ou de crédits d'impôt pour les dépenses engagées en vue de fournir des accommodements raisonnables aux personnes handicapées. Cela peut valoir la peine d'étudier la question si votre employeur hésite à vous fournir les accommodements souhaités en raison de leur coût.



**MODÈLE : Lettre de demande d'accommodement de l'espace de vie**

OBJET : Demande d'accommodement de l'espace de vie

[Date de la lettre]

[Votre nom]

[Votre adresse]

[Nom du propriétaire]

[Adresse du propriétaire]

Cher [Nom du propriétaire],

Je réside à [adresse/nom du bâtiment], unité [numéro], depuis [date]. Je vous écris pour demander [un ou plusieurs accommodements] pour mon espace de vie en raison de ma sensibilité chimique multiple (SCM). Il s'agit d'un état de santé et handicap reconnu dans lequel j'éprouve des symptômes lors de l'exposition à certains produits [énumérer les produits]. L'exposition entraîne des symptômes tels que [énumérer les symptômes, par exemple migraines, essoufflement].

Pour atténuer ces effets, je propose les ajustements suivants :

- (Énumérer les accommodements raisonnables souhaités, à raison d'une suggestion par point).

Si les accommodements que j'ai énumérés ne sont pas réalisables, je suis disposé à participer à un processus interactif afin de déterminer s'il existe une autre solution efficace.

*FACULTATIF* : Si les changements entraînent des coûts, vous pouvez bénéficier de crédits d'impôt ou de déductions pour les dépenses liées à la mise en place d'accommodements raisonnables].

Si vous avez besoin d'une vérification médicale de mon état, je suis prêt à fournir les documents nécessaires sur demande. [Ou « Je joins les documents médicaux attestant de mon handicap »].

Je vous remercie de l'attention que vous porterez à cette question. J'apprécierais une réponse à cette lettre dans un délai d'une semaine afin que mon état de santé puisse s'améliorer le plus



rapidement possible. Je me réjouis de coopérer avec vous pour trouver une solution efficace et économique.

Je vous remercie de votre compréhension et de votre coopération.

Cordialement,

[Votre signature]

[Votre nom]

CC : D'autres personnes, comme un gestionnaire de bâtiment



**MODÈLE : Lettre de demande d'accommodement pour le secteur des services**

*Ce modèle peut être utilisé pour les demandes d'accommodements dans l'ensemble du secteur des services, y compris les boutiques, les restaurants, hôtels, magasins, prestataires de soins de santé (cliniques, hôpitaux, etc.), les banques et les agences gouvernementales. Il nécessite une personnalisation importante pour chaque cas particulier, car il nous est impossible d'anticiper tous les scénarios possibles. Il est également applicable aux bâtiments et services publics.*

OBJET : Demande d'accommodements liés aux services

[Date de la lettre]

[Votre nom]

[Votre adresse]

[Nom du fournisseur d'hébergement]

[Adresse du fournisseur d'hébergement]

Cher [nom du gestionnaire/nom du lieu],

J'espère que ce message vous conviendra. Je vous écris pour demander des accommodements en raison d'une condition médicale chronique, et handicap reconnu, la sensibilité chimique multiple (SCM), qui touche 3,5 % de la population canadienne, selon Statistique Canada, 2020. La sensibilité chimique multiple est un état dans lequel j'éprouve des symptômes à la suite d'une exposition à certains produits [énumérer les produits]. L'exposition entraîne des symptômes tels que [énumérer les symptômes, par exemple migraines, essoufflement].

J'ai l'intention de me rendre dans votre établissement le [date et heure]. Afin de ne pas aggraver mes symptômes, je vous demande de bien vouloir procéder aux ajustements suivants :

- (Énumérer les accommodements raisonnables souhaités, à raison d'une suggestion par point).

Si cela s'avère difficile, je suis disposé à participer à un processus interactif afin de déterminer s'il existe une autre solution efficace.





Si vous avez besoin d'une vérification médicale de mon état, je suis prêt à fournir les documents nécessaires sur demande. [Ou « Je joins les documents médicaux attestant de mon handicap »].

Je me réjouis de travailler ensemble pour trouver une solution efficace et abordable qui garantisse que vos services restent accessibles à tous, y compris aux personnes ayant un handicap comme le mien. J'apprécierais une réponse dans un délai d'une semaine afin d'accélérer la mise en œuvre d'un plan approprié.

Je vous remercie de votre compréhension et de votre coopération.

Cordialement,

[Votre signature]

[Votre nom]

CC : Toute personne supplémentaire, telle que le propriétaire, les gestionnaires, etc.

### **MODÈLE : Lettre de demande d'accommodements généraux**

Ce modèle est conçu pour les demandes d'accommodement non conventionnelles, telles que demander à un voisin de ne pas utiliser de draps parfumés ou demander un environnement sans parfum lors d'un événement. Il doit être largement personnalisé pour répondre aux spécificités de chaque situation unique, car il nous est impossible de prévoir tous les cas d'utilisation possibles.

Objet : Demande de logement spécial

[Date de la lettre]

[Votre nom]

[Votre adresse]

[Nom du fournisseur d'hébergement]

[Adresse du fournisseur d'hébergement]

Cher [XYZ],

J'espère que cette lettre vous trouvera en bonne santé et de bonne humeur. Je vous écris pour demander un accommodement spécifique lié à mon état de santé chronique et un handicap reconnu, la sensibilité chimique multiple (SCM), qui touche 3,5 % de la population canadienne, selon Statistique Canada, 2020. La sensibilité chimique multiple est un état dans lequel j'éprouve des symptômes lors de l'exposition à certains produits [énumérer les produits]. L'exposition entraîne des symptômes tels que [énumérer les symptômes, par exemple migraines, essoufflement].

Je vous serais reconnaissant de bien vouloir répondre à mes besoins en [précisant la demande]. Cela me permettrait de [expliquer en quoi cet accommodement vous serait utile]. Si cela s'avère difficile, je suis disposé à participer à un processus interactif afin de déterminer s'il existe une autre solution efficace.

Si vous avez besoin d'une vérification médicale de mon état, je suis prêt à fournir les documents nécessaires sur demande. [Ou « Je joins les documents médicaux attestant de mon handicap »]. L'attention que vous porterez à cette question dans les plus brefs délais contribuera grandement à ma santé et à mon confort. J'espère recevoir une réponse d'ici une s



semaine afin que nous puissions élaborer un plan acceptable. Je suis disposé à en discuter par courrier électronique ou par téléphone si vous le souhaitez.

Je vous remercie de votre compréhension et de votre coopération.

Cordialement,

[Votre signature]

[Votre nom]

CC : Autres personnes