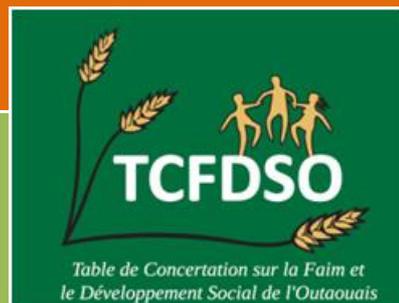


PORTRAIT DES SERVICES DE SOUTIEN ALIMENTAIRE OFFERT AUX AÎNÉS DE L'OUTAOUAIS

Une analyse différenciée selon le sexe



*Étude réalisée par la Table de Concertation sur la Faim
et le Développement de l'Outaouais (TCFDSO)*

2011



REMERCIEMENTS

La réalisation de cette étude a été rendue possible grâce à une subvention conjointe de la Conférence Régionale des Élus de l'Outaouais et d'Emploi Québec. Elle a mobilisé plusieurs personnes. Nous tenons à remercier les milieux communautaire et institutionnel dont la participation a permis de réaliser cette recherche. Nos remerciements s'adressent également à l'Agence de la santé et des services sociaux de l'Outaouais pour les données statistiques et les informations qui nous ont permis d'approfondir nos analyses.

Cette présente étude n'aurait pas pu être réalisée sans la contribution des membres du comité de suivi.

Direction de la recherche

André Dolbec, président du conseil d'administration de la Table de Concertation sur la Faim et le Développement Social de l'Outaouais

Coordination de la recherche et de la rédaction

Bernadette Ouédraogo, agente de recherche

Soutien à la collecte des données primaires

Monique Olivier, consultante

Collaborateurs et membres du comité de suivi

Donna Levesque, directrice du Centre Alimentaire Aylmer

Fabienne Lachapelle, directrice du Centre d'Action Bénévole de Hull

Lorraine Légault et Christiane Benoît, révision

Linda Chénier, Nutritionniste au CSSS de Gatineau

Véronique Ouellet St-Denis, Diététiste-Nutritionniste CSSS de Papineau

Line Ouellet, Organisatrice communautaire CSSS des Collines

Raymond Carrière, organisateur communautaire CSSS de Gatineau

Soutien technique

Josée Poirier Defoy, coordonnatrice de la Table de Concertation sur la Faim et le Développement Social de l'Outaouais (2010-2011).

Sandra Duque, coordonnatrice de la Table de Concertation sur la Faim et le Développement Social de l'Outaouais (2011-2012).

TABLE DES MATIÈRES

	Pages
Introduction.....	1
1. Objectifs et pertinence de la recherche	3
Objectifs spécifiques	3
2. Contexte et problématique	4
2.1. Un service nécessaire	5
2.2. En Outaouais	6
3. Revue de la littérature	7
3.1. Aînés	7
3.1.1. Définition	7
3.1.2. Données sociodémographiques.....	8
3.2. Sécurité alimentaire.....	10
3.3. Insécurité alimentaire	11
3.3.1. Vieillesse et insécurité alimentaire	12
3.3.2. Facteurs déterminants de l'insécurité alimentaire chez les aînés	13
3.3.3. État de l'insécurité alimentaire chez les aînés de l'Outaouais	15
3.4. Les services de soutien alimentaire de l'Outaouais	15
3.4.1. Les soupes populaires	15
3.4.2. Les magasins partage alimentaire	15
3.4.3. Le programme « Bouffe-santé »	16
3.4.4. Les groupes d'achats alimentaires	16
3.4.5. Les cuisines collectives	16
3.4.6. Les comptoirs d'aide alimentaire ou les banques alimentaires	16
3.4.7. Les popotes roulantes.....	17
3.4.8. Les jardins collectifs et/ou communautaires.....	17
3.4.9. Les dîners communautaires.....	17
4. Méthodologie de la recherche	18
4.1. Analyse différenciée selon le sexe	18
4.2. Modèle de déterminants sociaux	19
4.3. Méthode de collecte de données	20

4.3.1. Méthode d'échantillonnage.....	20
4.3.2. Structure de l'échantillon.....	20
4.3.3. Pré-test.....	21
4.3.4. Enquête.....	21
4.4. Limites de l'étude.....	22
5. Résultats et analyses.....	24
5.1. Statistiques descriptives.....	24
5.1.1. Portrait des répondants.....	24
5.1.2. Caractéristiques des répondants.....	25
5.1.3. Facteurs déterminants de la sécurité alimentaire chez les aînés de la région de l'Outaouais.....	26
5.2. Besoins en services de soutien alimentaire chez les aînés de la région de l'Outaouais selon le groupe d'âge et le sexe.....	32
5.2.1. Point de vue des aînés.....	32
5.2.2. Types de services de soutien alimentaire.....	34
6. Portrait des services de soutien alimentaire offerts sur les territoires des CLSC.....	38
6.1. Territoire de l'Outaouais.....	38
6.1.1. Projections du vieillissement selon le territoire des CLSC.....	38
6.1.2. État d'insécurité alimentaire en Outaouais.....	39
6.2. Territoire du CLSC de Hull.....	41
6.2.1. Projections du vieillissement selon le groupe d'âge et le sexe.....	41
6.2.2. État d'insécurité alimentaire sur le territoire du CLSC de Hull.....	42
6.3. Territoire du CLSC d'Aylmer.....	42
6.3.1. Projections du vieillissement selon le groupe d'âge et le sexe.....	42
6.3.2. État d'insécurité alimentaire sur le territoire du CLSC d'Aylmer.....	43
6.4. Territoire du CLSC de Gatineau.....	44
6.4.1. Projections du vieillissement selon le groupe d'âge et le sexe.....	44
6.4.2. État d'insécurité alimentaire sur le territoire du CLSC de Gatineau.....	45
6.4.3. Services de soutien alimentaire sur les territoires des CLSC de Hull, d'Aylmer et de Gatineau.....	46
6.5. Territoire du CLSC du Pontiac.....	49

6.5.1. Les projections du vieillissement selon le groupe d'âge et le sexe.....	49
6.5.2. État de l'insécurité alimentaire sur le territoire du CLSC du Pontiac.....	50
6.5.3. Services de soutien alimentaire disponibles sur le territoire du CLSC du Pontiac.....	51
6.6. Territoire du CLSC des Collines-de-l'Outaouais.....	52
6.6.1. Projections du vieillissement selon le groupe d'âge et le sexe.....	52
6.6.2. État de l'insécurité alimentaire sur le territoire du CLSC des Collines-de-l'Outaouais.....	53
6.6.3. Services de soutien alimentaire disponibles sur le territoire du CLSC des Collines-de-l'Outaouais.....	54
6.7. Territoire du CLSC de la Vallée-de-la-Gatineau.....	55
6.7.1. Projections du vieillissement selon le groupe d'âge et le sexe.....	55
6.7.2. État de l'insécurité alimentaire sur le territoire du CLSC de la Vallée-de-la-Gatineau.....	57
6.7.3. Services de soutien alimentaire disponibles sur le territoire du CLSC de la Vallée-de-la-Gatineau.....	57
6.8. Territoire du CLSC de la Vallée-de-la-Lièvre.....	58
6.8.1. Projections du vieillissement selon le groupe d'âge et le sexe.....	58
6.8.2. État d'insécurité alimentaire dans le territoire du CLSC de la Vallée-de-la-Lièvre.....	59
6.8.3. Services de soutien alimentaire disponibles sur le territoire du CLSC de la Vallée-de-la-lièvre.....	60
6.9. Territoire du CLSC de la Petite-Nation.....	60
6.9.1. Projections du vieillissement selon le groupe d'âge et le sexe.....	60
6.9.2. État d'insécurité alimentaire sur le territoire du CLSC de la Petite-Nation.....	61
6.9.3. Services de soutien alimentaire disponibles sur le territoire du CLSC de la Petite-Nation.....	62
7. Analyses qualitatives.....	64
7.1. Analyse selon le groupe d'âge.....	64
7.2. Analyse selon le sexe.....	65
8. Organismes communautaires et lutte contre l'insécurité alimentaire en Outaouais.....	67

8.1. Services de soutien alimentaire offerts par les organismes communautaires et leurs impacts sur les déterminants de la santé.....	68
8.1.1. Déterminants biophysiques	68
8.1.2. Déterminants du milieu de vie (relation avec l'entourage).....	69
8.1.3. Déterminants comportementaux	71
8.1.4. Déterminants socioéconomiques et déterminants sociopolitiques.	73
8.3. Facteurs qui ont un impact sur l'alimentation des aînés de l'Outaouais	75
8.4. Suggestions pour améliorer les services de soutien alimentaire de l'Outaouais	76
9. Synthèse et Recommandations	81
9.3.1 Recommandations spécifiques aux femmes :	86
9.3.2 Recommandations spécifiques aux hommes :	86
Conclusion	87
Bibliographie.....	89
Annexes.....	93

TABLE DES FIGURES

	Pages
Figure 1. Projections du vieillissement par MRC	9
Figure 2. Principaux facteurs déterminants de l’insécurité alimentaire chez les aînés.....	14
Figure 3. Répartition des répondants selon le lieu de résidence	24
Figure 4. Répartition des répondants selon le groupe d’âge	26
Figure 5. Revenu familial des répondants.....	27
Figure 6. Niveau de scolarité des répondants.	28
Figure 7. État de santé des répondants	30
Figure 8. Niveau de satisfaction des répondants sur leur alimentation.....	31
Figure 9. Types de services de soutien alimentaire reçus ou dont on croit avoir besoin.....	35
Figure 10. Projections du vieillissement des 65 ans et plus selon les territoires de CLSC.....	38
Figure 11. Projections du vieillissement selon le groupe d’âge sur le territoire du CLSC de Hull.....	41
Figure 12. Pourcentage des aînés de 65 ans et plus selon le sexe sur le territoire du CLSC de Hull.....	41
Figure 13. Projections du vieillissement selon le groupe d’âge sur le territoire du CLSC d’Aylmer	43
Figure 14. Pourcentage des aînés de 65 ans et plus selon le sexe sur le territoire du CLSC d’Aylmer	43
Figure 15. Projections du vieillissement par groupe d’âge sur le territoire du CLSC de Gatineau.....	45
Figure 16. Pourcentage des aînés de 65 ans et plus selon le sexe sur le territoire du CLSC de Gatineau.....	45
Figure 17. Projections du vieillissement selon le groupe d’âge sur le territoire du CLSC du Pontiac.....	49
Figure 18. Pourcentage des aînés de 65 ans et plus selon le sexe sur le territoire du CLSC du Pontiac.....	50
Figure 19. Projections du vieillissement selon le groupe d’âge sur le territoire du CLSC des Collines-de-l’Outaouais.....	53
Figure 20. Pourcentage des aînés de 65 ans et plus selon le sexe sur le territoire du CLSC des Collines-de-l’Outaouais.....	53
Figure 21. Projections du vieillissement selon le groupe d’âge sur le territoire du CLSC de la Vallée-de-la-Gatineau.....	56

Figure 22. Pourcentage des aînés de 65 ans et plus selon le sexe sur le territoire du CLSC de la Vallée-de-la-Gatineau.....	56
Figure 23. Projections du vieillissement selon le groupe d'âge sur le territoire du CLSC de la Vallée-de-la Lièvre	58
Figure 25. Projections du vieillissement selon le groupe d'âge sur le territoire du CLSC de la Petite-Nation.....	61
Figure 26. Pourcentage des aînés de 65 ans et plus selon le sexe sur le territoire du CLSC de la Petite-Nation.....	61

TABLE DES TABLEAUX

	Pages
Tableau 1. Répartition des répondants selon le lieu de résidence.....	24
Tableau 2. Répartition des répondants selon le sexe	25
Tableau 3. Répartition des répondants selon le groupe d'âge	25
Tableau 4. Revenu familial des répondants selon le sexe.....	27
Tableau 5. Niveau de scolarité des répondants selon le sexe	28
Tableau 6. Niveau de scolarité des répondants selon le groupe d'âge.....	29
Tableau 7. État de santé des répondants selon le sexe	29
Tableau 8. Niveau de satisfaction des répondants sur leur alimentation selon le sexe	30
Tableau 9. Réception de services de soutien alimentaire par les répondants	32
Tableau 10. Réception de services de soutien alimentaire par les répondants dans le futur selon le sexe.....	33
Tableau 11. Réception de services de soutien alimentaire par les répondants dans le futur selon l'âge.....	33
Tableau 12. Types de services de soutien alimentaire reçus ou dont on croit avoir besoin.....	34
Tableau 13. Récapitulatif des services offerts	37
Tableau 14. Estimations de l'état d'insécurité alimentaire sur le territoire de l'Outaouais	40
Tableau 15. Estimations de l'état d'insécurité alimentaire sur le territoire du CLSC de Hull.....	42
Tableau 16. Estimations de l'état d'insécurité alimentaire sur le territoire du CLSC d'Aylmer	44
Tableau 17. Estimations de l'état d'insécurité alimentaire sur le territoire du CLSC de Gatineau.....	46
Tableau 18. Estimations de l'état d'insécurité alimentaire sur le territoire du CLSC du Pontiac.....	51
Tableau 19. Estimations de l'état d'insécurité alimentaire sur le territoire du CLSC les Collines-de-l'Outaouais.....	54
Tableau 20. Estimations de l'état d'insécurité alimentaire sur le territoire du CLSC de la Vallée-de-Gatineau.....	57
Tableau 21. Estimations de l'état d'insécurité alimentaire sur le territoire du CLSC de la Vallée-de-la-Lièvre.....	59
Tableau 22. Estimations de l'état d'insécurité alimentaire sur le territoire du CLSC de la Petite-Nation.....	62

Tableau 23. Résultats des analyses des variables qualitatives selon le sexe.....	66
Tableau 24. Changement de l'alimentation des répondants depuis 10 ans selon le sexe	72
Tableau 25. Raisons qui ont amené les répondants à modifier leur alimentation.....	73
Tableau 26. Banques alimentaires : clientèle 55 ans et plus - période 2010 - 2011*	74
Tableau 27. Les services de popote roulante de l'Outaouais – période 2010-2011.....	79

TABLE DES ANNEXES

	Pages
Annexe 1. Questionnaire sur la sécurité alimentaire des aînés - fiche individuelle.....	93
Annexe 2. Questionnaire sur la sécurité alimentaire des aînés - fiche pour les organismes	96
Annexe 3. Liste des organismes communautaires sélectionnés pour les fins de la recherche.....	98
Annexe 4. Liste des organismes contactés pour les fins de la recherche	103
Annexe 5. Ressources œuvrant en sécurité alimentaire - Territoire du CSSS de Gatineau	106
Annexe 6. Ressources œuvrant en sécurité alimentaire - Territoire de CSSS du Pontiac	110
Annexe 7. Ressources œuvrant en sécurité alimentaire - Territoire du CSSS des Collines.....	111
Annexe 8. Ressources œuvrant en sécurité alimentaire - Territoire du CSSS de Vallée-de-la-Gatineau	113
Annexe 9. Ressources œuvrant en sécurité alimentaire - Territoire du CSSS de Papineau	114
Annexe 10. Liste des popotes roulantes dans la région de l'Outaouais	117
Annexe 11. Liste des cuisines collectives dans la région de l'Outaouais	118

INTRODUCTION

La sécurité alimentaire existe lorsque tous les êtres humains ont, à tout moment, un accès physique et économique à une nourriture suffisante, saine et nutritive leur permettant de satisfaire leurs besoins énergétiques et leurs préférences alimentaires pour mener une vie saine et active.¹

Appliquer cette définition dans le cas des personnes âgées ne permet pas de mieux cerner la problématique de l'insécurité alimentaire chez ces dernières. Les aînés subissent des transformations, somme toutes naturelles ou pathologiques, du fait du corps vieillissant. Ces changements sont susceptibles d'affecter la capacité de la personne âgée à se nourrir convenablement, à se procurer de la nourriture ou à effectuer des tâches reliées à l'alimentation.

Bien que l'insécurité alimentaire touche toutes les tranches d'âge, les personnes âgées, en particulier, sont plus vulnérables et donc à risque. Cette insécurité touche davantage les femmes que les hommes. Selon Statistique Canada, chez les personnes de 65 ans et plus vivant en situation d'insécurité alimentaire, les femmes représentent 3,4 % contre 2,7 % chez les hommes du même groupe d'âge².

La région de l'Outaouais n'est pas en reste du vieillissement de la population, de la prévalence de la faim et de la malnutrition chez les aînés.

Depuis 2007, la Table de concertation sur la faim et le développement social de l'Outaouais (TCFDSO), en collaboration avec ses partenaires, a élaboré un cadre d'intervention pour la sécurité alimentaire. Ce référentiel est un outil qui facilite la collaboration entre les différents organismes qui œuvrent pour la sécurité alimentaire dans la région. Ces organismes offrent des services pour combattre la

¹ Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture, 1996

² Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes (ESCC), 2007-2008

faim et la malnutrition dans la communauté. Cette recherche a pour objectif de dresser le portrait du soutien alimentaire apporté aux personnes âgées dans notre région.

Dans un premier temps, le rapport de recherche présente une recension des données sur la sécurité alimentaire et sur la définition des personnes âgées ainsi que leurs caractéristiques sociodémographiques. Dans un deuxième temps, il fait l'inventaire des services de soutien alimentaire disponibles. Les résultats de la recherche sont présentés dans une perspective d'analyse différenciée selon le sexe. Ils permettent de cerner les principales difficultés que rencontrent les organismes communautaires qui œuvrent pour la sécurité alimentaire de la région de l'Outaouais. Enfin, le rapport se termine sur des pistes d'actions pour agir sur la problématique de l'insécurité alimentaire chez les personnes âgées.

1. OBJECTIFS ET PERTINENCE DE LA RECHERCHE

L'objectif général poursuivi par cette recherche est de dresser le portrait des services de soutien alimentaire offerts aux aînés de la région de l'Outaouais. À cet effet, notre étude cherche à faire l'état des lieux des services disponibles, à identifier les besoins des aînés et surtout à vérifier dans quelle mesure ces services répondent à leurs besoins. Elle vise également à analyser la situation des organismes communautaires qui sont des acteurs incontournables pour la sécurité alimentaire des aînés. Enfin, elle s'attarde à connaître le point de vue des intervenants sociaux et des organismes communautaires sur les moyens à mettre en place pour mieux répondre aux besoins des personnes âgées en matière d'alimentation.

Objectifs spécifiques

La recherche poursuit trois objectifs spécifiques:

- Situer la problématique de l'insécurité alimentaire chez les aînés de la région de l'Outaouais au moyen d'une analyse différenciée selon les sexes;
- Analyser les approches et les interventions des acteurs impliqués dans les services offerts aux aînés en situation d'insécurité alimentaire;
- Dégager des recommandations différenciées selon le sexe dans le but d'améliorer le soutien alimentaire qui leur est offert.

2. CONTEXTE ET PROBLÉMATIQUE

En 2004, selon les estimations du gouvernement du Québec, la population des aînés résidant dans leur propre domicile s'élevait à 87,8 %, celle vivant dans un CHSLD à 3,8 % et celle demeurant en milieu de vie protégé à 8,4 % dont 7,9 % en résidence privée et 0,5 % en résidence intermédiaire (MSSS, 2005).

Le service de maintien à domicile est le principal service qui permet aux aînés de demeurer le plus longtemps possible dans leur milieu de vie naturel. Compte tenu des transformations physiologiques dues au processus de vieillissement, plusieurs facteurs, aussi bien humains qu'environnementaux, interagissent et rendent les personnes âgées plus vulnérables.

Au Québec, selon l'Enquête sur la Santé dans les collectivités canadiennes (*ESCC*) 2007-2008, 39,3 % des personnes âgées de 60 ans et plus ont, parfois ou souvent, des limitations pour accomplir des activités. Ces incapacités fonctionnelles modérées ou graves entravent les activités de la vie quotidienne et domestique, dont l'approvisionnement alimentaire, la préparation des repas et même l'alimentation. Certaines études ont montré que le degré de dépendance dans les activités de la vie quotidienne était fortement relié à la qualité de l'alimentation et à l'apport nutritionnel³. En effet, un état nutritionnel pauvre peut contribuer à exacerber des limitations fonctionnelles, à diminuer la masse musculaire, à mener à des troubles métaboliques et à affaiblir les défenses immunitaires⁴.

Une enquête effectuée à Montréal auprès d'un échantillon de personnes âgées qui reçoivent les services de livraison de repas à domicile (popotes roulantes) révélait

³ Bianchetti et al., (1990) cité dans RRSSS de Montréal Centre, (2001). *Protocole interdisciplinaire de dépistage et d'intervention sur les troubles nutritionnels*, Projet SIPA, p. 3

⁴ Ordre professionnel des diététistes du Québec (2007). *Mémoire de l'Ordre professionnel des diététistes du Québec*. Consultation publique sur les conditions de vie des aînés : un défi à réussir ensemble », p.13.

que, près de la moitié d'entre eux, soit 44 %, présente un risque élevé de malnutrition. Le fait de manger seul la plupart du temps (75,8 %) et les difficultés à préparer les repas et à s'approvisionner (50,8 %) figurent parmi les facteurs de risque les plus importants⁵.

Ainsi, quatre facteurs jouent un rôle important sur l'état nutritionnel des personnes âgées : leur habileté à se procurer de la nourriture, leur habileté à préparer les repas, leur capacité à se nourrir de manière indépendante et la disponibilité d'un aidant lorsque cela est requis⁶. Les popotes roulantes répondent, à des degrés divers, à ces quatre critères. Elles sont souvent essentielles pour assurer la sécurité alimentaire des aînés.

2.1. Un service nécessaire

Le vieillissement de la population ainsi que les éléments de la Politique gouvernementale de maintien dans la communauté, ont engendré un alourdissement de la clientèle demeurant à domicile et, par le fait même, un alourdissement de la clientèle des popotes roulantes. Par exemple, pour être hébergé en CHSLD, le critère d'admissibilité du nombre d'heures minimales requises pour assurer les soins quotidiens est dorénavant de trois heures. De plus en plus d'aînés ayant davantage d'incapacités devront donc demeurer plus longtemps à domicile. Il y a maintenant un besoin pressant d'assurer une livraison plus fréquente de repas, d'offrir des services pour accommoder les diètes spéciales médicales de plus en plus nombreuses et de livrer davantage de repas congelés. Le nombre de clients référés aux popotes roulantes est en croissance constante. Par exemple, il a doublé entre 1995 et 2007 au niveau des popotes roulantes regroupées au sein du Centre d'action bénévole de Montréal.

⁵ *Étape de mise en œuvre du programme Sortir à son goût (1997)*. www.santepub-mtl.qc.ca, visité le 8 juillet 2008

⁶ *Ordre professionnel des diététistes du Québec (2007). Mémoire de l'Ordre professionnel des diététistes du Québec. Consultation publique sur les conditions de vie des aînés : un défi à réussir ensemble* », p.13.

Dans un document publié en 1996, l'Association canadienne de soins et services communautaires faisait le constat suivant : « ... *Il y a un besoin pour une livraison de repas plus que trois à cinq jours semaine* ». En 2000, la Coalition pour le maintien dans la communauté (COMACO) abondait en ce sens, en faisant la recommandation suivante : « ... *Rendre accessible les services de repas au minimum cinq jours semaine, voire sept jours, pour les aînés en grande perte d'autonomie* ».

2.2. En Outaouais

A l'instar des autres régions canadiennes, l'Outaouais connaît un vieillissement important de la population. Cela a une conséquence directe sur la demande des services alimentaires adaptés à la population vieillissante. On est en droit de se demander si la demande n'est pas supérieure à l'offre de services? Par exemple, un service de popote roulante dans le secteur Aylmer dessert un maximum de 30 personnes à raison de deux repas par semaine (tableau 27). Les besoins pourraient être plus grands en termes de nombre de personnes à desservir et du nombre de repas à livrer chaque semaine. Hélas, l'absence de données ne permet pas de démontrer l'ampleur des besoins, non seulement à Aylmer mais également sur l'ensemble du territoire de la région de l'Outaouais. Il appert donc important de faire un portrait d'ensemble des infrastructures mises en place, des types de services actuellement offerts, des ressources humaines requises et des besoins de soutien alimentaire des personnes âgées pour l'ensemble de la région de l'Outaouais et ce, afin d'apporter un soutien adéquat à cette population vieillissante.

3. REVUE DE LA LITTÉRATURE

Avant d'aborder la question des services de soutien alimentaire offerts aux personnes âgées, il importe de bien cerner ce que l'on entend par «aîné» dans le contexte canadien et de définir les caractéristiques sociodémographiques de cette population ainsi que le concept de sécurité alimentaire et les facteurs qui peuvent jouer un rôle déterminant dans l'alimentation des personnes âgées.

3.1. Aînés

3.1.1. Définition

Qui est cette personne qu'on dit «aîné»? Cette question suscite toujours des débats. Selon le Multidictionnaire de la langue française, les aînés sont des « personnes âgées » et le terme a pour synonyme « âge d'or », « troisième âge ».

Faire un portrait du soutien alimentaire requis et offert aux aînés pose d'emblée plusieurs défis. Premièrement, cette population est très diversifiée en ce qui a trait à de nombreux aspects, tels l'état de santé, le soutien social, la situation financière et le statut social. De plus, ces éléments sont influencés par la variable « sexe ». Cette réalité nous impose donc nécessairement certaines simplifications et généralisations en tant que groupe. Deuxièmement, il n'existe pas une définition consensuelle du terme «aîné» puisqu'il suscite toujours des débats.

Cependant, en épousant la définition du Multidictionnaire de la langue française, le seuil de 65 ans et plus sera retenu pour délimiter la population des aînés dans le cadre de cette recherche. Selon Chappell et al. (2003), considérer l'âge de 65 ans et plus comme repère est plus pratique du point de vue méthodologique et c'est le seuil le plus couramment utilisé.

Du point de vue conceptuel, Statistique Canada définit les aînés comme étant des personnes âgées de 65 ans et plus et ce, pour plusieurs raisons. Non seulement la plupart des gens admettent que 65 ans est l'âge auquel une personne devient « aîné », mais les institutions sociales reconnaissent également cette réalité. Par exemple, l'âge de 65 ans est toujours reconnu comme l'âge « normal » de la retraite et c'est l'âge auquel une personne a le droit de recevoir une pension complète au Canada, même si bien des gens prennent leur retraite ou reçoivent leur pleine pension de leur ancien employeur avant cet âge.

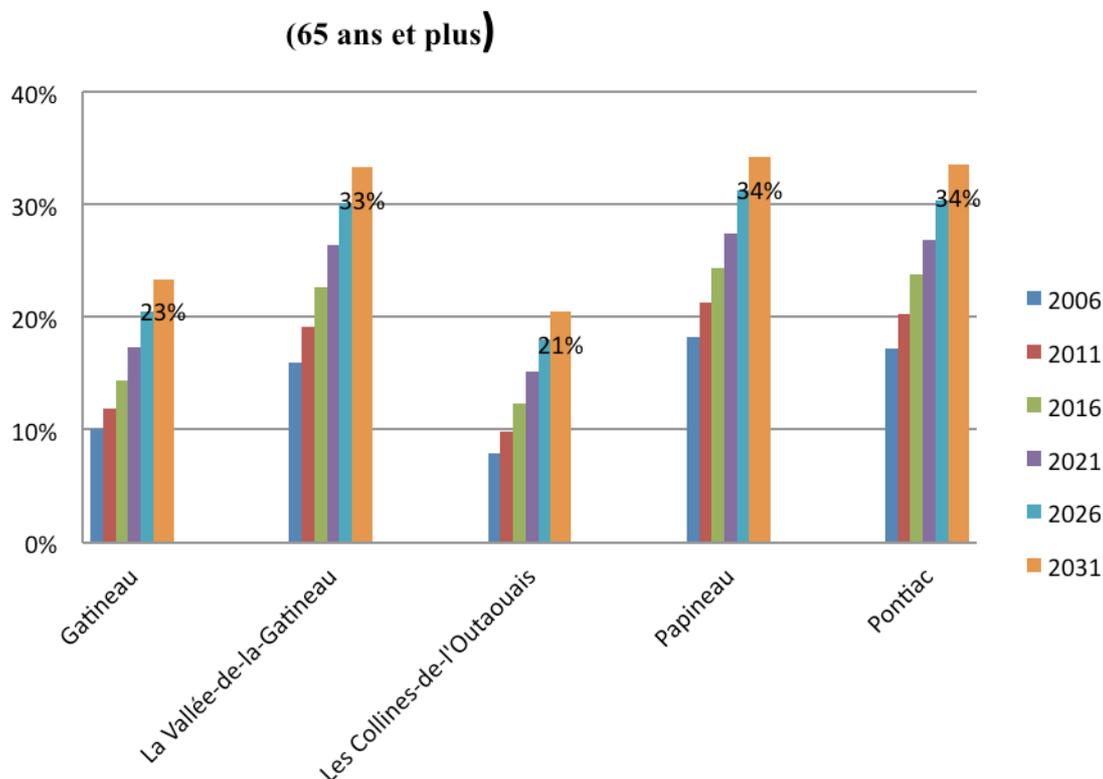
De plus, les adultes âgés de 65 ans et plus constituent généralement le groupe des aînés dans les études portant sur le vieillissement menées par Santé Canada. En considérant la question de l'alimentation, on constate que les aînés présentent des caractéristiques très différentes.

Étant donné que les conditions de vie et la situation des personnes âgées de plus de 65 ans sont très variables, il nous a semblé nécessaire d'utiliser, dans cette recherche, trois groupes d'âge, soit celui de 65 à 74 ans, celui de 75 à 84 ans et, enfin, celui de 85 ans et plus. Afin de mieux comprendre cette population, il nous importait de tenir compte de cette hétérogénéité.

3.1.2. Données sociodémographiques

Plusieurs études fournissent un portrait des caractéristiques démographiques et socioéconomiques des personnes âgées (Statistique Canada, 1999; Conseil des aînés, 2001; Statistique Canada, 2006). Au cours des années à venir, les projections démographiques indiquent que le nombre de personnes âgées continuera de croître considérablement selon les groupes d'âge (Statistique Canada, 2006). La région de l'Outaouais connaît les mêmes réalités (figure 1).

Figure 1. Projections du vieillissement par MRC



Source : Calcul à partir des données de l'Institut de la statistique du Québec, Perspectives démographiques des MRC, 2006-2031

Les tendances au vieillissement de la population seront plus fortes dans les MRC de la Vallée-de-la-Gatineau, de Papineau et de Pontiac. On estime que d'ici 2031, les personnes âgées de 65 ans et plus représenteront respectivement 33 %, 34 %, 34 % de la population de ces trois MRC. Gatineau et les Collines-de-l'Outaouais connaîtront un vieillissement modéré de leur population comparativement aux trois autres MRC. Le pourcentage des aînés de 65 ans et plus d'ici 2031 sera de 23% de la population de la MRC de Gatineau et de 21 % de la population de la MRC des Collines-de-l'Outaouais. Ainsi, l'incidence du vieillissement sera plus marquée dans les zones rurales que dans les zones urbaines.

Lorsqu'on introduit la variable sexe, les tendances diffèrent d'une MRC à une autre. De façon générale les femmes de 65 ans et plus sont plus nombreuses que les hommes du même groupe d'âge dans quatre des MRC, sauf en ce qui concerne

la MRC des Collines-de-l'Outaouais qui a une tendance inversée avec 53 % d'hommes contre 47 % de femmes. Les femmes de 65 ans et plus représenteront 56 % de l'ensemble de la population totale des aînés de Gatineau d'ici 2031. Il faut aussi noter que les aînés sont très hétérogènes en ce qui concerne leur état de santé, le soutien social qu'ils reçoivent et leur situation financière.

3.2. Sécurité alimentaire

Selon l'Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture, il y a « sécurité alimentaire » lorsque tous les êtres humains ont, à tout moment, un accès physique et économique à une nourriture suffisante, saine et nutritive leur permettant de satisfaire leurs besoins énergétiques et leurs préférences alimentaires pour mener une vie saine et active⁷. Ce concept de la sécurité alimentaire est couramment utilisé dans les écrits.

La sécurité alimentaire exige donc que les personnes puissent disposer d'un approvisionnement alimentaire qui soit en tout temps fiable et accessible en terme de pouvoir d'achat. Les gens et les ménages doivent donc avoir accès à des aliments sains et nutritifs en quantité et en qualité suffisantes pour leur permettre de combler leurs besoins alimentaires quotidiens, et ainsi mener une vie saine et productive.

Bien que plusieurs auteurs abondent dans le même sens, des critiques portent sur certains aspects dont cette définition ne semble pas tenir compte. En effet, ces chercheurs soutiennent que les aliments doivent aussi être acceptables sur le plan social et culturel (Ouellette, 1999).

⁷ Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture, 1996

De son côté, la Table de concertation sur la faim et le développement social de l'Outaouais (TCFDSO) mentionne :

« Il y a sécurité alimentaire lorsque toute personne a accès en tout temps et en toute dignité à un approvisionnement alimentaire de quantité suffisante et de qualité adéquate, à coût raisonnable et respectant ses valeurs culturelles ».

La sécurité alimentaire suppose donc un pouvoir d'achat approprié et l'accès à une information simple et fiable qui permet de faire des choix éclairés. Elle assure ainsi le maintien et l'amélioration de la santé et du bien-être physique, mental et social tout en favorisant l'exercice de tous les droits fondamentaux.

La promotion de la sécurité alimentaire « repose sur des valeurs de justice sociale, de solidarité, de développement durable, d'implication citoyenne et de responsabilité collective »⁸.

Dans le cadre de cette recherche, nous retenons la définition proposée par la TCFDSO, car elle nous semble plus complète. Lorsque les conditions nécessaires pour assurer la sécurité alimentaire ne seront pas réunies, on parlera alors d'« insécurité alimentaire ».

3.3. Insécurité alimentaire

De nombreuses études effectuées au cours des 20 dernières années ont servi à clarifier le concept de l'insécurité alimentaire en faisant ressortir la nature multidimensionnelle et complexe de ce phénomène. Ces études sont essentiellement de nature qualitative et axées sur les familles à faible revenu (Alaimo, Olson et al. 2001), (Lee and Frongillo 2001), (Wolfe, Frongillo et al. 2003).

⁸ Définition adoptée par les membres de la TCFDSO juin 2005

En 2007 - 2008, 7,7 % des ménages canadiens (soit environ 956 000 ménages), étaient en situation d'insécurité alimentaire. Pour environ 5,1 % d'entre eux, l'insécurité alimentaire était modérée alors que pour 2,7 % d'entre eux, elle était même grave⁹.

Cependant, force est de constater que certains facteurs contribuent davantage à causer cette situation chez certains groupes de personnes, notamment chez les aînés.

3.3.1. Vieillesse et insécurité alimentaire

D'importants changements se produisent avec l'âge en ce qui a trait aux exigences nutritionnelles. Comme le soulignait l'Ordre des diététistes en 2007, l'état nutritionnel des aînés dépend de leur habileté à se procurer de la nourriture et à préparer les repas, de leur capacité à se nourrir de manière indépendante et de la disponibilité d'un aidant lorsque cela est requis¹⁰.

Le vieillissement affecte naturellement la capacité fonctionnelle et physiologique d'une personne, ce qui réduit non seulement sa capacité à se procurer de la nourriture mais surtout celle de se nourrir convenablement.

Dans un rapport publié en 2001, Statistique Canada soulignait que 93 % des aînés de 65 ans et plus vivaient toujours à domicile. La plupart d'entre eux commencent à perdre leur mobilité, ce qui conduit à de multiples problèmes qui les empêchent d'atteindre un bien-être nutritionnel. Cette diminution de la capacité à se déplacer laisse entrevoir une forte prévalence de la faim et de la malnutrition chez les

⁹ Statistique Canada : Insécurité alimentaire des ménages, 2007–2008 : Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes

¹⁰ Ordre professionnel des diététistes du Québec (2007). « Mémoire de l'Ordre professionnel des diététistes du Québec. Consultation publique sur les conditions de vie des aînés : un défi à réussir ensemble », p.13.

personnes âgées. À cet effet, une étude de Santé Canada mentionne que le taux de malnutrition augmente au fur et à mesure que la capacité fonctionnelle des personnes diminue.

Les écrits font mention de plusieurs facteurs qui affectent la sécurité alimentaire des personnes âgées. Ces derniers ont été examinés.

3.3.2. Facteurs déterminants de l'insécurité alimentaire chez les aînés

Tel que nous l'avons déjà souligné, l'insécurité alimentaire est un phénomène complexe et multidimensionnel. Plusieurs auteurs ont étudié les facteurs déterminants de ce concept indépendamment du groupe d'âge visé. Cependant, peu d'études ont abordé la question de la sécurité alimentaire chez les aînés.

Les chercheurs et les intervenants qui œuvrent dans le milieu de la santé et des services sociaux utilisent le modèle des déterminants de la santé développé par le ministère de la Santé et des Services Sociaux du Québec en vue d'analyser la problématique de l'insécurité alimentaire. À cet effet, cinq déterminants mutuellement inclusifs ont été identifiés : 1) les déterminants biophysiques, 2) les déterminants comportementaux, 3) le milieu de vie, 4) les déterminants socioéconomiques et, 5) les déterminants sociopolitiques (Deschamps 2001).

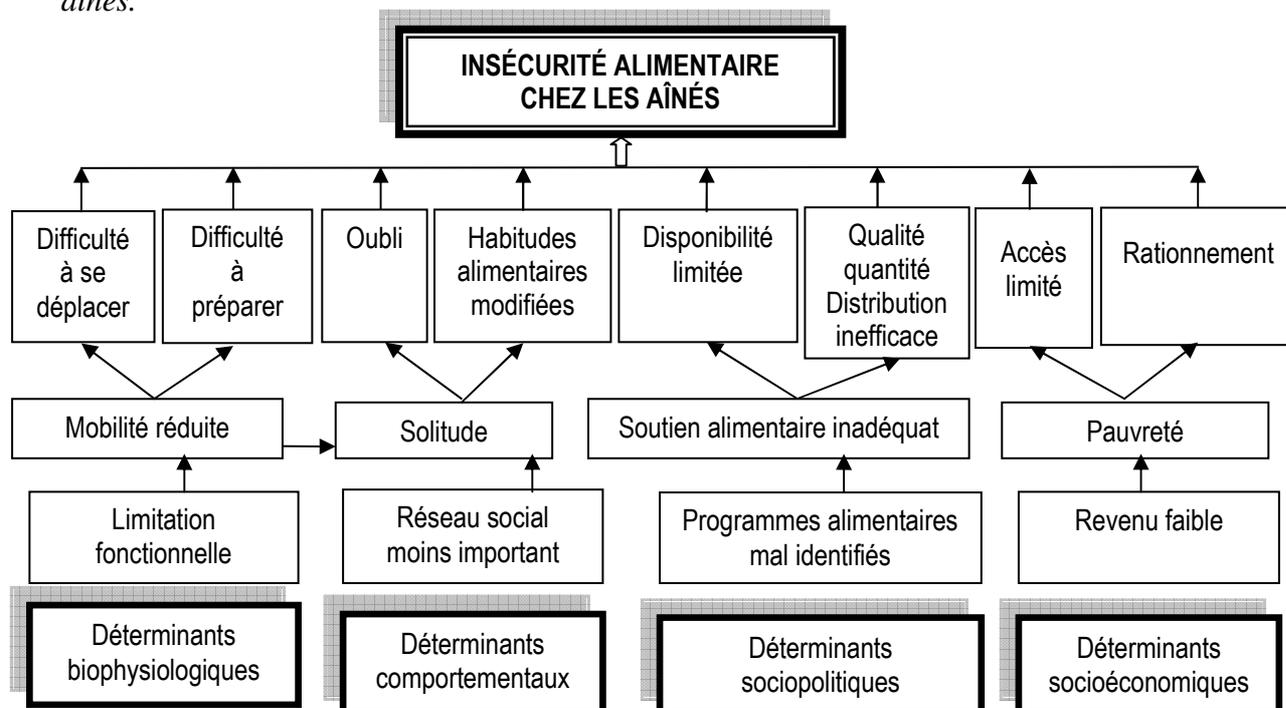
Certaines études abondent dans le même sens. Notamment celle de Wolfe, Frongillo et al. (2003) qui a démontré que quatre facteurs sont déterminants dans la sécurité alimentaire des personnes âgées soit, les facteurs quantitatifs, qualitatifs, psychologiques et sociaux. Toutefois, ces auteurs ont identifié un facteur spécifique aux personnes âgées : l'incapacité à obtenir de bons aliments pour se maintenir en santé. Bien que le manque d'argent soit une cause majeure de l'insécurité alimentaire, les aînés en ont parfois assez pour acheter leur nourriture mais ils ne sont pas toujours en mesure d'y accéder pour plusieurs raisons, telles des limitations fonctionnelles, l'absence de moyen de transport ou l'incapacité à préparer leurs repas.

Selon des chercheurs, le faible revenu, le niveau d'éducation, l'isolement social ainsi que les déficiences fonctionnelles sont des facteurs déterminants de l'insécurité alimentaire chez les personnes âgées aux États-Unis (Lee and Frongillo 2001). Dans le même sens, Foley, Ward et al. (2010), et Wolfe, Frongillo et al. (2003) soutiennent que l'insécurité alimentaire est liée aux conditions sociodémographiques et économiques.

D'autres chercheurs, quant à eux, ont examiné le rapport entre l'insécurité alimentaire et l'obésité (Martin and Ferris 2007), (Bhargava, Jolliffe et al. 2008). En examinant cette relation, Kim and Frongillo (2007) soulignent un lien entre le poids, la dépression chez les personnes âgées et l'insécurité alimentaire. Par contre, certaines études rapportent que la plupart des aînés qui se retrouvent en situation d'insécurité alimentaire connaissent une perte de poids.

La figure suivante (figure 2) illustre les différents facteurs qui influencent la sécurité alimentaire chez les aînés.

Figure 2. Principaux facteurs déterminants de l'insécurité alimentaire chez les aînés.



3.3.3. État de l'insécurité alimentaire chez les aînés de l'Outaouais

Selon les estimations faites par l'Agence de santé et des services sociaux de l'Outaouais, 3,6 % de la population des aînés de 60 ans et plus vit en état d'insécurité alimentaire modéré ou sévère. De ces 3,6 %, environ 2,7 % a des limitations (réduction de la mobilité) parfois ou souvent.

L'insécurité alimentaire chez les aînés demeure un phénomène complexe car elle englobe la santé et les attributs fonctionnels et comportementaux du corps vieillissant. Elle nécessite des programmes de soutien alimentaire adaptés. Dans la région de l'Outaouais, quels sont les programmes qui ont été mis en place pour la contrer? Répondent-ils adéquatement aux besoins des aînés?

3.4. Les services de soutien alimentaire de l'Outaouais

En 1994, un portrait de la faim en Outaouais a été réalisé; il a permis d'établir une typologie des groupes d'aide alimentaire. Les principaux programmes de soutien alimentaire offerts dans la région de l'Outaouais sont, notamment, les soupes populaires, les groupes alimentaires, les banques alimentaires, les groupes d'achats alimentaires, les cuisines collectives, les popotes roulantes et autres alternatives alimentaires. Ces services sont offerts par le biais des organismes communautaires de la région.

3.4.1. Les soupes populaires

Les soupes populaires offrent, dans un endroit physique donné, un service de repas quotidien aux personnes démunies.

3.4.2. Les magasins partage alimentaire

Un magasin partage alimentaire est organisé comme une épicerie et offre aux familles ou aux personnes à faible revenu de se procurer, selon leurs besoins et moyennant un coût minime, des denrées fraîches et des denrées non périssables. Le magasin partage offre aux personnes la possibilité, non seulement de recevoir

de l'aide, mais aussi d'en donner. C'est un endroit idéal pour briser l'isolement et tisser des liens d'amitié et d'échange avec les autres.

3.4.3. Le programme « Bouffe-santé »

Ce programme a deux volets : un premier volet éducatif sur les saines pratiques alimentaires et un deuxième qui a trait à la prise en charge de la personne elle-même dans la recherche de solutions à des problèmes reliés à la sécurité alimentaire. Ce programme est une alternative à celui que l'on appelle « sac du mois » qui, moyennant une participation minimale, sert de dépannage mensuel aux familles démunies. Le programme «Bouffe-santé» consiste à proposer sept repas complets et à encourager les participants à reproduire une recette. Moyennant la somme symbolique de 1,00 \$ dollar, il est l'occasion de découvrir de nouveaux aliments.

3.4.4. Les groupes d'achats alimentaires

Les groupes d'achats alimentaires sont formés de personnes qui achètent ensemble et en plus grande quantité dans le but de faire baisser les prix. Afin de pouvoir bénéficier d'un rabais, ces groupes font des ententes avec des supermarchés de la région.

3.4.5. Les cuisines collectives

Les cuisines collectives sont des endroits où les gens se retrouvent en vue de planifier des menus, de faire des achats économiques et de composer des repas pour toute une semaine. En plus de pouvoir cuisiner à un coût économique en s'entraidant, ces rencontres sont une occasion de briser l'isolement et de socialiser.

3.4.6. Les comptoirs d'aide alimentaire ou les banques alimentaires

Les comptoirs d'aide alimentaire permettent d'aller chercher de la nourriture gratuitement. La composition du panier d'épicerie ainsi offert contient une variété de denrées alimentaires.

3.4.7. Les popotes roulantes

Les popotes roulantes sont un service de repas chauds préparés et livrés à domicile, habituellement à des personnes âgées en perte d'autonomie, en convalescence ou à celles qui sont aux prises avec des handicaps physiques ou cognitifs. Elles sont généralement dirigées par des bénévoles dont la moyenne d'âge est de 70 ans.

3.4.8. Les jardins collectifs et/ou communautaires

Les jardins collectifs et/ou communautaires remplissent plusieurs rôles. Ils favorisent le développement de liens sociaux. Ils ont également un impact environnemental en permettant de cultiver près du lieu de la résidence. De plus, ils contribuent à améliorer le paysage en utilisant les espaces délaissés où l'on cultive, entretient et récolte des produits. Selon la formule, ces derniers sont, soit partagés entre les membres selon leurs besoins (par exemple la taille de leur famille), soit offerts à l'organisme de soutien alimentaire qui se chargera de les distribuer à ses clients.

3.4.9. Les dîners communautaires

Certains centres communautaires pour aînés proposent des dîners communautaires à leurs membres tout en moyennant un faible prix. Ainsi, cette activité s'avère une occasion de briser l'isolement et de sortir de la solitude.

4. MÉTHODOLOGIE DE LA RECHERCHE

Cette recherche s'appuie sur la combinaison de deux approches : 1) l'approche différenciée selon le sexe, élaborée par le gouvernement du Québec suite à la Conférence mondiale des Nations Unies sur les femmes à Beijing et 2), celle du modèle des déterminants de la santé développé par le ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec.

4.1. Analyse différenciée selon le sexe

Dans le souci de développer des politiques qui ont trait à l'égalité entre les sexes, l'analyse différenciée selon les sexes (ADS) fut élaborée au Québec en 1997. En voici la définition :

L'analyse différenciée selon les sexes est un processus d'analyse favorisant l'atteinte de l'égalité entre les femmes et les hommes par l'entremise des orientations et des actions des instances décisionnelles de la société sur le plan local, régional et national.

Elle a pour objet de discerner de façon préventive les effets distincts sur les femmes et sur les hommes que pourra avoir l'adoption d'un projet à l'intention des citoyennes et des citoyens. Elle peut mener à une offre de mesures différentes faites aux femmes et aux hommes¹¹.

Cette analyse contribue à éclairer la prise de décision qui s'appuie souvent sur des moyennes générales. Elle est à la fois une approche spécifique, transversale et sociétale.

Dans le cadre de cette recherche, l'ADS a été utilisée pour analyser les effets distincts que pourront avoir les programmes de soutien alimentaire sur les femmes et les hommes ainsi touchés, compte tenu des conditions socioéconomiques différentes qui les caractérisent.

¹¹ <http://www.mels.gouv.qc.ca/sections/conditionfeminine/index.asp?page=analyse>

La démarche consiste à faire ressortir les effets des programmes ou des services offerts pour les femmes et les hommes et de les comparer entre eux. Cependant, compte tenu de la diversité des programmes de soutien alimentaire (milieu communautaire) et de l'absence de données sexuées portant sur le soutien alimentaire offert aux personnes desservies par les organismes communautaires, l'analyse a davantage porté sur les perceptions liées à l'utilisation des services de soutien alimentaire qui ont été mis en place pour lutter contre l'insécurité alimentaire chez les personnes âgées dans la région de l'Outaouais. Cette approche s'intègre dans un modèle de déterminants sociaux.

4.2. Modèle de déterminants sociaux

Le modèle des déterminants de la santé élaboré par le ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec en 1992 peut aider à comprendre la problématique de l'insécurité alimentaire chez les personnes âgées.

Il s'agit d'une approche systémique qui identifie cinq déterminants mutuellement inclusifs. Ce sont les déterminants biophysiques (les transformations du corps vieillissant); les déterminants comportementaux (les habitudes de vie et des habitudes alimentaires; les déterminants sociaux (relations avec l'entourage, réseau social); les déterminants socioéconomiques (revenu, éducation) et les déterminants sociopolitiques (politiques nationales et programmes en matière de santé, de bien être). Ces déterminants de la santé sont des facteurs qui favorisent le maintien ou l'amélioration de l'état de santé de la population. Ils créent également des conditions favorables à une saine alimentation.

4.3. Méthode de collecte de données

4.3.1. Méthode d'échantillonnage

L'échantillon des personnes âgées interrogées a été sélectionné par la méthode dite « boule de neige ». Nous nous sommes d'abord adressés aux organismes communautaires qui ont les personnes âgées comme clientèle-cible. Ces organismes choisis ont constitué une porte d'entrée auprès des aînés. Une affichette intitulée « personnes aînées demandées » ainsi qu'un document résumant les objectifs et la description de la recherche leur ont été postés. La tâche de contacter leurs membres revenait aux organismes sélectionnés. Ils devaient par la suite nous inviter à participer à l'une de leurs activités au cours de laquelle nous ferions passer une entrevue aux volontaires intéressés à participer à cette étude.

Nous avons tenté de respecter certains critères importants pour cette recherche : celui de couvrir l'ensemble de la région de l'Outaouais et notamment celui d'obtenir une participation égale des femmes et des hommes. Au regard de la sélection des organismes communautaires, deux critères ont principalement guidé notre choix : 1) les organismes qui offrent directement ou indirectement des services alimentaires et, 2) ceux qui desservent la population âgée de la région de l'Outaouais.

4.3.2. Structure de l'échantillon

L'hypothèse de base de la recherche est que toute personne âgée, peu importe son sexe, peut avoir des besoins de soutien alimentaire. La répartition de l'échantillon s'est faite selon le territoire des CLSC, en fonction de l'importance en nombre de la population âgée. L'unité d'observation a été constituée de la population âgée de 65 ans et plus selon la définition retenue précédemment. Cependant, pour les besoins de la recherche, nous avons élargi l'échantillon en introduisant un quatrième groupe d'âge, soit celui des personnes âgées entre 55 et 64 ans. Cet

ajout, nous a ainsi permis de mieux cerner la problématique de l'insécurité alimentaire chez les personnes âgées.

4.3.3. Pré-test

Dans le but de vérifier la clarté, la présentation, la durée et la validité du contenu des questionnaires, nous avons effectué des démarches de pré-test auprès de répondants d'organismes communautaires dans la région de l'Outaouais. Le recrutement de ces personnes s'est fait, comme nous l'avons déjà dit, par la méthode « boule de neige » parmi les membres des organismes communautaires sélectionnés. Un questionnaire à l'intention des organismes communautaires a également été testé auprès de trois organismes. Onze entrevues ont été réalisées afin de valider le questionnaire à l'intention des personnes âgées. Par la suite, des modifications ont été apportées en tenant compte des difficultés rencontrées sur le terrain. Cette démarche a permis d'améliorer considérablement la forme et le contenu des questionnaires présentés en Annexe 1 et en Annexe 2.

4.3.4. Enquête

Après y avoir apporté les corrections nécessaires à la suite du pré-test, les deux questionnaires ont servi de support pour l'enquête par sondage. Cette enquête s'est déroulée en un seul passage et elle s'est étalée de mars à juin 2011. Étant donné les difficultés à identifier et à rencontrer les personnes âgées, la durée de l'enquête a été plus longue que prévue.

Devant la contrainte de temps, une deuxième agente de recherche a été recrutée pour soutenir l'agente de recherche principale dans la collecte des données primaires. Cette décision a permis d'administrer le questionnaire à 202 personnes de 55 ans et plus, réparties sur l'ensemble de la région de l'Outaouais. Des 42 organismes contactés (Annexe 4), 22 ont participé aux entretiens semi-structurés.

4.4. Limites de l'étude

Les résultats obtenus se révèlent fort intéressants pour connaître les besoins des personnes âgées de la région de l'Outaouais ainsi que les services qui leur sont actuellement offerts par les organismes communautaires. Il nous est ainsi permis d'identifier des pistes d'action et d'élaborer, suite à la recherche, un plan d'action qui servira à mieux répondre à leurs besoins en matière de soutien alimentaire, lesquels iront en augmentant au fil des années.

Il importe de noter que notre étude a été confrontée à certaines limites. L'une d'entre elles a trait à la méthode ayant mené à la constitution de notre échantillon. En effet, la méthode « boule de neige » dont le principe est le « choix raisonné » ne repose pas sur un tirage au sort (aléatoire) mais plutôt sur le choix d'individus qui présentent des caractéristiques reliées aux variables «âge» et «lieu de résidence». Toutefois, la participation des organismes communautaires et des intervenants du milieu de la santé permettent d'appuyer la fidélité des réponses.

Une autre limite relève de la méthode d'échantillonnage. Elle a trait aux biais inhérents au choix des participants. Dans cette étude, les participants ont été recrutés de façon volontaire par l'entremise des organismes collaborateurs. Or, pour assurer une bonne représentation de la population à l'étude, le recrutement des participants aurait dû, idéalement, se faire à l'aide d'une technique d'échantillonnage aléatoire (Mays et Pope, 2000). Dû à l'obligation de maintenir la confidentialité, il nous a été difficile d'obtenir, de la part des organismes, une liste de leur clientèle d'aînés.

La cohérence interne des résultats obtenus peut aussi être affectée par les réponses des participants qui auraient pu vouloir satisfaire l'intervieweur ou tout simplement vouloir respecter les consignes de participation. Les résultats peuvent également être biaisés, soit à cause du grand âge de certains répondants, soit à

cause de leur gêne ou encore de certaines dissimulations aux réponses apportées à certaines questions.

Enfin, il est possible que les résultats aient subi l'influence de la présence d'une majorité de femmes dans l'enquête, soit 128 femmes sur un total de 201 répondants. Cependant, cette proportion est conforme à la réalité du terrain car, en général, ce sont les femmes qui participent aux activités créées par les organismes communautaires. Les statistiques démographiques font aussi voir une proportion plus importante du nombre de femmes au sein de la population vieillissante. Quoiqu'il en soit, l'utilisation soignée et attentive de la méthodologie a permis de corriger certains biais.

5. RÉSULTATS ET ANALYSES

5.1. Statistiques descriptives

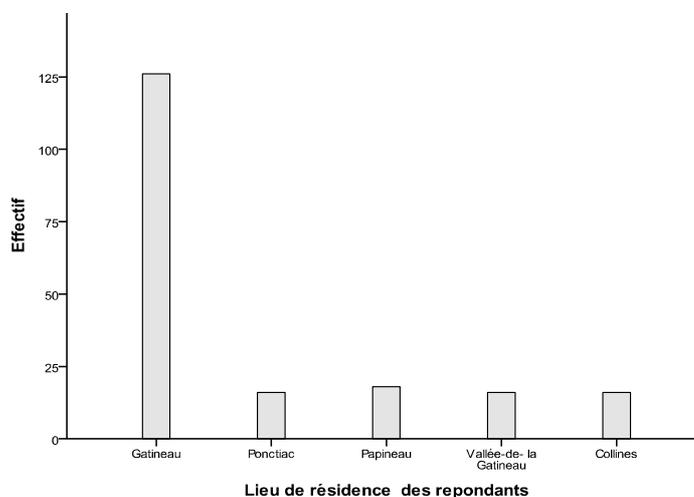
5.1.1. Portrait des répondants

Un questionnaire (voir Annexe 1) composé d'une trentaine de questions a été administré à 201 personnes dont la tranche d'âge est comprise entre 55 ans et plus sur l'ensemble du territoire de l'Outaouais. Le tableau 1 et la figure 3, résument la répartition de cet échantillon.

Tableau 1. Répartition des répondants selon le lieu de résidence

Lieu de résidence	Répondants (n)	Pourcentage (%)
Gatineau	126	65,6
Pontiac	16	8,3
Papineau	18	9,4
Vallée-de-la-Gatineau	16	8,3
Collines	16	8,3
Total	192	100,0

Figure 3. Répartition des répondants selon le lieu de résidence



5.1.2. Caractéristiques des répondants

Notre échantillon est composé majoritairement de femmes. Elles représentent 66.7 % de la population interrogée contre seulement 33.3 % pour les hommes, comme on peut le voir dans le tableau 2.

Tableau 2. Répartition des répondants selon le sexe

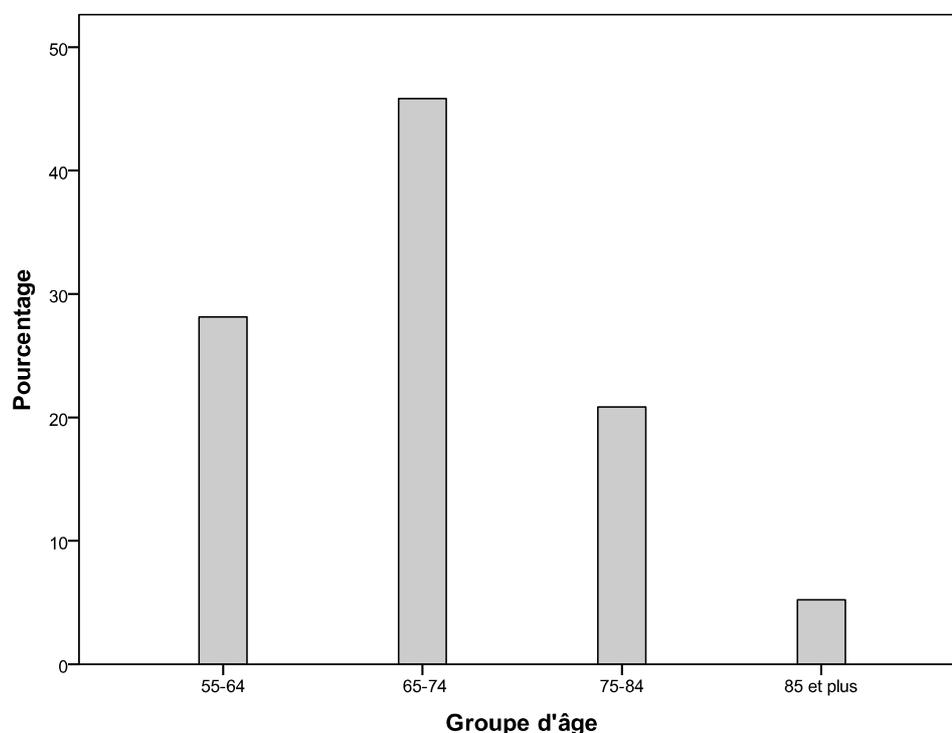
Sexe	Répondants (n)	Pourcentage (%)
Féminin	128	66,7
Masculin	64	33,3
Total	192	100,0

Cette population se répartit aussi en quatre groupes d'âge. Les personnes âgées de 65 ans et plus représentent environ 72 % de l'échantillon (tableau 3 et figure 4).

Tableau 3. Répartition des répondants selon le groupe d'âge

Âge (ans)	Répondants (n)	Pourcentage (%)
55-64	54	28,1
65-74	88	45,8
75-84	40	20,8
85 et plus	10	5,2
Total	192	100,0

Figure 4. Répartition des répondants selon le groupe d'âge



5.1.3. Facteurs déterminants de la sécurité alimentaire chez les aînés de la région de l'Outaouais

Le modèle des déterminants de la santé met l'emphase sur cinq facteurs qui affectent la sécurité alimentaire chez les aînés. Ce sont les déterminants biophysiques (les transformations du corps vieillissant), les déterminants comportementaux (les habitudes de vie et les habitudes alimentaires), les relations avec l'entourage (réseau social), les déterminants socioéconomiques (revenu, éducation...) et les déterminants sociopolitiques (politiques nationales et programmes en matière de santé, de bien-être).

5.1.3.1. Le revenu familial

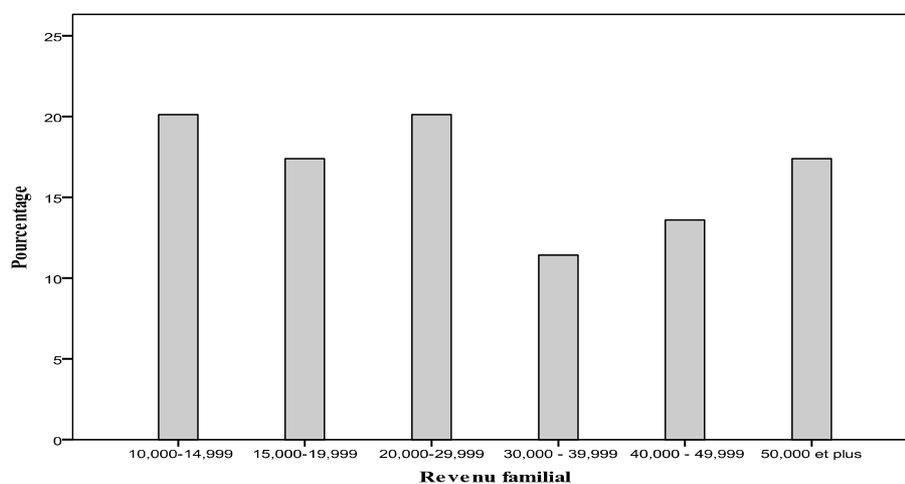
Plus de la moitié (55 %) de la population des personnes interrogées a un revenu familial inférieur ou égal à 30 000 \$ et les femmes représentent 72 % de ceux qui ont ce revenu.

La répartition du revenu selon le sexe montre qu'environ 84 % des personnes qui ont un revenu familial entre 10 000 \$ et 14 999 \$ sont des femmes. 31 % des hommes de 65 ans et plus ont un revenu supérieur ou égal 50 000 \$ contre seulement 11 % chez les femmes (tableau 4 et figure 5). Il semble évident que le déterminant socioéconomique varie selon le sexe des répondants.

Tableau 4. Revenu familial des répondants selon le sexe

Revenu (\$)	Femmes (n)	Hommes (n)	Total	
			(n)	(%)
10 000.00 – 14 999.00	31	6	37	19,3
15 000.00 – 19 999.00	25	7	32	16,7
20 000.00 – 29 999.00	20	17	37	19,3
30 000.00 – 39 999.00	15	6	21	10,9
40 000.00 – 49 999.00	19	6	25	13,0
50 000.00 et plus	13	19	32	16,7
Total	123	61	184	95,8
Réponses manquants			8	4,2
Total			192	100,0

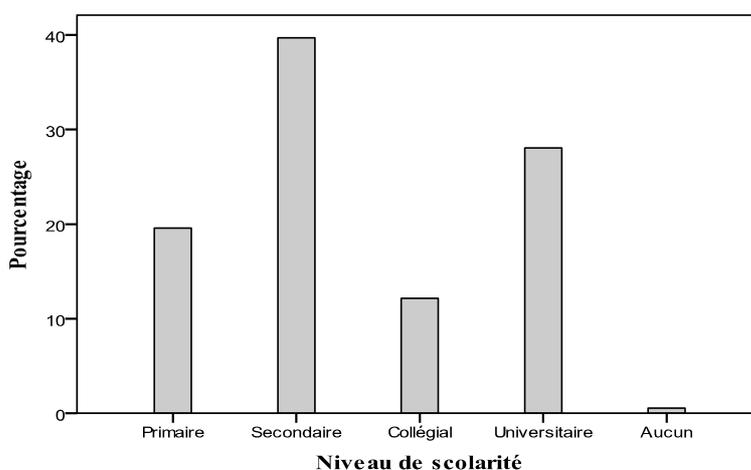
Figure 5. Revenu familial des répondants



5.1.3.2. L'éducation

L'éducation est un autre facteur qui a de l'influence sur la sécurité alimentaire. Plusieurs études soutiennent que le niveau de scolarité est positivement corrélé avec la sécurité alimentaire. Autrement dit, plus une personne est instruite, meilleur sera son niveau de sécurité alimentaire (figure 6).

Figure 6. Niveau de scolarité des répondants.



Les résultats de cette recherche laissent voir que la majorité des répondants ont un diplôme d'études secondaires. 22 % des femmes ont un niveau d'études primaires par rapport à 14 % des hommes. On note que 40 % des hommes interrogés ont un niveau d'études universitaires contre seulement 22 % des femmes. On constate enfin que 75.6 % de ceux qui ont seulement un niveau d'études primaires sont des femmes (tableau 5).

Tableau 5. Niveau de scolarité des répondants selon le sexe

Sexe	NIVEAU DE SCOLARITÉ (n)					Total
	Primaire	Secondaire	Collégial	Universitaire	Aucun	
Féminin	28	51	18	28	1	126
Masculin	9	24	5	25	0	63
Total	37	75	23	53	1	189

La répartition selon le groupe d'âge montre aussi que ceux qui ont un niveau d'études universitaires sont surtout concentrés dans les deux premiers groupes d'âge (entre 55 et 74 ans). Ces deux groupes comprennent 87 % de ceux qui ont un niveau d'études universitaires (tableau 6).

Tableau 6. Niveau de scolarité des répondants selon le groupe d'âge

Groupe d'âge (ans)	NIVEAU DE SCOLARITÉ (n)					Total
	Primaire	Secondaire	Collégial	Universitaire	Aucun	
55-64	5	20	7	20	0	52
65-74	16	34	11	26	0	87
75-84	11	19	4	6	0	40
85 et plus	5	2	1	1	1	10
Total	37	75	23	53	1	189

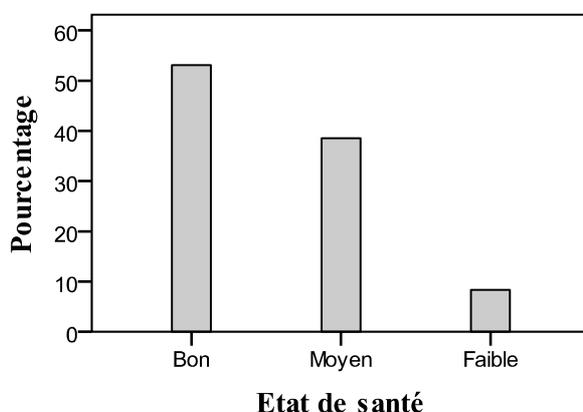
5.1.3.3. État de santé

L'état de santé est un autre facteur déterminant dans la sécurité alimentaire. Parmi les répondants, 53,1 % estiment être en bonne santé et 38% qualifient leur état de santé de moyen (tableau 7 et figure 7). Il ressort des entrevues que plusieurs aînés (8,3 %) souffrent de maladies qui réduisent ou limitent leur mobilité. Environ 47 % a des problèmes de santé modérés ou faibles. Ces personnes sont plus vulnérables et à risque de souffrir d'insécurité alimentaire.

Tableau 7. État de santé des répondants selon le sexe

Sexe	ÉTAT DE SANTÉ (n)			Total
	Bon	Moyen	Faible	
Féminin	67	50	11	128
Masculin	35	24	5	64
Total	102	74	16	192
Pourcentage (%)	53,1	38,5	8,3	100,0

Figure 7. État de santé des répondants



5.1.3.4. Le niveau de satisfaction face à l'alimentation

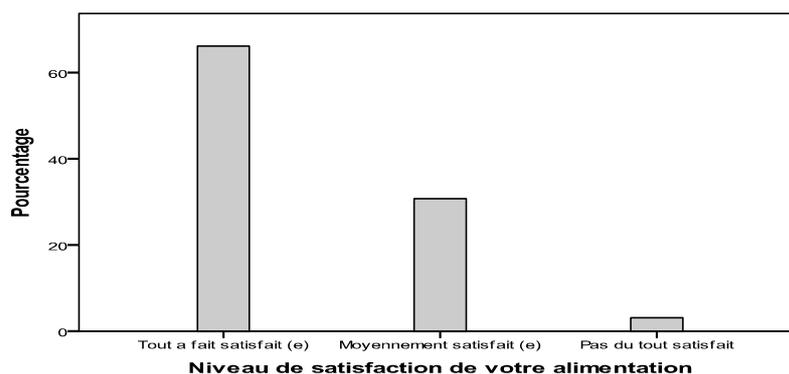
Les habitudes alimentaires vont déterminer, en partie, le niveau de satisfaction de l'alimentation d'une personne. À la question « Êtes-vous satisfaits de votre alimentation ? », 66.1 % des répondants estiment être satisfaits contre 33.7 % qui disent l'être moyennement ou pas du tout (tableau 8).

Tableau 8. Niveau de satisfaction des répondants sur leur alimentation selon le sexe

Sexe	Êtes-vous satisfait de votre alimentation? (n)			Total
	Tout-à-fait satisfait	Moyennement satisfait	Pas du tout satisfait	
Féminin	88	36	4	128
Masculin	39	23	2	64
Total	127	59	6	192
Pourcentage (%)	66,1	30,7	3,1	100,0

La figure 8 illustre la proportion des personnes qui sont satisfaites, moyennement satisfaites ou insatisfaites de leur alimentation.

Figure 8. Niveau de satisfaction des répondants sur leur alimentation



Lorsqu'on introduit la variable sexe, on constate que les hommes représentent environ 67 % de ceux qui ne sont pas satisfaits contre 33 % des femmes (tableau 8). Plusieurs raisons ont été mentionnées pour justifier cette insatisfaction : la qualité de la nourriture, la quantité, le manque d'expérience en cuisine, la disponibilité et l'accessibilité des aliments.

Parfois, faute de budget, des choix alimentaires sont faits au détriment de la qualité nutritionnelle. Certains aînés ont mentionné le fait qu'ils n'ont que leur pension de retraite comme revenu disponible. Par conséquent, ils ne peuvent se permettre de faire l'achat de certaines denrées. Par exemple, plusieurs, parmi ceux ou celles qui reçoivent les services de la popote roulante, mentionnent qu'ils n'ont quasiment pas d'autre alternative pour se nourrir. Ce sont souvent des choix qui sont faits à leur place et qui leur sont imposés. Bien que les repas de la popote roulante soient bien équilibrés, l'absence de choix peut aussi engendrer de l'insatisfaction.

Une autre raison, non moins importante d'insatisfaction chez les hommes âgés, est leur manque d'expérience en cuisine. En effet, plusieurs d'entre eux n'ont fait l'expérience de la cuisine qu'à la suite du décès de leur épouse ou suite à une rupture. Voici quelques propos qui illustrent bien cet état de fait : « Toute ma vie je n'ai jamais appris à cuisiner et depuis le décès de mon épouse, je ne mange que de la nourriture en boîte », disait un aîné de 77 ans.

« Pour me faire souvent à manger, je suis obligé d'appeler ma fille qui habite à plus de 200 km de mon lieu de résidence, afin qu'elle m'explique comment je dois m'y prendre » disait un autre aîné de 79 ans. Plusieurs témoignages de ce genre ont été entendus au cours des entrevues.

En ce qui a trait aux femmes, des propos semblables à celui-ci sont souvent ressortis: « Depuis le décès de mon époux, je n'ai plus envie de me faire à manger car je suis seule » (aînée de 75 ans). Par contre, certaines d'entre ces femmes avancent le fait qu'elles ont passé toute leur vie à préparer leurs repas et qu'elles ont maintenant perdu le goût de cuisiner.

À la question qui était de savoir si leur alimentation avait changé au cours des dix dernières années, certains aînés ont répondu par l'affirmative en invoquant le décès de leur conjoint(e) comme raison.

5.2. Besoins en services de soutien alimentaire chez les aînés de la région de l'Outaouais selon le groupe d'âge et le sexe

5.2.1. Point de vue des aînés

Cette recherche a permis de mettre en évidence le besoin de services de soutien alimentaire chez les aînés. Sur le terrain, il existe une multitude de services en rapport avec la sécurité alimentaire. Malgré leur existence, peu d'aînés y ont accès tel que présenté dans le tableau 9.

Tableau 9. Réception de services de soutien alimentaire par les répondants

Recevez-vous des services alimentaires?	Répondants (n)	Pourcentage (%)
Non	182	94,8
Oui	10	5,2
Total	192	100,0

Dans notre échantillon, seulement 5 % des répondants ont reçu un des services de soutien alimentaire (tableau 9). Cependant, environ 31 % des répondants croient qu'ils auront besoin de certains services dans le futur (tableau 10). On constate que 74 % de ceux qui ont répondu par l'affirmative sont des femmes. Comparativement aux hommes, elles ont cependant nuancé leurs propos pour ce qui est de leurs besoins de services dans le futur.

Tableau 10. Réception de services de soutien alimentaire par les répondants dans le futur selon le sexe

Sexe	Croyez-vous avoir besoin de certains services alimentaires?		Total
	Non	Oui	
Féminin	81	45	126
Masculin	46	16	62
Total	127	61	188

Aussi, c'est surtout au niveau du groupe d'âge des personnes âgées de 85 ans et plus que les besoins sont plus prononcés (tableau 11).

Tableau 11. Réception de services de soutien alimentaire par les répondants dans le futur selon l'âge

Âge (ans)	Croyez-vous avoir besoin de certains services? (n)		Total
	Non	Oui	
55-64	38	14	52
65-74	58	28	86
75-84	28	12	40
85 et plus	3	7	10
Total	127	61	188

5.2.2. Types de services de soutien alimentaire

Les aînés ont exprimé leurs besoins par rapport aux types de services de soutien alimentaire. Principalement, trois services de soutien alimentaire se dégagent de l'étude : les popotes roulantes, les cuisines collectives et les services d'accompagnement à l'épicerie. Parmi les répondants, 39 % portent leur choix sur les popotes roulantes, 18,5 % sur les cuisines collectives et 17 % sur les services d'accompagnement à l'épicerie (tableau 12).

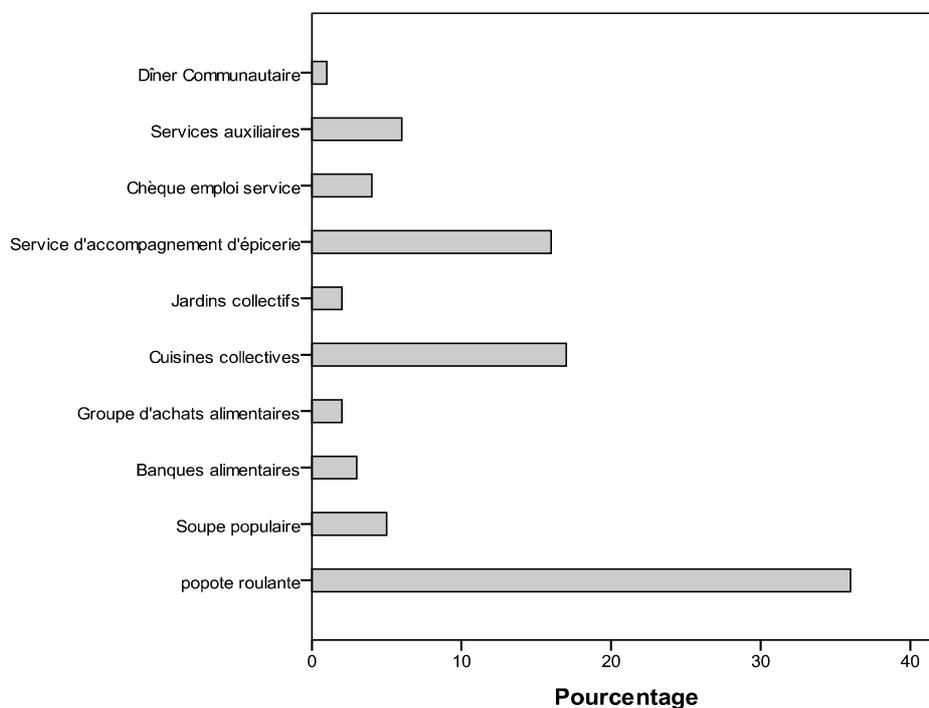
Tableau 12. Types de services de soutien alimentaire reçus ou dont on croit avoir besoin

Service	Répondants (n)	Pourcentage (%)
Popote roulante	36	18,8
Soupe populaire	5	2,6
Banque alimentaire	3	1,6
Groupe d'achats alimentaires	2	1,0
Cuisine collective	17	8,9
Jardin collectif	2	1,0
Service d'accompagnement à l'épicerie	16	8,3
Chèque emploi service	4	2,1
Service auxiliaire	6	3,1
Dîner communautaire	1	,5
Total	92	47,9
Système manquant	100	52,1
Total	192	100,0

N.B : Système manquant 100, représente l'effectif de ceux qui ont choisi plus de 2 services ou qui n'ont rien choisi parmi les services proposés.

La figure 9 illustre bien cette répartition.

Figure 9. Types de services de soutien alimentaire reçus ou dont on croit avoir besoin



5.2.2.1. La popote roulante

La popote roulante est le service de soutien alimentaire le mieux connu des aînés. Nombre d'entre eux souffrent de problèmes d'artérite et ont de la difficulté à se tenir debout longtemps. Certains ont complètement perdu leur autonomie physique. Pour ces personnes, les repas de la popote roulante sont d'une nécessité vitale. Au delà du repas offert, la visite des bénévoles est grandement appréciée par les aînés bénéficiaires. Ces derniers disent, qu'avec les popotes roulantes, ils sont certains de recevoir au moins une visite par jour. « En fin de semaine, j'ai toujours hâte que lundi arrive pour recevoir ma visite », disait un aîné en faisant allusion à la popote roulante. On comprend donc aisément l'importance de ce service (tableau 13).

5.2.2.2. La cuisine collective

La cuisine collective favorise les rencontres et le développement de liens. Non seulement permet-elle à des personnes qui éprouvent des difficultés financières de cuisiner à des prix économiques, mais elle favorise aussi le développement d'un esprit de solidarité et d'entraide au sein du groupe. Ainsi, elle contribue à briser l'isolement. Cependant, on note un intérêt peu marqué chez les hommes. Ce service de cuisine est en grande majorité animé par des femmes et pour des femmes (tableau 13).

5.2.2.3. Le service d'accompagnement à l'épicerie

Des journées d'épicerie sont organisées pour y accompagner les aînés. Ces sorties permettent à ces derniers de quitter la maison et de briser leur isolement. Cette situation relationnelle est d'autant plus importante que nous savons qu'elle est l'un des facteurs déterminants de la sécurité alimentaire (tableau 13).

Tableau 13. Récapitulatif des services offerts

Service de soutien alimentaire	Services offerts	Clientèle visée	Avantages	Contraintes
Soupe populaire	<ul style="list-style-type: none"> • Dîner de midi dans un lieu physique donné • Café rencontre 	<ul style="list-style-type: none"> • Population à faible revenu 	<ul style="list-style-type: none"> • Lieu de rencontre • Brise l'isolement 	<ul style="list-style-type: none"> • Se déplacer
Popote roulante	<ul style="list-style-type: none"> • Dîner chaud offert à domicile 	<ul style="list-style-type: none"> • Personne âgée • Personne en perte d'autonomie • Personne malade ou convalescente 	<ul style="list-style-type: none"> • Visite de bénévoles à domicile 	<ul style="list-style-type: none"> • Repas payant
Magasin partage	<ul style="list-style-type: none"> • Panier d'épicerie 	<ul style="list-style-type: none"> • Population économiquement défavorisée 	<ul style="list-style-type: none"> • Livraison à domicile • Implication du bénéficiaire aux activités du magasin 	<ul style="list-style-type: none"> • Se déplacer • Donner de son temps
Cuisine collective	<ul style="list-style-type: none"> • Cuisiner à prix économique en s'entraidant 	<ul style="list-style-type: none"> • Population économiquement défavorisée 	<ul style="list-style-type: none"> • Rencontre partage d'expérience culinaire • Repas à moindre prix • Briser l'isolement 	<ul style="list-style-type: none"> • Se déplacer • Préparer avec les autres
Repas communautaire	<ul style="list-style-type: none"> • Repas chaud offert 	<ul style="list-style-type: none"> • Personne âgée 	<ul style="list-style-type: none"> • Briser l'isolement • Participation à d'autres activités 	<ul style="list-style-type: none"> • Se déplacer
Banque alimentaire	<ul style="list-style-type: none"> • Panier d'épicerie offert 	<ul style="list-style-type: none"> • Population à faible revenu 		<ul style="list-style-type: none"> • Se déplacer
Service d'accompagnement épicerie	<ul style="list-style-type: none"> • Accompagner pour aider à s'approvisionner 	<ul style="list-style-type: none"> • Population âgée à mobilité réduite 	<ul style="list-style-type: none"> • Rencontre • Briser la solitude 	<ul style="list-style-type: none"> • Se déplacer
Chèque emploi service Politique gouvernementale	<ul style="list-style-type: none"> • Soutien à domicile 	<ul style="list-style-type: none"> • Personne âgée • Personne en perte d'autonomie • Personne malades ou convalescente 	<ul style="list-style-type: none"> • Rencontre avec les intervenants 	

6. PORTRAIT DES SERVICES DE SOUTIEN ALIMENTAIRE OFFERTS SUR LES TERRITOIRES DES CLSC

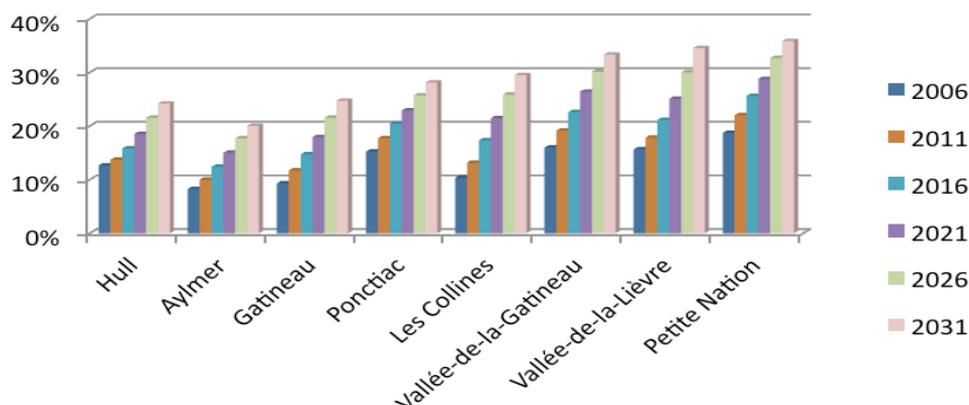
Étant donné l'existence de disparités (si minimales soient-elles) entre les municipalités ou les territoires des CLSC, il est important d'analyser les projections du vieillissement sur l'ensemble du territoire de l'Outaouais, l'état de la situation de la sécurité alimentaire des personnes âgées et la disponibilité des services de soutien alimentaire qui y sont offerts. Cela permet de voir l'ampleur des besoins selon la localité.

6.1. Territoire de l'Outaouais

6.1.1. Projections du vieillissement selon le territoire des CLSC.

En fonction de la figure 10, les tendances du vieillissement sont plus prononcées dans les régions rurales. Ainsi, on note que, dans la Petite Nation, 35 % de la population aura 65 ans et plus d'ici 2031. La Vallée-de-la-Lièvre suit les mêmes tendances avec environ 34 % de la population. La Vallée-de-la-Gatineau, les Collines-de-l'Outaouais et le Pontiac auront respectivement 33 %, 29 % et 27 %. Dans la grande ville de Gatineau (Hull Aylmer, Gatineau), un peu moins de 25 % de la population aura 65 ans et plus d'ici 2031.

Figure 10. Projections du vieillissement des 65 ans et plus selon les territoires de CLSC



Source : Ministère de la santé et des services sociaux, Service du développement de l'information. Projections de la population de l'Outaouais, selon le territoire des CLSC, le sexe et le groupe d'âge de 5 ans, au 1 juillet, 2006 à 2031

6.1.2. État d'insécurité alimentaire en Outaouais

Selon les estimations faites par l'Agence de la santé et des services sociaux de l'Outaouais à partir des données de l'ESCC 2007-2008, 39 % des personnes âgées de 60 ans et plus ont, parfois ou souvent, des limitations pour accomplir des activités. De plus, 3,6 % des personnes de 60 ans et plus vivent dans un état modéré ou sévère d'insécurité alimentaire; les femmes représentent 2,5 % et les hommes, seulement 1,1 %. Environ 51 % de ces derniers ont parfois ou souvent des limitations pour accomplir des activités (tableau 14).

Tableau 14. Estimations de l'état d'insécurité alimentaire sur le territoire de l'Outaouais

Total pers. de 60 et +	37159	32588	69747				
	F	H	T		F	H	T
Limitation des activités parfois ou souvent	14715	12644	27359	Limitation des activités - parfois ou souvent chez les personnes de 60 ans et plus pour l'ensemble de la province du Québec selon l'ESCC 2007-2008	39,60%	38,80%	39,30%
	39.60%	38.80%	39.22%		0,396	0,388	0,393
ESTIMATIONS							
	F	H	T		F	H	T
État d'insécurité alimentaire modéré et sévère.	1746	782	2529	État d'insécurité alimentaire - modéré et sévère chez les personnes de 60 ans et plus pour l'ensemble de la province du Québec selon l'ESCC 2007-2008	4,70%	2,40%	3,70%
	2.50%	1.12%	3.62%		0,047	0,024	0,037
ESTIMATIONS							
	F	H	T		F	H	T
Combinaison de la limitation des activités parfois ou souvent et de l'état d'insécurité alimentaire modéré et sévère	960	395	1355	Combinaison de la limitation des activités - parfois ou souvent et de l'état d'insécurité alimentaire - modéré et sévère chez les personnes de 60 ans et plus pour l'ensemble de la province du Québec selon l'ESCC 2007-2008	2,58%	1,21%	1,97%
	1.38%	0.56%	1.94%		0,026	0,012	0,020
ESTIMATIONS							

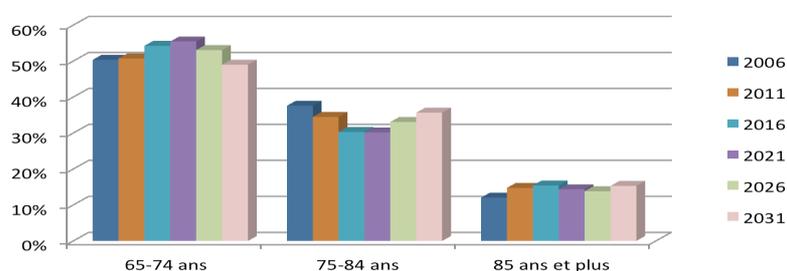
Source : Estimations (situation en Outaouais en 2011) faites par l'Agence de la santé et des services sociaux de l'Outaouais à partir des données de l'ESCC 2007-2008

6.2. Territoire du CLSC de Hull

6.2.1. Projections du vieillissement selon le groupe d'âge et le sexe

Selon les projections faites par l'Institut national de la statistique du Québec, environ 24 % de la population du territoire du CLSC de Hull aura 65 ans et plus d'ici 2031. Regroupés en trois sous groupes du fait de leur hétérogénéité, les aînés de 65 à 74 ans constitueront plus de 48 % de la population âgée, comme l'illustre la figure 11.

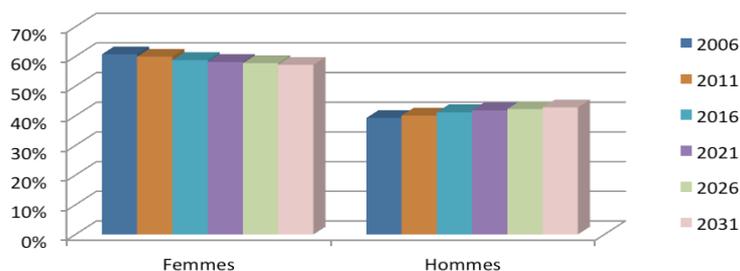
Figure 11. Projections du vieillissement selon le groupe d'âge sur le territoire du CLSC de Hull



Source : Ministère de la santé et des services sociaux, Service du développement de l'information. Projections de la population de l'Outaouais, selon le territoire des CLSC, le sexe et le groupe d'âge de 5 ans, au 1 juillet, 2006 à 2031

Il faut noter, cependant, comme l'indique la figure 12, qu'il y a une proportion plus importante du nombre de femmes que du nombre d'hommes. Si les tendances se maintiennent, d'ici 2031, les femmes âgées représenteront environ 55 % des personnes âgées de 65 ans et plus.

Figure 12. Pourcentage des aînés de 65 ans et plus selon le sexe sur le territoire du CLSC de Hull.



Source : Ministère de la santé et des services sociaux, Service du développement de l'information. Projections de la population de l'Outaouais, selon le territoire des CLSC, le sexe et le groupe d'âge de 5 ans, au 1 juillet, 2006 à 2031

6.2.2. État d'insécurité alimentaire sur le territoire du CLSC de Hull

En 2011, selon les estimations faites par l'Agence de la santé et des services sociaux de l'Outaouais, 39,3 % des personnes de 60 ans et plus qui se retrouvent sur le territoire du CLSC de Hull éprouvent, parfois ou souvent, des limitations pour accomplir des activités. Or, le facteur de la mobilité joue un rôle très important en ce qui a trait à la sécurité alimentaire des aînés. En 2011, le pourcentage des personnes âgées de 60 ans et plus, vivant en situation d'insécurité alimentaire modérée et sévère, est estimé à 3,73 %. Notons que ce pourcentage est légèrement au dessus de la moyenne nationale (3,70 %) e représente 506 personnes dont 72 % sont des femmes. On peut aussi constater que plus de 53 % de ceux qui vivent en état d'insécurité alimentaire modéré et sévère ont des limitations pour accomplir parfois ou souvent des activités (tableau 15).

Tableau 15. Estimations de l'état d'insécurité alimentaire sur le territoire du CLSC de Hull

Total pers. de 60 et +		7 857	5 719	13 576
		Femmes	Hommes	Total
Limitation pour faire des activités parfois ou souvent	(n)	3 111	2 219	5 330
	(%)	39,59	38,80	39,3
État d'insécurité alimentaire modéré et sévère	(n)	369	137	507
	(%)	2,72	1,01	3,73
Combinaison de la limitation à faire des activités parfois ou souvent et de l'état d'insécurité alimentaire modéré et sévère	(n)	203	69	272
	(%)	1,50	0,50	2,00

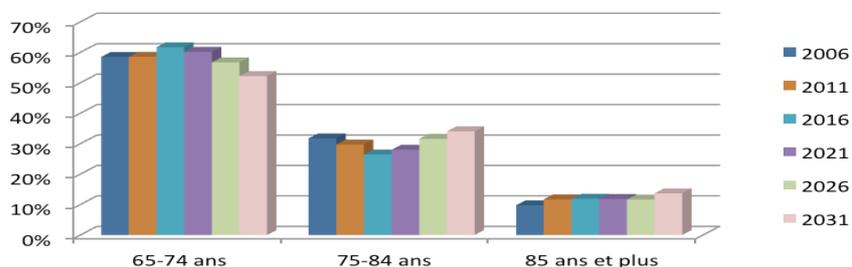
Source : Estimations faites par Agence de la santé et des services sociaux de l'Outaouais à partir des données de l'ESCC 2007-2008

6.3. Territoire du CLSC d'Aylmer

6.3.1. Projections du vieillissement selon le groupe d'âge et le sexe

Le vieillissement de la population sur le territoire du CLSC d'Aylmer suit les mêmes tendances que celui de la population de Hull. D'ici 2031, environ 23 % de la population aura 65 ans et plus. Le groupe d'âge des 65-74 ans sera majoritaire et représentera 52 % de la population totale des aînés (figure 13).

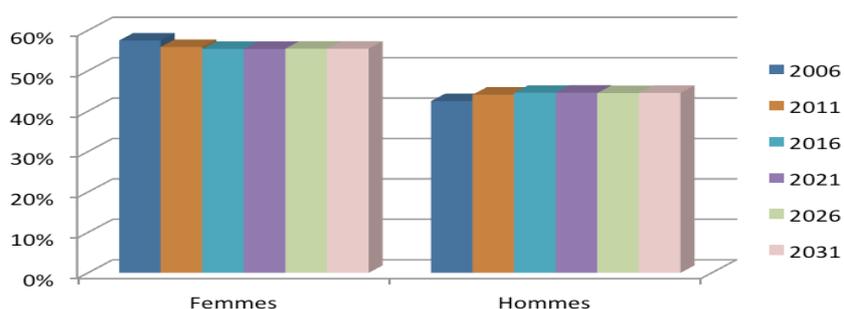
Figure 13. Projections du vieillissement selon le groupe d'âge sur le territoire du CLSC d'Aylmer



Source : Ministère de la santé et des services sociaux, Service du développement de l'information. Projections de la population de l'Outaouais, selon le territoire des CLSC, le sexe et le groupe d'âge de 5 ans, au 1 juillet, 2006 à 2031

Les femmes seront plus nombreuses que les hommes même si leur nombre connaîtra une décroissance légère au fil du temps. Dans les vingt prochaines années, elles constitueront 55 % de la population totale des personnes âgées de 65 ans et plus (figure 14).

Figure 14. Pourcentage des aînés de 65 ans et plus selon le sexe sur le territoire du CLSC d'Aylmer



Source : Ministère de la santé et des services sociaux, Service du développement de l'information. Projections de la population de l'Outaouais, selon le territoire des CLSC, le sexe et le groupe d'âge de 5 ans, au 1 juillet, 2006 à 2031

6.3.2. État d'insécurité alimentaire sur le territoire du CLSC d'Aylmer

Sur le territoire du CLSC d'Aylmer, 39,23 % des personnes de 60 ans et plus ont, parfois ou souvent, des limitations pour accomplir des activités. Cela a sans doute un

impact sur leur état de sécurité alimentaire. Selon les estimations de l'Agence de santé de l'Outaouais, 3,61 % de cette population souffre, en 2011, d'insécurité alimentaire modérée et sévère. Cela représente 264 personnes, dont 185 femmes (2,56 %) et 79 hommes (1,09 %), tel que présenté dans le tableau 16.

Tableau 16. Estimations de l'état d'insécurité alimentaire sur le territoire du CLSC d'Aylmer

Total pers. de 60 et +		3 930	3 291	7 221
		Femmes	Hommes	Total
Limitation à faire des activités parfois ou souvent	(n)	1 556	1 277	2 833
	(%)	39,59	38,80	39,23
État d'insécurité alimentaire modéré et sévère	(n)	185	79	264
	(%)	2,56	1,09	3,61
Combinaison de la limitation à faire des activités parfois ou souvent et l'état de d'insécurité alimentaire modéré et sévère	(n)	101	40	141
	(%)	1,40	0,55	1,95

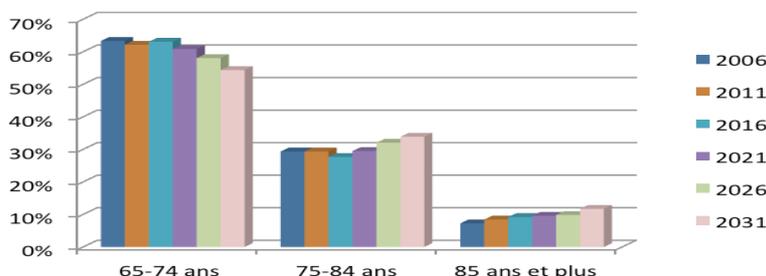
Source : Estimations faites par Agence de la santé et des services sociaux de l'Outaouais à partir des données de l'ESCC 2007-2008

6.4. Territoire du CLSC de Gatineau

6.4.1. Projections du vieillissement selon le groupe d'âge et le sexe

Sur le territoire du CLSC de Gatineau, le phénomène du vieillissement est aussi marqué. D'ici 2031, environ 25 % de la population aura 65 ans et plus. Parmi ces personnes âgées, le groupe des 65-74 ans sera le plus nombreux même si on constate une légère baisse au fil des ans (figure 15).

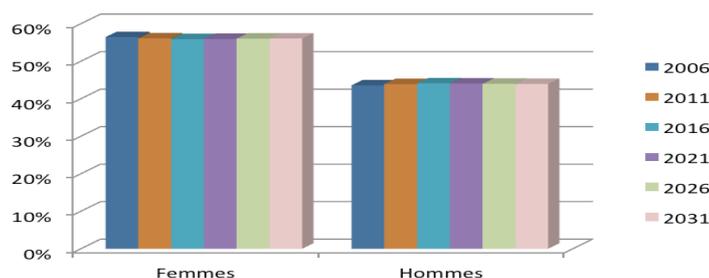
Figure 15. Projections du vieillissement par groupe d'âge sur le territoire du CLSC de Gatineau



Source : Ministère de la santé et des services sociaux, Service du développement de l'information. Projections de la population de l'Outaouais, selon le territoire du CLSC, le sexe et le groupe d'âge de 5 ans, au 1 juillet, 2006 à 2031

Comme sur les autres territoires des CLSC, les femmes demeurent et demeureront les plus nombreuses comparativement aux hommes. En 2031, toujours selon les projections, elles représenteront 56 % de la population totale des aînés de 65 ans et plus (figure 16).

Figure 16. Pourcentage des aînés de 65 ans et plus selon le sexe sur le territoire du CLSC de Gatineau



Source : Ministère de la santé et des services sociaux, Service du développement de l'information. Projections de la population de l'Outaouais, selon le territoire des CLSC, le sexe et le groupe d'âge de 5 ans, au 1 juillet, 2006 à 2031

6.4.2. État d'insécurité alimentaire sur le territoire du CLSC de Gatineau

Sur le territoire de Gatineau comme ailleurs dans la région de l'Outaouais, 39,24 % de la population de 60 ans et plus a, parfois ou souvent, des limitations pour faire des

activités. Un état d'insécurité alimentaire modéré et sévère touche environ 3,66 % de la population des 60 ans et plus. Encore une fois, les femmes sont les plus touchées par ce phénomène. En effet, les femmes sont deux fois plus nombreuses que les hommes et représentent 2,58 % de la population contre seulement 1,08 % pour les hommes. Ce pourcentage équivaut à 537 femmes sur un total de 764 personnes de 60 ans de plus souffrant d'insécurité alimentaire modérée et sévère (tableau 17).

Tableau 17. Estimations de l'état d'insécurité alimentaire sur le territoire du CLSC de Gatineau

Total pers. de 60 et +		1 1423	9 443	20 866
		Femmes	Hommes	Total
Limitation à faire des activités parfois ou souvent	(n)	4 524	3 664	8 187
	(%)	39,6	38,80	39,24
État d'insécurité alimentaire modéré et sévère	(n)	537	227	764
	(%)	2,58	1,08	3,66
Combinaison de la limitation à faire des activités parfois ou souvent et de l'état d'insécurité alimentaire modéré et sévère	(n)	295	115	410
	(%)	1,41	0,55	1,96

Source : Estimations faites par Agence de la santé et des services sociaux de l'Outaouais à partir des données de l'ESCC 2007-2008.

6.4.3. Services de soutien alimentaire sur les territoires des CLSC de Hull, d'Aylmer et de Gatineau.

Les organismes communautaires sont des acteurs essentiels pour ce qui est de la sécurité alimentaire. Dans la grande ville de Gatineau (Hull, Aylmer, Gatineau), de nombreux organismes œuvrent dans le domaine de la sécurité alimentaire. Certains ont pour clientèle les personnes âgées et tentent de leur offrir des services adaptés.

Tous les organismes n'opèrent pas de la même façon, mais leurs actions contribuent à améliorer la sécurité alimentaire en général et celle des aînés en particulier. Il existe une diversité de services de soutien alimentaire. Cependant la question est de savoir s'ils répondent aux besoins des personnes âgées compte tenu des phénomènes liés à leur grand âge.

Les besoins de services particuliers de soutien alimentaire identifiés par les aînés dans cette étude sont respectivement : les services de popote roulante, de cuisine collective, d'accompagnement à l'épicerie, les services auxiliaires, la soupe populaire et le dîner communautaire.

Malgré l'importance des besoins des aînés, il n'existe que quatre services de popote roulante dans la grande ville de Gatineau. Ce sont notamment la popote roulante du centre d'action bénévole de Hull, la popote roulante du centre d'action bénévole de Gatineau, la popote roulante du Centre alimentaire d'Aylmer et la popote roulante d'Aylmer (annexe 10).

On estime à environ une trentaine le nombre de repas fournis par jour et par popote roulante. En moyenne 120 personnes âgées en reçoivent quotidiennement. Au regard des statistiques 3,6 % des aînés de 60 ans et plus vivent dans un état d'insécurité alimentaire modéré et sévère, cela représente 1 535 personnes vivant sur les trois territoires (Hull, Aylmer, Gatineau). Ce qui signifie que seulement 8 % de ces aînés dans le besoin bénéficie de ce service.

Quant aux services de cuisine collective, ils sont généralement dirigés par des organismes communautaires. Il en existe plusieurs sur les territoires des CLSC de Hull, d'Aylmer et de Gatineau (annexe 11). Le regroupement des cuisines collectives de Gatineau estime leur nombre à une vingtaine de cuisines. La moyenne des participants est de quatre à huit. Généralement le service est offert une fois par mois. Si certaines cuisines connaissent un fort engouement, la plupart d'entre elles ont un faible taux de participation, ce qui compromet sérieusement leur fonctionnement. Pour le moment, il existe deux cuisines autonomes pour adultes chapeautées par l'Office Municipal de l'Habitation (OMH) et une chapeautée par le Centre Alimentaire Aylmer.

Un autre service identifié par les personnes âgées est celui de l'accompagnement à l'épicerie. Le centre d'entraide aux aînés offre ce service à ses membres. Deux fois par semaine, il organise des voyages pour celles et ceux qui désirent aller faire leur épicerie.

Environ une vingtaine d'aînés participent à cette activité hebdomadaire. Il y a aussi les magasins de partage alimentaire qui sont organisés comme une épicerie et qui offrent, à un prix minime et selon les besoins, des denrées fraîches et des denrées non périssables aux familles ou aux personnes à faible revenu.

Il existe certainement des organismes qui, sous d'autres formes, offrent un service d'accompagnement. Ainsi, certains se rendent responsables du service de transport pour les rendez-vous médicaux.

Les paroisses, quant à elles, font souvent du dépannage alimentaire d'urgence et réfèrent les personnes aux organismes qui sauront répondre adéquatement à leurs besoins.

Le service de la soupe populaire est accessible à tous, indépendamment du lieu de résidence. Les aînés y ont accès, mais il n'existe pas de statistiques sur le nombre de personnes âgées de 65 ans et plus qui se prévalent de ce service.

Le service du dîner communautaire est offert par plusieurs organismes communautaires à raison d'une fois par semaine ou d'une fois par mois.

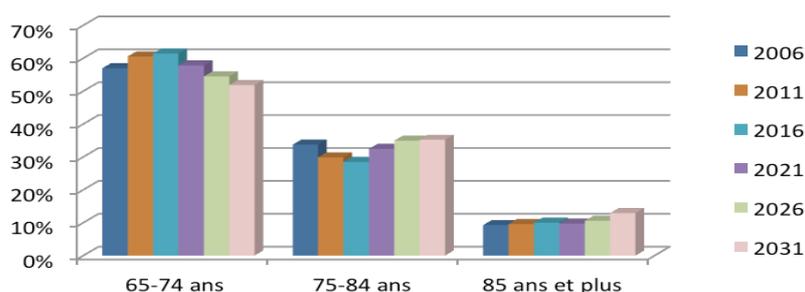
Les banques alimentaires viennent en aide à de nombreuses familles ou à des personnes dans le besoin. Moisson Outaouais est le chef de file régional dans l'offre de ce service. Cette banque a pour clientèle directe les organismes qui œuvrent dans la région de l'Outaouais.

6.5. Territoire du CLSC du Pontiac

6.5.1. Les projections du vieillissement selon le groupe d'âge et le sexe

Selon les projections, environ 28 % de la population du territoire du CLSC du Pontiac aura 65 ans et plus d'ici 2031. À l'instar des autres territoires des CLSC, le groupe des personnes de 65 à 74 ans sera le plus nombreux et représentera 54 % de la population des personnes âgées. Il sera suivi de celui des 75 à 84 ans avec 33 % et de celui des 85 ans et plus 13 % (figure 17).

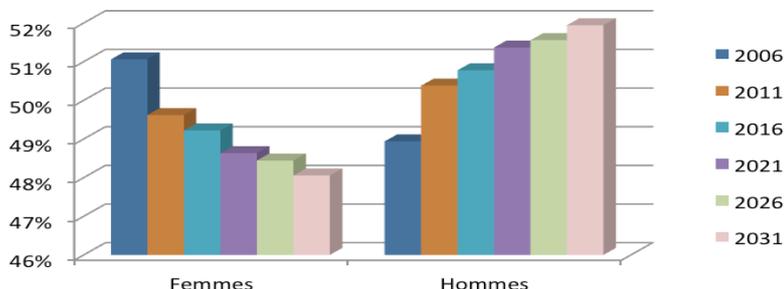
Figure 17. Projections du vieillissement selon le groupe d'âge sur le territoire du CLSC du Pontiac



Source : Ministère de la santé et des services sociaux, Service du développement de l'information. Projections de la population de l'Outaouais, selon le territoire des CLSC, le sexe et le groupe d'âge de 5 ans, au 1 juillet, 2006 à 2031

Le phénomène le plus marquant sur le territoire du CLSC du Pontiac, est le pourcentage des femmes par rapport à celui des hommes (figure 18). On voit sur cette figure que d'ici 2031, il y aura plus d'hommes que de femmes de 65 ans et plus. Les hommes représenteront 52 % de la population et les femmes 48 %.

Figure 18. Pourcentage des aînés de 65 ans et plus selon le sexe sur le territoire du CLSC du Pontiac



Source : Ministère de la santé et des services sociaux, Service du développement de l'information. Projections de la population de l'Outaouais, selon le territoire des CLSC, le sexe et le groupe d'âge de 5 ans, au 1 juillet, 2006 à 2031

6.5.2. État de l'insécurité alimentaire sur le territoire du CLSC du Pontiac

Selon les estimations faites par l'Agence de la santé et des services sociaux de l'Outaouais, en 2011 le pourcentage des personnes de 60 ans et plus qui souffrent d'insécurité alimentaire modérée et sévère sur le territoire du CLSC du Pontiac est de 3,54 %. On retrouve ainsi 2,31 % de femmes contre seulement 1,21 % d'hommes. Aussi 39,18 % des aînés de 60 ans et plus connaissent, parfois ou souvent, des limitations à faire des activités. Ces limitations ont un impact sur la sécurité alimentaire. Effectivement 53,47 % de ceux qui vivent en état d'insécurité alimentaire modéré et sévère ont, parfois ou souvent, des limitations à faire des activités (tableau 18).

Tableau 18. Estimations de l'état d'insécurité alimentaire sur le territoire du CLSC du Pontiac

Total pers. de 60 et +		2 606	2 674	5 280
		Femmes	Hommes	Total
Limitation à faire des activités parfois ou souvent	(n)	1 032	1 038	2 069
	(%)	39,60%	38,82%	39,18%
État de l'insécurité alimentaire modéré et sévère	(n)	122	64	187
	(%)	2,31%	1,21%	3,54%
Combinaison de la limitation à faire des activités parfois ou souvent et de l'état de l'insécurité alimentaire modérée et sévère	(n)	67	32	100
	(%)	1,17%	0,62%	1,89%

Source : Estimations faites par Agence de la santé et des services sociaux de l'Outaouais à partir des données de l'ESCC 2007-2008

6.5.3. Services de soutien alimentaire disponibles sur le territoire du CLSC du Pontiac

Les organismes communautaires sont très actifs sur ce territoire. Les clubs d'âge d'or organisent de nombreuses activités pour leurs membres. Dans cette région, l'emphase est mise sur les dîners communautaires. Par exemple, à Fort-Coulonge, quatre organismes offrent, à tour de rôle, des dîners communautaires à chaque jeudi du mois. Ces dîners permettent aux aînés de sortir de la maison et de briser l'isolement qui est un facteur déterminant pour la sécurité alimentaire. Cependant, toutes les localités de ce territoire ne sont pas desservies quatre fois par mois. Dans la majorité des cas, les dîners communautaires sont organisés une fois durant le mois. La liste des organismes œuvrant auprès des aînés sur ce territoire se trouve en annexe 6.

D'autres organismes offrent des services tels les dépannages alimentaires, les magasins de partage alimentaire, les cuisines collectives, des sessions et des ateliers d'information sur l'alimentation et des services de cuisines collectives. Les services d'accompagnement-transport offerts sont uniquement réservés pour les rendez-vous médicaux.

Les besoins de services identifiés par les personnes âgées interrogées dans cette étude sont respectivement : la popote roulante, les cuisines collectives, le service d'accompagnement à l'épicerie, les services auxiliaires, les soupes populaires et les dîners communautaires.

Sur ce territoire, il n'existe pas de service de popote roulante. L'étendue du territoire et les grandes distances à parcourir par les bénévoles qui sont généralement âgés seraient responsables de cette situation. Nous pouvons ainsi constater qu'il y a moins de possibilité pour ce type de service en milieu rural qu'en milieu urbain.

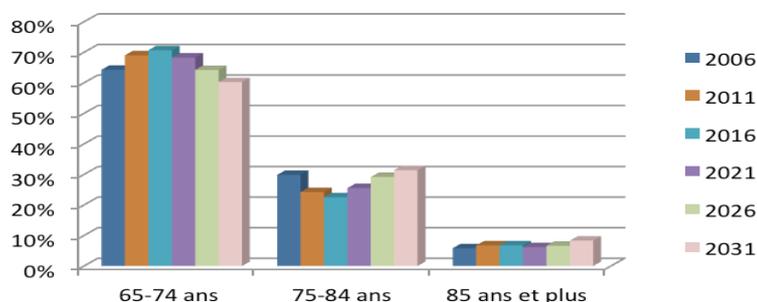
Les cuisines collectives sont généralement utilisées par les femmes. Étant donné que, dans les années à venir, il y aura plus d'hommes que de femmes, il semble nécessaire de développer un concept de cuisine collective qui pourrait intéresser davantage les hommes.

6.6. Territoire du CLSC des Collines-de-l'Outaouais

6.6.1. Projections du vieillissement selon le groupe d'âge et le sexe

Le territoire des Collines-de-l'Outaouais n'est pas en reste du phénomène du vieillissement. Il connaît les mêmes tendances que les autres territoires des CLSC susmentionnés. 30 % de sa population aura 65 ans et plus d'ici 2031. Au cours des vingt prochaines années, le groupe majoritaire sera celui des 65 à 74 ans qui constituera environ 60 % de la population des âgés (figure 19).

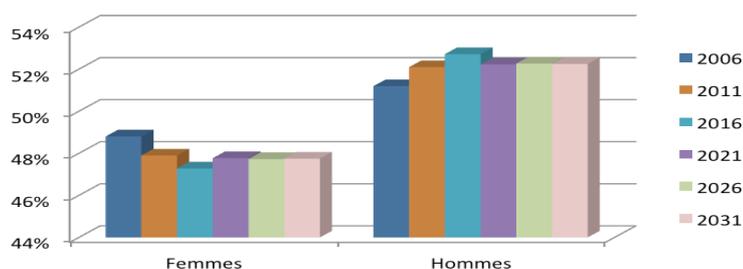
Figure 19. Projections du vieillissement selon le groupe d'âge sur le territoire du CLSC des Collines-de-l'Outaouais.



Source : Ministère de la santé et des services sociaux, Service du développement de l'information. Projections de la population de l'Outaouais, selon le territoire des CLSC, le sexe et le groupe d'âge de 5 ans, au 1 juillet, 2006 à 2031

Sur ce territoire, les femmes sont minoritaires et le resteront au cours des vingt prochaines années, comme l'illustre la figure 20 ci-dessous.

Figure 20. Pourcentage des aînés de 65 ans et plus selon le sexe sur le territoire du CLSC des Collines-de-l'Outaouais.



Source : Ministère de la santé et des services sociaux, Service du développement de l'information. Projections de la population de l'Outaouais, selon le territoire des CLSC, le sexe et le groupe d'âge de 5 ans, au 1 juillet, 2006 à 2031

6.6.2. État de l'insécurité alimentaire sur le territoire du CLSC des Collines-de-l'Outaouais

Selon les estimations de l'Agence de la santé et des services sociaux de l'Outaouais, 3,5 % de la population de 60 ans et plus souffre d'un état d'insécurité alimentaire modéré et

sévère sur ce territoire. Les femmes sont les plus touchées avec un taux de 2,23 % de la population contre 1,27 % pour les hommes. Aussi, 39,2 % de la population âgée de 60 ans ou plus a, parfois ou souvent, des limitations pour faire des activités. On note également que plus de la moitié de la population qui souffre d'insécurité alimentaire a des limitations les empêchant ainsi de faire des activités parfois ou souvent (tableau 19).

Tableau 19. Estimations de l'état d'insécurité alimentaire sur le territoire du CLSC les Collines-de-l'Outaouais

Total pers. de 60 et +		2 425	2 722	5 147
		Femmes	Hommes	Total
Limitation à faire des activités parfois ou souvent	(n)	960	1 056	2 016
	(%)	39,60	38,80	39,20
État d'insécurité alimentaire modéré et sévère	(n)	114	65	179
	(%)	2,23	1,27	3,50
Combinaison de la limitation à faire des activités parfois ou souvent et de l'état d'insécurité alimentaire modéré et sévère	(n)	63	33	96
	(%)	1,26	0,64	1,90

Source : Estimations faites par Agence de la santé et des services sociaux de l'Outaouais à partir des données de l'ESCC 2007-2008

6.6.3. Services de soutien alimentaire disponibles sur le territoire du CLSC des Collines-de-l'Outaouais

Plusieurs organismes communautaires sont engagés dans la lutte contre l'insécurité alimentaire sur le territoire des Collines-de-l'Outaouais. La liste de ces organismes est en annexe 7.

Dans le but d'enrayer la faim sur ce territoire, un plan stratégique 2011-2016 a été élaboré en février 2011. Les principaux fournisseurs de services alimentaires sont : le Grenier des Collines, la Maison de l'Étincelle et les paroisses qui offrent des services de dépannage alimentaire d'urgence.

Le service de popote roulante de la Maison de l'Étincelle offre en moyenne 214 repas (frais, semi-congelés et congelés) par mois. Cela représente environ une dizaine de

plats offerts chaque jour. De plus, une quinzaine de cuisines collectives ont été organisées au cours de l'année 2009-2010 regroupant en moyenne quatre personnes pour un total de 64 personnes.

Sur le territoire des Collines-de-l'Outaouais, en faisant la relation entre les personnes âgées qui souffrent d'un état d'insécurité alimentaire modéré et sévère et celles qui ont des limitations qui les empêchent de faire des activités parfois ou souvent, seulement 10 % sont desservies par le service de la popote roulante. Ce taux se réduit à 6 % lorsqu'on considère l'ensemble des personnes de 60 ans et plus qui font face à des problèmes d'insécurité alimentaire sur ce territoire.

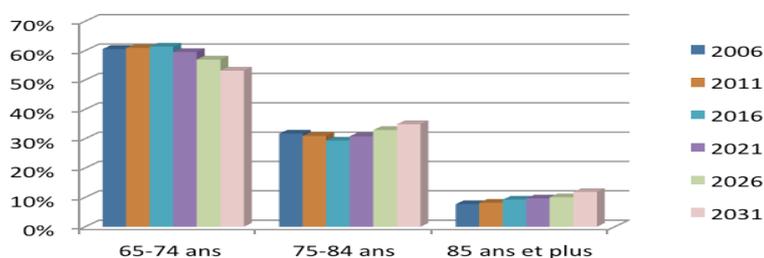
Malgré le fait que d'autres alternatives alimentaires contribuent à améliorer la sécurité alimentaire, les besoins identifiés par les aînés dans cette étude font ressortir le service de popote roulante comme le premier choix en cas de besoin de soutien alimentaire dans les années à venir.

6.7. Territoire du CLSC de la Vallée-de-la-Gatineau

6.7.1. Projections du vieillissement selon le groupe d'âge et le sexe

D'ici 2031, 33 % de la population qui vit sur le territoire de la Vallée-de-la-Gatineau aura 65 ans et plus. C'est l'un des taux les plus forts de la région de l'Outaouais. Environ 53 % de la population se situera dans le groupe d'âge des 65 à 74 ans. Au fil des années, on constate toutefois qu'il y aura une diminution progressive de ce groupe d'âge au profit des groupes de 75 à 84 ans et de 85 ans et plus (figure 21).

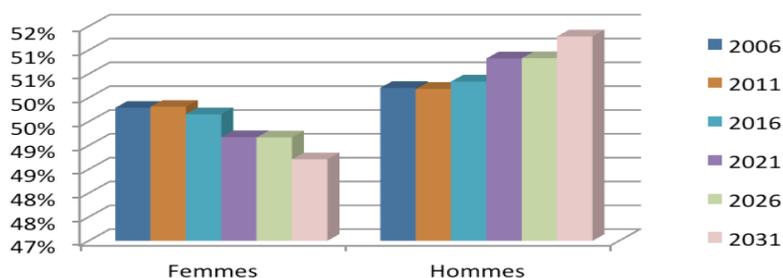
Figure 21. Projections du vieillissement selon le groupe d'âge sur le territoire du CLSC de la Vallée-de-la-Gatineau.



Source : Ministère de la santé et des services sociaux, Service du développement de l'information. Projections de la population de l'Outaouais, selon le territoire des CLSC, le sexe et le groupe d'âge de 5 ans, au 1 juillet, 2006 à 2031

Le phénomène le plus marquant est l'importance en nombre de la population masculine de 65 ans et plus, comparativement à la population féminine. Autrement dit, les hommes représenteront environ 53 % de la population des personnes âgées contre 47 % pour les femmes. Cela aura évidemment une implication sur les types de services alimentaires à offrir au cours des vingt prochaines années (figure 22).

Figure 22. Pourcentage des aînés de 65 ans et plus selon le sexe sur le territoire du CLSC de la Vallée-de-la-Gatineau.



Source : Ministère de la santé et des services sociaux, Service du développement de l'information. Projections de la population de l'Outaouais, selon le territoire des CLSC, le sexe et le groupe d'âge de 5 ans, au 1 juillet, 2006 à 2031

6.7.2. État de l'insécurité alimentaire sur le territoire du CLSC de la Vallée-de-la-Gatineau

Selon les estimations de l'Agence de santé de l'Outaouais, 3,54 % de la population de 60 ans et plus souffre d'un état d'insécurité alimentaire modéré et sévère. De plus, 39,2 % de cette population a, parfois ou souvent, des limitations à faire des activités (tableau 20). En fonction de cette situation, il n'y a pas de différence entre les hommes et les femmes.

Tableau 20. Estimations de l'état d'insécurité alimentaire sur le territoire du CLSC de la Vallée-de-Gatineau

Total pers. de 60 et +		2 822	2 886	5 708
		Femmes	Hommes	Total
Limitation à faire des activités parfois ou souvent	(n)	1 118	1 120	2 237
	(%)	39,60	38,80	39,20
État d'insécurité alimentaire modéré et sévère	(n)	133	69	202
	(%)	2,32	1,21	3,54
Combinaison de la limitation à faire des activités parfois ou souvent et de l'état d'insécurité alimentaire modéré et sévère	(n)	73	35	108
	(%)	1,28	0,61	1,89

Source : Estimations faites par l'Agence de la santé et des services sociaux de l'Outaouais à partir des données de l'ESCC 2007-2008

6.7.3. Services de soutien alimentaire disponibles sur le territoire du CLSC de la Vallée-de-la-Gatineau.

Plusieurs organismes communautaires œuvrent dans le domaine de la sécurité alimentaire. Les clubs de l'Âge d'Or de la Vallée-de-la-Gatineau et de l'Âge d'Or des Collines offrent, en moyenne, 350 repas par mois, ce qui correspond à une moyenne de 18 repas par jour et ce, cinq jours par semaine. Le service de popote roulante serait probablement le mieux adapté pour répondre aux besoins spécifiques de la population âgée de ce territoire puisque, nous l'avons déjà souligné précédemment, parmi les 3,50 % des aînés souffrant d'insécurité alimentaire modéré et sévère, environ 39,2 % ont des limitations qui les empêchent de faire des activités parfois ou souvent. Toutefois, une des contraintes liée au développement du service de popote roulante est l'étendue du

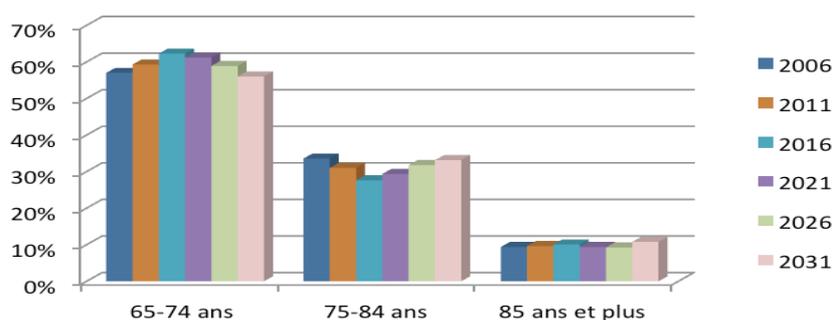
territoire. Cette situation expliquerait que, en fonction de ce service, seulement 17 % des besoins soient comblés.

6.8. Territoire du CLSC de la Vallée-de-la-Lièvre

6.8.1. Projections du vieillissement selon le groupe d'âge et le sexe

Selon l'estimation de l'agence de la santé, 34% de la population vivant sur ce territoire aura 65 ans et plus d'ici 2031. Le groupe d'âge des 65-74 ans représentera 52 % de cette population (figure 23).

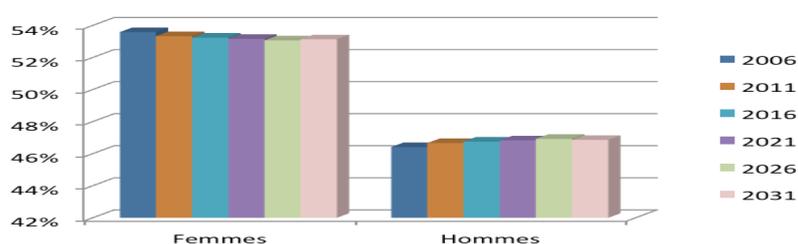
Figure 23. Projections du vieillissement selon le groupe d'âge sur le territoire du CLSC de la Vallée-de-la Lièvre



Source : Ministère de la santé et des services sociaux, Service du développement de l'information. Projections de la population de l'Outaouais, selon le territoire des CLSC, le sexe et le groupe d'âge de 5 ans, au 1 juillet, 2006 à 2031

D'ici 2031, les femmes seront plus nombreuses que les hommes sur ce territoire. Elles représenteront 53 % de population totale des aînés de 65 ans et plus contre 47 % d'hommes (figure 24).

Figure 24. Pourcentage des aînés de 65 ans et plus selon le sexe sur le territoire du CLSC de la Vallée-de-la-Lièvre



Source : Ministère de la santé et des services sociaux, Service du développement de l'information. Projections de la population de l'Outaouais, selon le territoire des CLSC, le sexe et le groupe d'âge de 5 ans, au 1 juillet, 2006 à 2031

6.8.2. État d'insécurité alimentaire dans le territoire du CLSC de la Vallée-de-la-Lièvre

Sur le territoire du CLSC de la Vallée-de-la-Lièvre, 3,60 % de la population de 60 ans et plus souffre d'un état d'insécurité alimentaire modéré et sévère. Les femmes sont les plus touchées avec un taux de 2,45 % de la population contre seulement 1,15 % pour les hommes (tableau 21). On note également que 39,22 % de cette population a des limitations pour faire des activités, parfois ou souvent. Enfin, il importe de mentionner que plus de 53 % de la population souffrant d'insécurité alimentaire rencontre des limitations pour faire des activités, parfois ou souvent.

Tableau 21. Estimations de l'état d'insécurité alimentaire sur le territoire du CLSC de la Vallée-de-la-Lièvre

Total pers. de 60 et +		3 535	3 235	6 770
		Femmes	Hommes	Total
Limitation à faire des activités parfois ou souvent	(n)	1 400	1 255	2 655
	(%)	39,60	38,80	39,22
État d'insécurité alimentaire modéré et sévère	(n)	166	78	244
	(%)	2,45	1,15	3,60
Combinaison de la limitation à faire des activités parfois ou souvent et de l'état d'insécurité alimentaire modéré et sévère	(n)	91	39	131
	(%)	1,35	0,58	1,93

Source : Estimations faites par l'Agence de la santé et des services sociaux de l'Outaouais à partir des données de l'ESCC 2007-2008

6.8.3. Services de soutien alimentaire disponibles sur le territoire du CLSC de la Vallée-de-la-lièvre

Sur le territoire de la Vallée-de-la-Lièvre, plusieurs organismes communautaires œuvrent dans le domaine de la sécurité alimentaire. Un certain nombre de services en lien direct ou indirect avec l'alimentaire sont offerts : les cuisines collectives, une popote roulante offerte par la Cantine des aînés de Buckingham, les dépannages alimentaires, les dîners communautaires. Un service de transport pour les rendez-vous médicaux est également disponible. La liste de ces organismes se trouve en annexe 9.

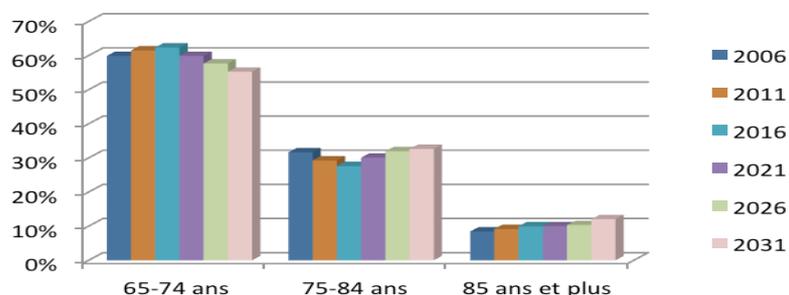
Le service de popote roulante de la Cantine des aînés offre environ une trentaine de repas par jour et ce, cinq jours sur sept. Elle couvre un territoire très vaste. On estime à 131 le nombre d'aînés de 60 ans et plus qui souffrent d'insécurité alimentaire et qui ont des limitations à faire des activités parfois ou souvent. En faisant un rapport entre ce nombre de personnes et le nombre de repas offerts chaque jour, seulement 23 % des besoins sont comblés. Cependant, si l'on considère l'ensemble de la population âgée de 60 ans et plus et souffrant d'insécurité alimentaire, le taux de couverture se réduit à 12 %.

6.9. Territoire du CLSC de la Petite-Nation

6.9.1. Projections du vieillissement selon le groupe d'âge et le sexe

D'ici 2031, 35 % de la population de la Petite-Nation aura 65 ans et plus. C'est le taux le plus élevé de la région de l'Outaouais. Le groupe d'âge des personnes âgées entre 65 et 74 ans constituera la proportion la plus importante de cette population (figure 25).

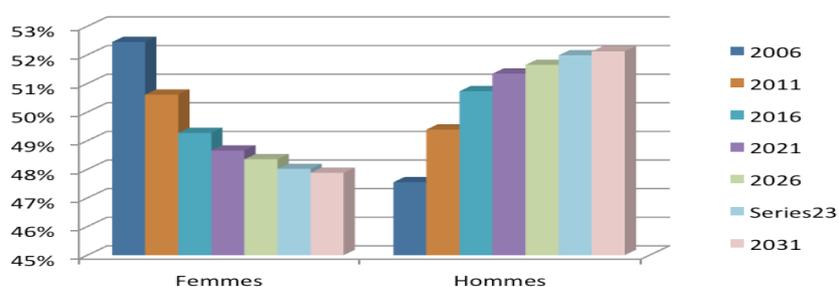
Figure 25. Projections du vieillissement selon le groupe d'âge sur le territoire du CLSC de la Petite-Nation



Source : Ministère de la santé et des services sociaux, Service du développement de l'information. Projections de la population de l'Outaouais, selon le territoire des CLSC, le sexe et le groupe d'âge de 5 ans, au 1 juillet, 2006 à 2031

En considérant les tendances du vieillissement selon le sexe, les hommes y seront un peu plus nombreux que les femmes d'ici 2031 : ils représenteront environ 52 % par rapport à 48 % pour les femmes (figure 26).

Figure 26. Pourcentage des aînés de 65 ans et plus selon le sexe sur le territoire du CLSC de la Petite-Nation



Source : Ministère de la santé et des services sociaux, Service du développement de l'information. Projections de la population de l'Outaouais, selon le territoire des CLSC, le sexe et le groupe d'âge de 5 ans, au 1 juillet, 2006 à 2031

6.9.2. État d'insécurité alimentaire sur le territoire du CLSC de la Petite-Nation

Sur le territoire du CLSC de la Petite-Nation, environ 3,54 % des personnes âgées de 60 ans et plus souffrent d'insécurité alimentaire modérée ou sévère : 183 aînés dont 120 femmes (2,32 %) et 63 hommes (1,21 %) (tableau 22). 39,20 % des aînés de 60 ans et

plus vivent aussi des limitations qui les empêchent de faire des activités parfois ou souvent. Ces limitations ont un impact sur leur sécurité alimentaire. Effectivement 53,47 % de ceux qui vivent un état d'insécurité alimentaire modéré ou sévère ont des limitations pour faire des activités parfois ou souvent.

Tableau 22. Estimations de l'état d'insécurité alimentaire sur le territoire du CLSC de la Petite-Nation

Total pers. de 60 et +		2 561	2 618	5 179
		Femmes	Hommes	Total
Limitation pour faire des activités parfois ou souvent	(n)	1 014	1 016	2 030
	(%)	39,60	38,80	39,18
État d'insécurité alimentaire modéré et sévère	(n)	120	63	183
	(%)	2,32	1,21	3,54
Combinaison de la limitation pour faire des activités parfois ou souvent et de l'état d'insécurité alimentaire modéré et sévère	(n)	66	32	98
	(%)	1,28	0,61	1,89

Source : Estimations faites par l'Agence de la santé et des services sociaux de l'Outaouais à partir des données de l'ESCC 2007-2008

6.9.3. Services de soutien alimentaire disponibles sur le territoire du CLSC de la Petite-Nation

Dans la Petite-Nation, plusieurs organismes sont engagés dans la lutte contre l'insécurité alimentaire. Les services alimentaires sont généralement disponibles pour la population dans le besoin. Parmi les services offerts, on dénombre : les services de cuisines collectives, les banques alimentaires, les jardins collectifs, les dîners collectifs et les services de magasins de partage alimentaire (annexe 9).

Parmi les personnes interrogées, il ressort que leurs principaux besoins en rapport avec les services de soutien alimentaire soient : la popote roulante, les cuisines collectives, les services d'accompagnement à l'épicerie, les soupes populaires ainsi que les dîners communautaires.

Selon les estimations de l'Agence de la santé et des services sociaux de l'Outaouais, environ 183 personnes souffrent d'insécurité alimentaire modérée et sévère. Parmi ces personnes, 98 ont des limitations à faire des activités parfois ou souvent. Ces dernières sont les plus vulnérables. Aussi, s'avère-t-il important de mettre une priorité sur des services de popote roulante.

La Petite-Nation connaîtra, dans les vingt prochaines années, le taux de vieillissement le plus important de la région de l'Outaouais. De plus, il y aura plus d'hommes que de femmes de 65 ans et plus sur ce territoire. Il est donc de première importance de développer des services qui répondront mieux aux besoins des aînés.

7. ANALYSES QUALITATIVES

7.1. Analyse selon le groupe d'âge

Les résultats de la recherche témoignent d'un besoin non comblé de services de soutien alimentaire. Cependant, la perception du soutien alimentaire requis diffère selon les groupes d'âge et le sexe des personnes qui ont répondu au questionnaire.

Les besoins exprimés dans le premier groupe d'âge (55-64) sont moins prononcés. Ceux qui se retrouvent dans ce groupe sont souvent de nouveaux retraités, majoritairement en bonne santé. Bien que les personnes de ce groupe d'âge ne soient pas considérées comme « aînés » selon la définition retenue dans cette étude, il nous a paru nécessaire de comprendre leur perception du soutien alimentaire. Dans ce groupe, les hommes comprennent le soutien alimentaire en termes d'informations à recevoir et de sensibilisation aux saines habitudes alimentaires tandis que les femmes le voient plutôt en termes d'accessibilité aux ressources disponibles.

Le deuxième groupe d'âge (65-74) est le plus important, en nombre, dans notre échantillon. Ce sont les personnes de ce groupe d'âge qui utilisent le plus les services de soutien alimentaire, car leurs besoins sont plus importants que ceux qui sont dans le groupe précédent. Les femmes semblent mieux informées des services disponibles que les hommes. L'explication qu'on pourrait donner est le fait que, généralement, les hommes sont peu disposés à fréquenter les organismes communautaires ou à s'informer des services disponibles.

De plus, dans ce même groupe d'âge, les hommes apparaissent comme étant plus vulnérables que les femmes parce que plusieurs d'entre eux manquent d'expérience en cuisine. Certains nous ont confié leur difficulté à demander de l'aide auprès des organismes de soutien alimentaire. Un homme nous disait « *Tant que je pourrai marcher, je préfère me débrouiller tout seul* ». Les hommes affirment qu'ils n'auront

pas besoin de soutien alimentaire dans les années à venir. Leur réponse est sans ambiguïté.

Par ailleurs, on note que, même si les femmes disent qu'elles n'ont actuellement pas besoin de services de soutien alimentaire, elles sont plus nuancées dans leurs propos. Par exemple, on a entendu une dame nous dire : « *Peut-être que dans les années à venir j'aurai besoin d'utiliser les services, mais pas maintenant* ».

Quant aux personnes qui constituent le troisième groupe d'âge (85 ans et plus), elles sont moins nombreuses que celles des deux groupes précédents. Leur santé se fragilise du fait de leur grand âge. Plusieurs d'entre elles dépendent majoritairement du soutien dont elles peuvent disposer (famille, services sociaux, etc.). Par ailleurs, les résultats de cette étude révèlent que les femmes de ce groupe d'âge participent plus que les hommes aux activités organisées par les organismes.

7.2. Analyse selon le sexe

Les réponses des femmes et des hommes diffèrent selon les variables examinées (tableau 23). La principale raison qui pousse généralement les femmes âgées à changer leurs habitudes alimentaires est l'adoption de saines habitudes alimentaires. Par ailleurs, ce sont surtout des problèmes de santé qui amènent les hommes à changer leurs habitudes alimentaires.

Il ressort également que les femmes, comparativement aux hommes, ont une meilleure connaissance de la signification de saines habitudes alimentaires.

Tableau 23. Résultats des analyses des variables qualitatives selon le sexe

Variables	Raisons	
	Femmes	Hommes
Changement des habitudes alimentaires	1- adoption de saines habitudes alimentaires 2-santé	1-santé
Connaissances sur les saines habitudes alimentaires	Mieux informées	Moins informés
Critères influençant le choix alimentaire (1 le plus important et 5 le moins important)	1-Valeurs nutritives 2- coût	1-Goût 2-Facilité à préparer les repas
Besoin de services de soutien alimentaire dans les années à venir?	Propos nuancés : aucun besoin maintenant, mais peut-être dans l'avenir	Aucun besoin
Prise de repas déjà cuisinés	Préparent leurs repas le plus souvent	Utilisent davantage les repas déjà cuisinés, la nourriture en conserve.

Parmi les critères qui influencent le choix alimentaire chez les hommes interrogés, on retrouve, en ordre décroissant : le goût de l'aliment, la facilité à préparer leurs repas, la valeur nutritive de l'aliment et son coût. Quant aux femmes, le premier critère utilisé pour faire son choix alimentaire est celui de la valeur nutritive. Viennent ensuite celui du goût, celui du coût et, enfin, la facilité à cuisiner. Au regard de ces données, nous pouvons supposer qu'il sera important de tenir compte de ces critères dans les offres de services alimentaires.

Les résultats de la recherche indiquent aussi une plus grande vulnérabilité des hommes âgés sur le plan alimentaire. En effet, parce qu'ils n'ont pas ou peu d'expérience en cuisine, plusieurs se contentent d'une diète moins saine. Les femmes âgées nous ont dit préparer leurs repas plus souvent que les hommes alors que ces derniers avouent consommer davantage de repas cuisinés et de la nourriture en conserve.

8. ORGANISMES COMMUNAUTAIRES ET LUTTE CONTRE L'INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE EN OUTAOUAIS

Plusieurs études ont souligné le rôle important que jouent les organismes communautaires dans la lutte contre l'insécurité alimentaire. Nombreux sont les services de soutien alimentaire initiés par le milieu communautaire en vue de mieux répondre aux besoins des personnes démunies.

La politique de maintien des personnes âgées dans leur milieu de vie naturel conduit à une répartition des responsabilités entre les organismes communautaires, les services de santé et le réseau social des personnes âgées. Le grand âge rend les ces aînés plus vulnérables, notamment sur le plan nutritionnel.

Selon ces études, les interventions peuvent être directes, soit en procédant à une distribution des vivres ou de repas chauds ou congelés (banques alimentaires, popotes roulantes), soit en offrant, dans un lieu physique, des repas chauds (soupes populaires, dîners communautaires). Les interventions peuvent aussi être indirectes en créant des conditions propices à une saine alimentation (services de cuisines collectives, séances d'informations, bouffe santé).

Sur l'ensemble du territoire de la région de l'Outaouais, les organismes communautaires sont très actifs dans la lutte contre l'insécurité alimentaire. Sur chacun des territoires des CLSC, ces associations tentent tant bien que mal de varier leurs services de soutien alimentaire (annexes 5, 6, 7, 8 et 9).

Cependant, force est de constater qu'il y a davantage de diversité de services offerts en zone urbaine qu'en zone rurale. Dans cette dernière, la disponibilité et l'accessibilité sont des facteurs qui affectent la sécurité alimentaire des aînés. Aussi, les moyens de

transport en commun y sont-ils quasi inexistant. En conséquence, les personnes âgées en perte d'autonomie dépendent davantage de leur entourage ou des organismes communautaires qui peuvent leur apporter l'aide requise pour faire leur épicerie et préparer leurs repas.

8.1. Services de soutien alimentaire offerts par les organismes communautaires et leurs impacts sur les déterminants de la santé

Les services de soutien offerts aux aînés ont des impacts positifs sur certains déterminants de la santé, tels les déterminants du milieu de vie, les déterminants biophysiques et les déterminants comportementaux.

En combinant l'analyse différenciée selon le sexe et le modèle des déterminants de la santé, nous avons analysé la problématique de l'insécurité alimentaire chez les personnes âgées. Ces résultats corroborent ceux de Deschamps (2001).

8.1.1. Déterminants biophysiques

Les estimations faites à partir des données de l'ESCC (2007-2008) démontrent que 3.6 % des personnes âgées de 60 ans et plus, soit 2529 d'entre elles, souffrent d'insécurité alimentaire modérée ou sévère en Outaouais. De plus 1.9 % de ce groupe ont des limitations pour faire des activités parfois ou souvent; ce qui représente 1 355 aînés dont la mobilité est réduite ou en perte d'autonomie. Les services de soutien alimentaire qui sont offerts par les organismes communautaires aident donc au maintien à domicile des personnes en perte d'autonomie et agissent sur les déterminantes biophysiques.

La livraison de repas chauds ou congelés par les popotes roulantes est donc essentielle pour assurer la sécurité alimentaire des personnes âgées. Cependant, la vigilance s'impose, car nombreuses sont celles qui oublient de manger leur repas ou ne le mangent pas parce qu'elles ne le trouvent pas à leur goût.

75% des répondants accordent de l'importance au goût des repas qu'ils consomment. Ce critère est priorisé chez les hommes alors que la valeur nutritive des aliments occupe une place de premier choix chez les femmes et ce, dans une proportion de 82 %.

Les services de soutien alimentaire offerts par le milieu communautaire ont, non seulement, des répercussions positives sur les personnes âgées mais aussi sur les aidants naturels. Cependant, nous avons retenu certains aspects négatifs quant à ce service. En premier lieu, le service n'est pas offert dans toute la région de l'Outaouais. En effet, on ne dénombre au total que huit services de popote roulante, dont cinq dans la grande région de Gatineau (Hull, Aylmer, Gatineau) et seulement un dans chacun des secteurs suivants : la Pêche, la Vallée-de-la-Gatineau et Buckingham (annexe 10). En deuxième lieu, le service de popote roulante n'est pas disponible durant les fins de semaine, ce qui constitue une difficulté majeure pour les personnes qui sont incapables de se faire à manger et qui vivent seules. En dernier lieu, plusieurs témoignages confirment que le choix des repas offerts est limité.

8.1.2. Déterminants du milieu de vie (relation avec l'entourage)

Grâce aux relations interpersonnelles créées par les dîners communautaires, ce service influence les déterminants du milieu de vie. La plupart des organismes communautaires offrent ce service. Par exemple, dans le Pontiac, trois organismes ont mis en commun leurs ressources pour organiser, à tour de rôle, un dîner communautaire pendant le mois. Ainsi, le Club de l'Âge d'Or de Fort-Coulonge, le Comptoir St-Pierre de Fort-Coulonge et le Mont d'Or (Golden Peak) offrent quatre dîners communautaires par mois, et ce à raison d'une fois par semaine. Les quatre municipalités du territoire du Pontiac sont ainsi desservies. Par ailleurs, les dîners ne sont offerts qu'à raison d'une fois par mois ou d'une fois par semaine sur les autres territoires.

Ces dîners permettent aux participants de passer de bons moments en compagnie d'autres personnes. Le repas devient ainsi un instrument de socialisation et la participation aux dîners communautaires représente une occasion de rencontre et d'échange. De plus, les intervenants y voient une opportunité de solliciter la participation des aînés à d'autres activités.

Le fait de se rencontrer autour d'un repas contribue à briser l'isolement qui est un des facteurs déterminants de l'insécurité alimentaire chez les personnes âgées. Plusieurs études démontrent une corrélation positive entre un réseau social étendu et une saine alimentation. Selon Ouellette (1999) et Dubois et al (1999), les aînés qui sont bien entourés s'alimentent mieux que ceux qui sont isolés.

Toutefois, il y a toujours matière à l'amélioration. Ainsi les réponses recueillies au cours des entrevues font ressortir principalement trois points négatifs par rapport au service des dîners communautaires:

1. La fréquence de ce service reste limitée car les dîners communautaires ne sont offerts, en général, qu'une seule fois par semaine ou qu'une seule fois par mois.
2. La participation à ces dîners implique que les personnes âgées soit capables de s'y rendre en se déplaçant par leurs propres moyens ou à l'aide de leurs proches. Dans les municipalités rurales, il leur est encore plus difficile d'y participer, faute d'un moyen de transport adapté. Il en est ainsi pour les personnes qui sont en perte d'autonomie; elles ne peuvent en profiter sans une forme d'aide extérieure.
3. Le coût moyen de 7,00 \$ qui est exigé par ceux qui offrent ces dîners est souvent perçu comme étant trop élevé par certains participants.

L'absence de moyens de transport adaptés et disponibles a un impact certain sur l'alimentation des aînés en perte d'autonomie, car en plus des dîners communautaires, les autres services de soutien alimentaire ne peuvent rejoindre ces personnes. Il y a donc urgence d'agir pour venir en aide adéquatement aux personnes âgées.

Le service des cuisines collectives a, lui aussi, un impact positif sur les déterminants du milieu de vie. En effet, ce service est une occasion de rencontre qui favorise le développement de liens significatifs. Non seulement permet-il aux participants de cuisiner à des prix économiques, mais il encourage aussi le développement d'un esprit

de solidarité et d'entraide au sein du groupe. Enfin, c'est aussi une occasion d'apprendre à cuisiner de nouveaux mets et de découvrir les bonnes pratiques alimentaires.

Toutefois, il est important de noter que notre étude révèle un intérêt peu marqué chez hommes pour ce genre de service. Ces cuisines sont en majorité animées par les femmes et les hommes ne s'y retrouvent pas. De plus, certaines femmes pensent que ce service s'adresse surtout aux personnes à faible revenu. Il semble qu'il existe toujours des préjugés face à la notion même de « cuisine collective », ce qui limite l'adhésion de certains participants.

Voici quelques commentaires recueillis chez les participants à propos des cuisines collectives :

- « Toute ma vie, j'ai cuisiné et ça ne me tente plus de faire la cuisine ».
- « Je n'ai jamais cuisiné de toute ma vie et je n'ai aucune envie de l'apprendre à mon âge ».
- « Je suis seule et je ne vois pas la nécessité de participer à une telle activité ».
- « Je suis diabétique et je ne pense pas que les cuisines collectives peuvent répondre à mes besoins nutritionnels compte tenu de mon état de santé ».

Pratiquement, ces propos plutôt négatifs sont assez similaires à ceux déjà été formulés par rapport aux dîners communautaires. Ils se résument aux problèmes de déplacement et à celui de la faible fréquence du nombre de cuisines collectives offertes. Cependant, les participants sont unanimes pour dire que le coût des repas qu'ils y préparent est abordable et qu'ils sont nutritifs.

8.1.3. Déterminants comportementaux

Les organismes du milieu communautaire s'intéressent aux bonnes habitudes alimentaires. À cet effet, des activités sont mises sur pied dans le but d'influencer ces habitudes chez les aînés. Ces activités peuvent prendre plusieurs formes :

1. Des séances d'informations qui portent sur les saines habitudes alimentaires sont offertes. Ces interventions sont indirectes. Toutefois, elles ont des impacts

positifs sur l'état nutritionnel des personnes âgées. Même si la responsabilité de donner des informations est bien jouée par les nutritionnistes ou les intervenants de la santé, les organismes communautaires demeurent des relais indispensables.

2. Des activités physiques (danse en ligne, marche, etc.) sont organisées en partenariat avec les CLSC dans le but d'amener les aînés à demeurer actifs.

À la question qui est de savoir si « leur alimentation a changé au cours des dix dernières années », plusieurs personnes ont répondu par l'affirmative comme l'indique le tableau suivant (tableau 24).

Tableau 24. *Changement de l'alimentation des répondants depuis 10 ans selon le sexe*

Votre alimentation a-t-elle changé depuis 10 ans?	Sexe		Total
	Féminin	Masculin	
Non	34	24	58 (30%)
Oui	94	39	133 (70%)
Total	128	63	191 (100%)

Source : Données des enquêtes auprès des personnes âgées dans la région de l'Outaouais.

On constate que 70 % des personnes interrogées ont dit avoir changé leurs habitudes alimentaires au cours des dix dernières années. Parmi les principales raisons évoquées par les hommes, on retrouve généralement des raisons de santé (pour manger mieux et sainement). Par contre, la situation de veuvage vécue par certains hommes a influencé leur alimentation; ils mangent moins sainement depuis qu'ils se sont retrouvés seuls (tableau 25).

Tableau 25. Raisons qui ont amené les répondants à modifier leur alimentation

Quelles sont les raisons qui vous ont amené à modifier votre alimentation ?	Sexe		Total
	Féminin	Masculin	
Santé	53	22	75
Saines habitudes alimentaires	31	9	40
Santé et saines habitudes alimentaires	7	7	14
Total	91	38	129

Source : Données des enquêtes auprès des personnes âgées dans la région de l'Outaouais

La santé et les saines habitudes alimentaires sont les principales raisons qui poussent les personnes à modifier leur comportement du point de vue alimentaire. Parmi les personnes interviewées qui ont répondu par l'affirmative, 58 % (53/91) de femmes et une même proportion d'hommes (22/38) affirment avoir changé leurs habitudes alimentaires pour des raisons de santé.

Par ailleurs, 34 % (31/91) de femmes contre seulement 23 % (9/38) d'hommes déclarent avoir modifié leur alimentation pour acquérir de saines habitudes alimentaires. Les hommes semblent plus disposés à changer leurs habitudes alimentaires pour des raisons de santé plutôt que pour des raisons de saines habitudes alimentaires. À l'opposé, du côté des femmes, bien que les raisons de santé soient la première cause du changement, la volonté d'acquérir de saines habitudes alimentaires pousse ces dernières à apporter des changements dans leur alimentation.

8.1.4. Déterminants socioéconomiques et déterminants sociopolitiques.

Il n'est pas rare, pour les organismes communautaires, de faire un plaidoyer en faveur de leur clientèle dans le but de faire changer les choses sur le plan politique et économique. Les organismes deviennent de plus en plus des pôles de négociation. Cependant, ces pratiques ont peu ou pas d'impact sur ces deux déterminants de la santé.

Dans la région de l'Outaouais, plusieurs organismes communautaires sont engagés dans la lutte contre l'insécurité alimentaire. Il importe cependant de noter que les données statistiques recueillies auprès de ces organismes communautaires sont très souvent générales et donnent un aperçu trop global des services qui sont offerts. Aussi, elles se résument, la plupart du temps, au nombre de repas distribués ou servis sur une base mensuelle ou annuelle. Quant aux données qui tiennent compte du sexe des bénéficiaires de services, elles sont quasi inexistantes. De plus, il nous a également été difficile d'obtenir des données qui indiqueraient le nombre de personnes de 60 ans et plus qui ont bénéficié des services alimentaires. L'organisme de financement Centraide Outaouais a bien voulu nous fournir les statistiques dont il disposait à partir des demandes d'aide financière dans la région de l'Outaouais. Le tableau 26 les résume.

Tableau 26. *Banques alimentaires : clientèle 55 ans et plus - période 2010 - 2011**

Organismes du secteur alimentaire	Aînés desservis (n)	Secteur
Soupe populaire	289	Hull
La popote roulante d'Aylmer	58	Aylmer
Banque Alimentaire de la Petite-Nation	282	Petite nation
La Manne de l'île	63	Hull
Centre Alimentaire d'Aylmer	34	Aylmer
Bouffe Pontiac	81	Pontiac
Total	807	

Source : Demandes d'aide financière présentées à Centraide Outaouais.

Parmi les 42 organismes contactés (annexe 4), 22 avaient un volet alimentaire et ils ont participé à la présente recherche par le biais d'entrevues semi-structurées. Ces organismes nous ont permis, non seulement d'aborder la question des services offerts aux aînés et celle des principaux besoins qui ont un impact sur leur alimentation, mais également les difficultés qu'ils rencontrent et les suggestions qu'ils proposent en vue d'améliorer les services de soutien alimentaire.

Les services de soutien alimentaire offerts dans la région de l'Outaouais sont diversifiés. Toutefois, on peut parfois observer quelques variantes d'un organisme à l'autre. Les

pratiques d'intervention varient en fonction des missions respectives poursuivies par ces organismes. Ces derniers jugent inestimables leurs contributions au maintien, à domicile, des personnes âgées. Ils se perçoivent comme des relais. Du point de vue des CLSC qui ont comme mission d'implanter les programmes et les politiques gouvernementaux en matière de lutte contre l'insécurité alimentaire, la proximité des organismes communautaires et leur connaissance du milieu sont des conditions gagnantes qui favorisent une meilleure compréhension de la problématique de l'insécurité alimentaire chez les personnes âgées.

8.3. Facteurs qui ont un impact sur l'alimentation des aînés de l'Outaouais

Parmi les organismes interrogés, 91 % soulignent l'importance du réseau social des personnes âgées dans la lutte contre l'insécurité alimentaire. Malheureusement, ils notent l'absence de soutien de la communauté et des membres des familles. Pourtant, plusieurs études ont démontré que l'isolement a un impact sur l'alimentation des aînés. L'Ordre professionnel des diététistes du Québec estime que 40 à 50 % des personnes qui vivent à domicile courent le risque de souffrir de malnutrition parce qu'ils sont seuls, qu'ils souffrent de maladies ou parce qu'ils ont des limitations physiques.

Plusieurs témoignages recueillis démontrent qu'il ne suffit pas de livrer des repas aux personnes âgées, mais qu'il faut aussi s'assurer que ces dernières les consomment. Il nous a été rapporté que des bénévoles de la popote roulante découvrent parfois de la nourriture empilée dans le réfrigérateur ou qui a été laissée sur le comptoir de la cuisine. Les personnes âgées oublient de manger leur repas ou n'ont tout simplement pas d'appétit. Dans ces conditions, leurs proches sont interpellés pour communiquer avec elles, ne serait-ce que par téléphone, et vérifier s'ils ont bien mangé.

Les problèmes financiers ont aussi été évoqués par les organismes. La précarité financière a évidemment un impact sur le choix alimentaire, tant en terme de quantité que de qualité. On constate que les femmes sont davantage touchées que les hommes. En 2003, l'Institut de la statistique du Québec soulignait que 31 % des femmes de 65 ans et plus vivaient sous le seuil du faible revenu comparativement à 15 % d'hommes.

Les résultats de notre recherche corroborent cette statistique qui révèle que les femmes âgées ont un revenu plus faible que celui des hommes du même groupe d'âge.

La difficulté à se rendre dans les centres d'alimentation ou à faire l'épicerie est un autre élément qui a un impact sur l'alimentation des personnes âgées de l'Outaouais. Les organismes sont unanimes sur ce point et notent que la plupart des aînés ont de la difficulté à se déplacer. Que ce soit pour recevoir du dépannage alimentaire (banque alimentaire), se rendre aux dîners communautaires, aller à la soupe populaire ou pour participer à des activités, il faut pouvoir être capable de se déplacer. S'il y a plus de possibilités de se déplacer en zone urbaine, c'est loin d'être le cas en zone rurale. Bien que nombre d'organismes disposent d'un volet transport, ce service est toutefois limité aux rendez-vous médicaux. En effet, « les ressources limitées des organismes ne permettent pas de s'investir dans le transport pour les besoins alimentaires », nous confiait la directrice d'un organisme communautaire.

Enfin, deux autres facteurs ont été soulevés : la variété des repas et celle de repas spéciaux pour tenir compte des diètes particulières. Par contre, les organismes qui offrent le service de la popote roulante ont souligné leur difficulté à offrir des choix de menus assez variés à leur clientèle. Plusieurs d'entre eux affirment même qu'ils n'ont pas de contrôle sur les menus offerts à ceux qui utilisent les services des fournisseurs (foyer, hôpital). Même ceux qui préparent eux-mêmes les repas à livrer, avouent qu'il est difficile de satisfaire tout le monde. Toutefois, ils essaient quand même de s'ouvrir à un plus grand choix de repas.

8.4. Suggestions pour améliorer les services de soutien alimentaire de l'Outaouais

Conscients de la complexité des interventions à faire auprès des aînés, les organismes communautaires mentionnent l'importance d'établir de solides partenariats avec les différents acteurs. Ils soulignent que les rôles sont complémentaires, mais qu'ils doivent se concerter s'ils désirent être plus efficaces sur le terrain.

Pour compléter leur travail, ils se doivent d'interpeler la communauté et surtout les proches des personnes âgées pour être mieux informés des besoins des aînés parfois victimes de préjugés.

Les organismes communautaires, acteurs importants dans le soutien alimentaire aux aînés, disposent généralement de peu de ressources humaines. Sans la contribution inestimable des bénévoles, il leur serait quasi impossible de maintenir certains services. Le personnel salarié est réduit et très mobile, si bien que plusieurs organismes doivent leur survie aux bénévoles qui consacrent temps et énergie pour assurer le fonctionnement des différents services alimentaires. Étant donné que la majorité des bénévoles a 70 ans en moyenne, il est primordial d'impliquer des bénévoles plus jeunes. Aussi, certains organismes ont-ils développé des initiatives pour impliquer de plus en plus de très jeunes personnes. C'est le cas du Centre alimentaire d'Aylmer qui a développé un programme visant à intéresser davantage les jeunes au bénévolat.

Au regard de ce qui précède, la relève des bénévoles se pose avec acuité autant en milieu rural qu'en milieu urbain. 82 % des organismes communautaires interviewés ont mentionné l'âge avancé de leurs bénévoles. Cela corrobore les résultats d'une étude menée sur l'île de Montréal en 2009 qui portait sur la sécurité alimentaire et le vieillissement. Dans les municipalités rurales de l'Outaouais, l'âge moyen des bénévoles est de 70 ans contre 68 ans en milieu urbain. Paradoxalement, les tendances du vieillissement seront plus importantes en milieu rural qu'en milieu urbain.

Les organismes souhaitent également atteindre une stabilité de leurs personnels parce qu'un fort taux de roulement ne permet pas de bénéficier de leur expérience et augmente ainsi les coûts d'opération. Pour embaucher un employé, certains organismes communautaires font souvent appel à une subvention salariale d'Emploi Québec. Cependant, une telle subvention ne vaut que pour six mois. À la fin de cette période, certains organismes sont donc dans l'impossibilité de garder leurs personnels. Il leur faut alors consacrer du temps pour la formation de nouveaux employés qui, une fois formés, ne resteront pas à leur service. En ce sens, un organisme communautaire responsable d'une popote roulante nous confiait : « Tous les six mois, je dois changer

de cuisinier car je ne peux continuer à payer son salaire qui provient de la subvention salariale ».

Les organismes sont également conscients qu'il existe un bon nombre de personnes âgées qui ne sont pas rejointes par les services de soutien alimentaire offerts. Afin de pouvoir établir une relation de confiance et mieux répondre aux besoins d'une plus grande proportion d'aînés, il est indispensable que ces organismes soient davantage proches du vécu quotidien de leur clientèle âgée.

Soulignons enfin que ces organismes déplorent, qu'au fil des ans, les aides financières et les subventions diminuent alors que les besoins et le nombre de personnes âgées ne cessent de croître. Il y aurait donc lieu d'assurer un financement adéquat afin que les organismes communautaires, qui font déjà du bon travail dans leur communauté, puissent rejoindre davantage de bénéficiaires. Bien que les organismes communautaires soient débordés, il n'en demeure pas moins qu'ils doivent continuer à s'investir dans la recherche de financement pour assurer leur survie. En effet, selon les résultats de notre recherche, 92 % des organismes communautaires rencontrent des difficultés d'ordre financier et humain.

Bien que tous les services de soutien alimentaire reposent sur le bénévolat, les services de popote roulante en dépendent davantage. Sans les bénévoles, il serait difficile de livrer les repas aux personnes âgées. Sur l'ensemble du territoire, on compte sept popotes roulantes : quatre dans la grande ville de Gatineau (Hull Aylmer, Gatineau) et trois autres qui sont réparties sur le reste du territoire. Le tableau 27 récapitule les différents points.

Tableau 27. Les services de popote roulante de l'Outaouais – période 2010-2011

Popotes roulantes	Repas en moyen / jours / semaine	Territoire couvert	Nombre de bénévoles	Difficultés majeures	Suggestions
Cantine des aînés de Buckingham	32 repas / 5 jours	Vallée-de-la-lièvre repas livré à un rayon de 33 km	39 bénévoles Âge moyenne 70 ans	<ul style="list-style-type: none"> • La relève : trouver des bénévoles. 	
Centre Alimentaire d'Aylmer	12 repas / 2 jours	Aylmer			
Regroupement des clubs d'âge d'or de la Vallée-de-la-Gatineau et des Collines	45 - 60 repas / 1 jours Repas préparé par le Club Chaud et surgelé	Vallée-de-la-Gatineau	2 chauffeurs 2 autres bénévoles Tout de femmes groupe d'âge 55-65	<ul style="list-style-type: none"> • Financière. • Choix limité pour la popote roulante. • Manque de cuisinière expérimentée. • Contenant des aliments non recyclables. 	
Centre d'action Bénévole de Hull	50 repas / 5 jours 12 132 repas /an	Hull	30 bénévoles Âge moyenne 60 ans 4 jeunes 13 hommes conducteurs 17 femmes baladeuses	<ul style="list-style-type: none"> • Partenariat avec CSSS. • Assurer une stabilité des bénévoles. • Augmentation des prix des repas. • Sans pouvoir de décision. • Pas de choix de menus. 	<ul style="list-style-type: none"> • Offrir plus de choix. • Pouvoir répondre à des diètes particulières. • Repas équilibrés. • Fixer des prix raisonnables et le maintenir. • Travailler en partenariat avec les autres popotes roulantes dans la région.
Centre d'action bénévole de Gatineau	80 - 100 repas / 5 jours 35 femmes et 10 hommes	Gatineau	24 bénévoles (10 femmes - Âge moyen 60 ans.) (14 hommes Âge moyen 70 ans)	<ul style="list-style-type: none"> • Moins de possibilité pour les diètes particulières (les repas diététiques, les repas spéciaux). • Possibilité de pouvoir servir des repas le soir et la fin de semaine. 	<ul style="list-style-type: none"> • Possibilité d'offrir des repas le soir et la fin de semaine. • Peut-être possibilité d'offrir la nourriture sous vide pour combler les périodes (soir et fin de semaine)
La popote roulante d'Aylmer	58 personnes de 55 ans et plus desservis	Aylmer			
La Maison de la famille l'Étincelle	232 repas / mois 52 personnes de 55 ans et plus 36 femmes et 16 hommes.	La Pêche	4 Bénévoles (3 femmes et 1 homme) Âge moyen 67 ans	<ul style="list-style-type: none"> • Recrutement des bénévoles qui aident à la cuisine. • Recherche de subventions. • Recruter des personnes âgées intéressées à participer aux cuisines collectives. 	<ul style="list-style-type: none"> • Agir auprès des familles des aînés. • Sensibiliser la population aux problématiques vécues par les aînés. • Rétablir les liens intergénérationnels. • Travailler en partenariat avec d'autres organismes et associations.

L'incertitude, quant à l'obtention d'une aide financière pour poursuivre leur mission sur le terrain, met la plupart des organismes communautaires sous pression. Mme Sylvestre, directrice générale de Trait-d'Union Outaouais et membre de la TROCAO disait, dans le journal *Le Droit* du 4 juillet (p.4) : « Je suis tellement préoccupée à trouver du financement ailleurs que je me sens plus comme la directrice d'une fondation que d'un organisme communautaire ». Cette réalité décrit bien celle du milieu communautaire. Plusieurs organismes vivent sous la crainte de ne pas pouvoir obtenir de financement. D'autres réduisent leurs personnels ou leurs activités. Étant donné les besoins futurs des aînés, il est important d'agir pour permettre aux organismes communautaires, non seulement de renforcer les services qu'ils offrent déjà, mais aussi d'en améliorer la qualité.

La directrice d'un organisme nous confiait lors de l'entrevue : « Je ne suis pas certaine de maintenir les services l'année prochaine... Nous sommes tellement débordés et il nous faut encore aller chercher du financement si je veux conserver *ma job* ». S'inquiétant de l'âge assez avancé d'un responsable de service de soutien, la directrice d'un autre organisme nous disait aussi : « Je ne peux prendre la relève à n'importe quel prix ».

En conclusion, il semble exister, pour les organismes communautaires, une inadéquation entre les besoins de plus en plus grandissants des personnes âgées et la réduction des ressources humaines et financières observée sur le terrain.

9. SYNTHÈSE ET RECOMMANDATIONS

Cette étude de la population âgée de 60 ans et plus, nous permet de constater que, dans l'Outaouais, 3,6% des aînés vivent dans un état d'insécurité alimentaire modéré ou sévère. Les femmes sont deux fois plus nombreuses que les hommes à souffrir d'un tel état d'insécurité. Elles représentent 2,5% de cette population alors que les hommes n'en constituent que 1,1%. Plus de la moitié de ces personnes (54%) fait aussi, parfois ou souvent, l'expérience de limitations pour accomplir des activités physiques.

En examinant le pourcentage des aînés qui vivent dans un état d'insécurité alimentaire dans chacun des territoires relevant des huit CLSC de la région, les résultats vont relativement dans le même sens sur les territoires du CLSC de Hull, du CLSC d'Aylmer, du CLSC de Gatineau, du CLSC du Pontiac, du CLSC des Collines de l'Outaouais, du CLSC de la Vallée de la Gatineau, du CLSC de la Vallée de la Lièvre et du CLSC de la Petite-Nation.

D'ici 2031, la population âgée de 65 ans et plus continuera d'augmenter dans tous ces secteurs d'habitation. Aussi, sa proportion sera un peu plus grande en milieu rural. Sur tous les territoires, les femmes seront plus nombreuses, sauf pour les territoires du CLSC du Pontiac et pour celui de la Petite-Nation où il y aura plus d'hommes que de femmes.

L'état de santé est un autre facteur déterminant de la sécurité alimentaire. Parmi les répondants, 53 % estiment être en bonne santé et 38 % qualifient leur état de santé comme étant moyen (tableau 7 et figure 7). Il ressort des entrevues que plusieurs aînés (8.3 %) souffrent de maladies qui réduisent ou limitent leur mobilité. Environ 47 % des personnes interrogées ont des problèmes de santé modérés ou faibles. Ces personnes sont plus vulnérables, donc à risque de souffrir d'insécurité alimentaire.

Les aînés interrogés ont dit souhaiter avoir accès, principalement, à trois services de soutien alimentaire :

- les popotes roulantes (39 %). C'est d'ailleurs le service de soutien alimentaire le mieux connu.
- les cuisines collectives (18,5 %). On a noté un intérêt peu marqué chez les hommes. Les cuisines sont en grande majorité animées par des femmes et ce ne semble convenir qu'aux femmes.
- le service d'accompagnement à l'épicerie (17 %).

Dans notre échantillon, seulement 5 % des répondants ont reçu un des services de soutien alimentaire. Cependant, environ 31 % d'entre eux croient qu'ils auront besoin de certains services dans le futur. De ce nombre, 74 % sont des femmes et 26 % des hommes. Dans leurs propos, les femmes sont plus nuancées par rapport aux services de soutien alimentaire envisagés dans le futur.

9.1 Différences selon le sexe

9.1.1 Les femmes :

- 31 % des femmes interrogées ne sont pas satisfaites de leur alimentation.
- La principale raison qui pousse les femmes âgées à modifier leurs habitudes alimentaires est l'adoption de saines habitudes alimentaires.
- Les femmes ont une meilleure connaissance que les hommes de ce que signifie : « Avoir de saines habitudes alimentaires ».
- Parmi les critères qui influencent le choix alimentaire des femmes, on retrouve en ordre décroissant :
 - La valeur nutritive,
 - le goût de l'aliment,
 - le coût de l'aliment et
 - la facilité à cuisiner.

- Les femmes âgées préparent leurs repas plus souvent que les hommes.
- les femmes utilisent davantage les services de la popote roulante que les hommes.

9.1.2 Les hommes :

- Les hommes âgés éprouvent une plus grande vulnérabilité sur le plan alimentaire ; ils n'ont pas d'expérience en cuisine. Ceux qui en ont un peu se contentent d'une diète moins saine, ce qui explique qu'ils consomment davantage des repas cuisinés et de la nourriture en conserve.
- 40 % des hommes interrogés ne sont pas satisfaits de leur alimentation; le manque d'expérience en cuisine en est la principale raison.
- À la question qui était de savoir s'ils avaient modifié leur alimentation au cours des dix dernières années, certains aînés ont répondu par l'affirmative en invoquant le décès de leur conjointe comme raison de ce changement.
- Ce sont principalement des problèmes de santé qui amènent les hommes à changer leurs habitudes alimentaires.
- Parmi les critères qui influencent le choix alimentaire des hommes interrogés, on retrouve, en ordre décroissant :
 - le goût de l'aliment,
 - la facilité à préparer leurs repas,
 - la valeur nutritive de l'aliment
 - le coût de l'aliment.
- Les hommes participent moins aux activités des organismes et utilisent peu les services de soutien alimentaire, notamment ceux des cuisines collectives.
- Une des difficultés des intervenants demeure celle de rejoindre le plus grand nombre d'aînés dans le besoin, surtout les hommes.

Le portrait des services de soutien alimentaire aux personnes âgées de la région de l'Outaouais, nous révèle donc leur importance et l'urgence d'agir en fonction des besoins respectifs des hommes et des femmes.

De ce qui précède, nous pouvons dégager des recommandations à partir desquelles les organismes gouvernementaux, les municipalités ainsi que les organismes communautaires pourront développer un plan d'action dont l'objectif sera d'apporter des réponses adéquates aux besoins des aînés de l'Outaouais.

9.2 Recommandations générales

Recommandation 1 : Élaborer des politiques spécifiques aux aînés afin de pouvoir faire face, dans les vingt prochaines années, aux nombreux défis causés par le vieillissement de la population de l'Outaouais.

Recommandation 2 : Renforcer le cadre de concertation entre les acteurs qui s'impliquent dans la lutte contre l'insécurité alimentaire dans l'Outaouais.

Recommandation 3 : Inciter fortement la Commission des aînés à se donner un volet « alimentation des aînés ». Dans une perspective de lutte contre l'insécurité alimentaire, des projets pourront alors être développés en partenariat avec les acteurs du milieu communautaire.

Recommandation 4 : Promouvoir, chez les organismes, la concertation et le partage de leur expérience et de leur savoir-faire et les encourager à développer des programmes spécifiques aux aînés.

Recommandation 5 : Mettre des outils de collecte de données qui intègrent les variables «âge» et «sexe» à la disposition des organismes communautaires membres. Inciter ceux qui offrent des services aux aînés à produire des statistiques qui tiennent compte du sexe des bénéficiaires.

Recommandation 6 : Diversifier, pour les organismes communautaires, les sources de financement en adéquation avec les besoins qu'ils rencontreront au cours des vingt prochaines années sur tout le territoire de l'Outaouais. Mieux financés, ces organismes pourront ainsi consacrer plus de temps à offrir de meilleurs services à leur clientèle âgée au lieu de s'adonner à la recherche de fonds pour assurer leur survie.

Recommandation 7 : Développer ou renforcer des systèmes de transport qui faciliteront le déplacement des personnes âgées vers les centres

alimentaires, non seulement en milieu urbain mais surtout en milieu rural.

Recommandation 8 : Instaurer, sur chacun des territoires, un service d'accompagnement pour les aînés qui souhaitent faire leur épicerie.

Recommandation 9 : Concevoir des services de soutien alimentaire spécifiques aux femmes et aux hommes.

Recommandation 10 : S'assurer que chacun des territoires desservis par un CLSC offre, au minimum, les trois services de soutien alimentaire souhaités: le service de popotes roulantes, le service de cuisines collectives et celui d'accompagnement à l'épicerie.

Recommandation 11 : Soutenir le service de popotes roulantes pour leur permettre d'offrir, non seulement des menus variés, mais aussi des repas sains et faciles à cuisiner et ce, sept jours par semaine.

Recommandation 12 : Conscientiser les aînés à adopter de saines habitudes alimentaires au moyen de campagnes de promotion qui tiennent compte, dans un premier temps, des besoins spécifiques des femmes et des hommes et, dans un deuxième temps, des raisons différentes qui les amènent à modifier leurs habitudes.

Recommandation 13 : Spécialiser les cuisines collectives en fonction des besoins respectifs aux hommes et aux femmes.

Recommandation 14 : Développer des services de cuisine collective sous forme de coopératives dont les aînés seraient membres et propriétaires. Ces coopératives pourraient offrir du soutien alimentaire sous diverses formes : service de traiteur, vente de repas à cuisiner, vente de repas préparés, etc.

Recommandations 15 : Adopter des stratégies qui permettront d'attirer davantage des bénévoles plus jeunes qui pourraient assurer la relève dans les services de soutien alimentaire offerts aux aînés.

9.3 Recommandations selon le sexe

9.3.1 Recommandations spécifiques aux femmes :

Recommandation 16 : Concevoir des services de soutien alimentaire en tenant compte des critères qui influencent davantage le choix des femmes. On retrouve, en ordre décroissant: 1) la valeur nutritive, 2) le goût de l'aliment, 3) le coût de l'aliment et 4) la facilité à cuisiner.

9.3.2 Recommandations spécifiques aux hommes :

Recommandation 17 : Concevoir des services de soutien alimentaire en tenant compte des critères qui influencent davantage le choix des hommes. On retrouve, en ordre décroissant: 1) le goût de l'aliment, 2) la facilité à préparer leurs repas, 3) la valeur nutritive de l'aliment et 4) le coût de l'aliment.

Recommandation 18 : Mettre sur pied des ateliers d'initiation à la cuisine, spécifiquement pour les hommes qui vivent seuls et ceux qui doivent modifier leur alimentation à la suite de problèmes de santé.

Recommandation 19 : Encourager des études plus approfondies portant sur les causes de la sous-utilisation, par les hommes âgés, des services de soutien alimentaire.

CONCLUSION

Les projections du vieillissement de la population démontrent que, dans les années à venir, la proportion des aînés deviendra de plus en plus importante dans la région de l'Outaouais. Leurs besoins en matière de sécurité alimentaire vont ainsi s'accroître. Étant donné les effets du vieillissement, les personnes âgées de 65 ans et plus demeurant à domicile sont plus vulnérables. Bien que de nombreuses interventions se fassent sur le terrain pour lutter contre l'insécurité alimentaire, une des préoccupations est, évidemment, la prévalence de la faim et de la malnutrition qui ira en augmentant au cours des vingt prochaines années.

Les organismes communautaires sont des acteurs essentiels dans la lutte contre l'insécurité alimentaire. Ils interviennent sur un large spectre, ce qui leur donne la possibilité d'agir sur différents déterminants de la santé. La diversité des services offerts et des activités proposées permettent de briser l'isolement et la solitude chez les personnes âgées et contribuent ainsi au maintien des aînés à domicile. Il importe de souligner que le soutien des proches a un impact majeur sur la vie ainsi que sur la santé physique et psychologique des aînés.

Les résultats de cette étude démontrent que les besoins de soutien alimentaire dans la région de l'Outaouais sont grands. Les femmes sont plus disposées à utiliser les services disponibles et à participer aux activités proposées par les organismes communautaires comparativement aux hommes des mêmes groupes d'âge. Non seulement, les hommes âgés utilisent moins les services qui sont offerts, mais ils sont aussi les moins informés sur les saines habitudes alimentaires. Bien que plusieurs recherches indiquent que les femmes âgées sont plus nombreuses que les hommes, en proportion, à souffrir de l'insécurité alimentaire, il n'en demeure pas moins que les hommes des mêmes groupes d'âge sont de plus en plus vulnérables. En effet, ces derniers sous-utilisent les ressources de soutien alimentaire mises à leur disposition, manquent d'information sur l'alimentation saine et ont peu d'expérience pour cuisiner leurs repas.

Les organismes communautaires font du bon travail sur le terrain, mais ils seront vite débordés (s'ils ne le sont pas déjà) compte tenu de l'importance des besoins actuels et futurs des aînés. Ce n'est qu'en ayant davantage recours à la concertation que les organismes communautaires pourront mieux répondre aux besoins actuels et futurs des personnes âgées.

BIBLIOGRAPHIE

- Agence de la santé et des services sociaux de l'Outaouais. (2010), *Planification stratégique pluriannuelle 2010-2013. Une approche unique pour l'Outaouais* (Agence de la santé et des services sociaux de l'Outaouais) 48 p.
- Agence de la santé et des services sociaux de Montréal. Secteur de la gestion de l'information de la planification du développement stratégique et de l'évaluation 'Perte d'autonomie liée au vieillissement (PALV) portrait des indicateurs du tableau de bord stratégique : faits saillants de la mise à jour des indicateurs PALV depuis 2005-2006', [Disponible en format PDF (13,59 Mo ; 16 p) Accès au document via la BAnQ], <<http://collections.banq.qc.ca/ark:/52327/1995695>>.
- Agence de la santé et des services sociaux de Montréal. Secteur de la gestion de l'information de la planification du développement stratégique et de l'évaluation. 'Perte d'autonomie liée au vieillissement (PALV) portrait des indicateurs du tableau de bord stratégique : faits saillants de la mise à jour des indicateurs PALV depuis 2005-2006', [Disponible en format PDF (13,59 Mo ; 16 p) Accès au document via la BAnQ], <<http://collections.banq.qc.ca/ark:/52327/1995695>>.
- Alaimo, K., C. M. Olson, et al. (2001). "Food insufficiency, family income, and health in US preschool and school-aged children." *Am J Public Health* 91(5): 781-786.
- Bekele, Tesfaye, et al. (2003), 'Analysis of household food insecurity and potential opportunities for its alleviation : the case of Adama and Bosset districts, East Shoa Zone, Ethiopia', Thesis (M A) - Oxford Centre for Mission Studies and University of Leeds, 2003.
- Bhargava, A., Jolliffe, D., and Howard, L. L. (2008), 'Socio-economic, behavioural and environmental factors predicted body weights and household food insecurity scores in the Early Childhood Longitudinal Study-Kindergarten', *Br J Nutr*, 100 (2), 438-44.
- Carrefour montréalais d'information sociosanitaire and Agence de la santé et des services sociaux de Montréal (2008), 'Perte d'autonomie liée au vieillissement (PALV) : portrait des indicateurs du tableau de bord stratégique', ([Montréal: Agence de la santé et des services sociaux de Montréal]).
- Che, Janet and Chen, Jiajian (2001), 'L'insécurité alimentaire dans les ménages canadiens: Rapport de santé', *Statistique Canada*, vol. 12 no 4.
- Christiaensen, Luc J., et al. (2000), *Validating operational food insecurity indicators against a dynamic benchmark : evidence from Mali* (Policy research working paper; Washington, DC: World Bank, Africa Region, Poverty Reduction and Social Development Unit) 30 p.

- Côté, Jocelyne and Agence de la santé et des services sociaux de la Gaspésie - Îles-de-la-Madeleine 'Poverty and food insecurity on the Gaspé Peninsula and Magdalen Islands an analysis of life stories : research findings', [Disponible en format PDF (2,16 Mo ; 19 p). Accès au document via BAnQ], <<http://collections.banq.qc.ca/ark:/52327/1561132>>.
- Dave, J. M., et al. (2009), 'Associations among food insecurity, acculturation, demographic factors, and fruit and vegetable intake at home in Hispanic children', *J Am Diet Assoc*, 109 (4), 697-701.
- Delisle, Marc-André, Lefebvre, Suzanne, and Centre de recherche sur les services communautaires (1991), *Portrait type de trois initiatives concernant les travailleurs âgés* (Sainte-Foy: Université Laval, Centre de recherche sur les services communautaires) iii, 69 feuillets.
- Deschamps, Carole (2001), 'Les organismes communautaires et bénévoles: des acteurs essentiels pour la sécurité alimentaire des aînés', *Gérontophile*, 23, 5.
- Dubois L., and al (1999), 'Determinants des difficultés reliées à l'alimentation dans un groupe de personnes âgées non institutionnalisées du Québec. Nutrition et vieillissement: Collections L'année Gérontologique', *Gérontologie* 21-52 p.
- Durazo, E. M., et al. (2011), 'The health status and unique health challenges of rural older adults in California', *Policy Brief UCLA Cent Health Policy Res*, (PB2011-7), 1-8.
- Emmons, L. (1987), 'Relationship of participation in food assistance programs to the nutritional quality of diets', *Am J Public Health*, 77 (7), 856-8.
- Foley, W., et al. (2010), 'An ecological analysis of factors associated with food insecurity in South Australia, 2002-7', *Public Health Nutr*, 13 (2), 215-21.
- Food and Agriculture Organization of the United Nations. 'The state of food insecurity in the world', (Rome: Food and Agriculture Organization of the United Nations), v.
- Ford, A. B., et al. (2000), 'Sustained personal autonomy: a measure of successful aging', *J Aging Health*, 12 (4), 470-89.
- Guha-Khasnobis, Basudeb, et al. (2007a), *Food security indicators, measurement, and the impact of trade openness* (UNU-WIDER studies in development economics; Oxford: Oxford University Press) xxiv, 371 p.
- Guha-Khasnobis, Basudeb, et al. (2007b), *Food insecurity, vulnerability and human rights failure* (Studies in development economics and policy; Basingstoke: Palgrave Macmillan) xxv, 368 p.
- Hébert, Réjean (2003), 'Défis du Vieillissement au Canada', *Gérontologie et Société*, 107, 79-86.
- Kim, K. and Frongillo, E. A. (2007), 'Participation in food assistance programs modifies the relation of food insecurity with weight and depression in elders', *J Nutr*, 137 (4), 1005-10.
- Kirkpatrick, C. H. and Development Studies Association. Annual conference (1981), *Food insecurity in developing countries and the role of the IMF's food financing facility* ([Manchester?]: [the Author]) 15 leaves.

- Laraia, B. A., et al. (2006), 'Psychosocial factors and socioeconomic indicators are associated with household food insecurity among pregnant women', *J Nutr*, 136 (1), 177-82.
- Lee, J. S. and Frongillo, E. A., Jr. (2001), 'Factors associated with food insecurity among U.S. elderly persons: importance of functional impairments', *J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci*, 56 (2), S94-9.
- Lee, J. S., Frongillo, E. A., Jr., and Olson, C. M. (2005), 'Conceptualizing and assessing nutrition needs: perspectives of local program providers', *J Nutr Elder*, 25 (1), 61-82.
- Liwenga, Emma T. (2003), 'Food insecurity and coping strategies in semiarid areas : the case of Mvumi in Central Tanzania', Thesis (doctoral) (Dept. of Human Geography, Stockholm University, Stockholm University, 2003.).
- Maniere-Haesebaert, J., et al. (2008), '[Characteristics of alcohol-dependent male inmates]', *Rev Epidemiol Sante Publique*, 56 (3), 189-95.
- Mann, Jim and Truswell, A. Stewart (2007), *Essentials of human nutrition* (3rd edn.; Oxford ; New York: Oxford University Press) xxii, 599 p.
- Martin, K. S. and Ferris, A. M. (2007), 'Food insecurity and gender are risk factors for obesity', *J Nutr Educ Behav*, 39 (1), 31-6.
- Maxwell, Daniel G. Measuring food insecurity : the frequency and severity of "coping strategies" (Food policy. [Offprint]) pp.291-303.
- Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture (1999a), *L'état de l'insécurité alimentaire dans le monde* (Rome, Italie: Organisation des Nations Unies pour l'Alimentation et l'Agriculture) v.--- (1999b), *The State of food insecurity in the world* (Rome, It: Organisation des Nations Unies pour l'Alimentation et l'Agriculture) v.
- Ouellette, S. (1999), *La problématique de malnutrition chez les personnes âgées*. Montréal: Ordre professionnel des diététistes du Québec.
- Raphael, Dennis (2004), *Social determinants of health : Canadian perspectives* (Toronto, ON: Canadian Scholars' Press) xi, 435 p.
- Sharkey, J. R. (2004), 'Nutrition risk screening: the interrelationship of food insecurity, food intake, and unintentional weight change among homebound elders', *J Nutr Elder*, 24 (1), 19-34.
- Simard, Majella, et al. (2006a), *Le vieillissement de la population en milieu rural québécois : portrait actuel et tendances novatrices : rapport no 5* ([Rimouski, Québec]: Université du Québec à Rimouski, Chaire de recherche du Canada en développement rural) vi, 123 f.
- Simard, Majella, et al. 'Le vieillissement de la population en milieu rural québécois portrait actuel et tendances évolutives : rapport no 5', [Disponible en format PDF
- Accès au document]
http://web2.uqat.ca/chairedesjardins/documents/Jean_Vieillissement_5_2006R_000.pdf>.

- Smith, J., Easton, P. S., and Saylor, B. L. (2009), 'Inupiaq Elders study: aspects of aging among male and female elders', *Int J Circumpolar Health*, 68 (2), 182-96.
- Statistique Canada. Division des statistiques sociales du logement et des familles (1990), *Un portrait des aînés au Canada : projet des groupes cibles* (Ottawa: Statistique Canada) 57, 55 p.
- (1997), *Un portrait des aînés au Canada : projet des groupes cibles* (2e éd. edn.; Ottawa: Statistique Canada) 145 p.
- (1999), *Un portrait des aînés au Canada* (3e éd. edn.; Ottawa: La Division.) 127 p.
- Statistique Canada. Division des statistiques sociales du logement et des familles, Colin, Lindsay, and Almey, Marcia (1999), *Un portrait des aînés au Canada / préparé par Colin Lindsay et Marcia Almey, du Projet des groupes cibles de Statistique Canada* (3e éd. edn.; Ottawa: Statistique Canada) 127p.
- Statistiques Canada. (2007), *Un portrait des aînés au Canada* (No 89-519-XIF au catalogue; Ottawa: Statistiques Canada) v.321.
- Table de concertation sur la faim et le développement social de l'Outaouais. (2010), *La sécurité alimentaire. De nouvelles approches pour faire face à une nouvelle réalité.*
- Wellman, N. S., et al. (1997), 'Elder insecurities: poverty, hunger, and malnutrition', *J Am Diet Assoc*, 97 (10 Suppl 2), S120-2.
- Wolfe, W. S., Frongillo, E. A., and Valois, P. (2003), 'Understanding the experience of food insecurity by elders suggests ways to improve its measurement', *J Nutr*, 133 (9), 2762-9.
- Yekinni, O. T. (2010), 'Women's Participation in Development Programs and Food Security Status', *Journal of Agricultural & Food Information*, 11 (1), 28-35.

ANNEXES

Annexe 1. Questionnaire sur la sécurité alimentaire des aînés - fiche individuelle

No	Question	CSSS Lieu de résidence	Commentaires
1	Sexe	<input type="checkbox"/> F <input type="checkbox"/> M	
2	Dans quel groupe d'âge vous situez-vous?	<input type="checkbox"/> 55-64 <input type="checkbox"/> 75-84 <input type="checkbox"/> 65-74 <input type="checkbox"/> 85 et plus	
3	Comment qualifierez-vous votre état de santé?	<input type="checkbox"/> Bon <input type="checkbox"/> Faible <input type="checkbox"/> Moyen	
4	Êtes-vous satisfait (e) de votre alimentation?	<input type="checkbox"/> Tout à fait satisfaisant(e) <input type="checkbox"/> Moyennement satisfaisant (e) <input type="checkbox"/> Pas du tout satisfaisant(e)	
5a	Prenez-vous régulièrement vos 3 repas par jour petit-déjeuner, dîner, souper?	<input type="checkbox"/> Toujours <input type="checkbox"/> Souvent	
5b	Vous arrive t-il souvent de ne pas prendre un des 3 repas? Lesquels?	<input type="checkbox"/> Petit-déjeuner <input type="checkbox"/> Dîner <input type="checkbox"/> Souper	
6	Votre alimentation a-t-elle changé depuis 10 ans? Et pourquoi?	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	
7	Quelles en sont les raisons?	<input type="checkbox"/> Santé <input type="checkbox"/> Saines habitudes alimentaires	
8	Faites-vous votre épicerie?	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	
9	Quels sont les repas que vous préparez souvent?	<input type="checkbox"/> Petit déjeuner <input type="checkbox"/> Dîner <input type="checkbox"/> Souper <input type="checkbox"/> Petit déjeuner et dîner <input type="checkbox"/> Petit déjeuner et souper <input type="checkbox"/> Dîner et souper <input type="checkbox"/> Les trois	
10	Vous procurez-vous des repas déjà cuisinés?	<input type="checkbox"/> Toujours <input type="checkbox"/> A l'occasion <input type="checkbox"/> Souvent <input type="checkbox"/> Jamais	

No	Question	CSSS Lieu de résidence	Commentaires
11	Recevez-vous de l'aide pour vous nourrir? Si oui (12)	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	
12	De qui recevez-vous l'aide pour vous nourrir?	<input type="checkbox"/> Famille <input type="checkbox"/> Amis <input type="checkbox"/> Organismes communautaires <input type="checkbox"/> Autres (précisez)	
13	Si non, voyez-vous un besoin dans les années à venir?	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	
14	Avez-vous des personnes dans votre entourage sur lesquelles vous pouvez compter, en cas de besoin? (familles ou amis)	<input type="checkbox"/> Famille <input type="checkbox"/> Amis <input type="checkbox"/> Les deux	
15	Faites-vous des activités sociales? Lesquelles?		
16	Y a-t-il eu des journées au cours du dernier mois où vous n'avez pas mangé à votre faim? ou que vous avez dû faire des choix moins acceptables, faute de budget?	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	
17	Déterminez par ordre d'importance les critères qui influencent vos choix alimentaires. 1 étant le plus important et 4 le moins important	<input type="checkbox"/> Facilité de préparer <input type="checkbox"/> Goût <input type="checkbox"/> Coût <input type="checkbox"/> Valeurs nutritives	
18	Avez des difficultés pour vous déplacer?	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	
19	Quels moyens de transport utilisez-vous pour vous déplacer?	<input type="checkbox"/> Transport en commun <input type="checkbox"/> Votre auto <input type="checkbox"/> En auto avec famille ou ami <input type="checkbox"/> À l'aide d'un organisme	
20	Que signifie pour vous une saine alimentation?		
21	Si vous ne mangez pas 3 repas par jour quelles en seraient les principales raisons par ordre d'importance? 1 étant le plus important et 5 le moins important.	<input type="checkbox"/> Accessibilité <input type="checkbox"/> Disponibilité <input type="checkbox"/> Prix élevé des aliments <input type="checkbox"/> Manque d'appétit <input type="checkbox"/> Pas le goût de manger seul	
22	Recevez-vous des services alimentaires? (Si oui aller à 24)	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	
23	Si non, croyez-vous avoir besoin de certains services? (si oui, aller à 24)	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	

No	Question	CSSS Lieu de résidence	Commentaires
24	Quels sont les services alimentaires vous recevez ou ceux dont vous croyez avoir besoin ?	<input type="checkbox"/> Popote roulante <input type="checkbox"/> Soupes populaires <input type="checkbox"/> Banque alimentaire <input type="checkbox"/> Groupe d'achats alimentaires <input type="checkbox"/> Cuisine collective <input type="checkbox"/> Jardins collectifs <input type="checkbox"/> Service d'accompagnement d'épicerie <input type="checkbox"/> Chèque emploi service <input type="checkbox"/> Services auxiliaires	
25a	Si vous bénéficiez de la popote roulante, quel est le nombre de repas que vous recevez?	<input type="checkbox"/> Par jour <input type="checkbox"/> Par mois <input type="checkbox"/> Par semaine <input type="checkbox"/> A l'occasion	
25b	Quels sont les repas que comportent ces plats?	<input type="checkbox"/> Dîner <input type="checkbox"/> Souper <input type="checkbox"/> Dîner-Souper	
26	Répondent-ils à vos besoins alimentaires? Pourquoi?	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	
27	Quel est votre niveau de satisfaction?	<input type="checkbox"/> Faible <input type="checkbox"/> Moyen <input type="checkbox"/> Élevé	
28	Quelles sont vos suggestions pour améliorer le service de soutien alimentaire aux aînés?		
29	Quel est votre niveau de scolarité?	<input type="checkbox"/> Primaire <input type="checkbox"/> Collégiale <input type="checkbox"/> Secondaire <input type="checkbox"/> Universitaire	
30	Quel est votre revenu familial?	<input type="checkbox"/> 10,000- 14,999 <input type="checkbox"/> 15,000- 19,999 <input type="checkbox"/> 20,000- 29,999 <input type="checkbox"/> 30,000- 39,999 <input type="checkbox"/> 40,000- 49,999 <input type="checkbox"/> 50,000 et plus	

Annexe 2. Questionnaire sur la sécurité alimentaire des aînés - fiche pour les organismes

La définition de la sécurité alimentaire faite par la TCFDSO a été retenue dans le cadre de cette étude. Selon la TCFDSO « Il y a sécurité alimentaire lorsque toute personne d'une population a accès en tout temps et en toute dignité à un approvisionnement alimentaire de quantité suffisante et de qualité à un approvisionnement alimentaire de quantité suffisante et de qualité adéquate, à coût raisonnable et respectant ses valeurs culturelles.

La sécurité alimentaire suppose un pouvoir d'achat approprié et l'accès à une information simple et fiable permettant de faire des choix éclairés, assurant à la personne le maintien et l'amélioration de sa santé, de son bien-être physique, mental et social tout en favorisant l'exercice de tous ses droits fondamentaux.

L'avancement de la sécurité alimentaire repose sur des valeurs de justice sociale, de solidarité, de développement durable, d'implication citoyenne et de responsabilité collective »

No	Questions	Réponses	Commentaires		
1	Nom de l'organisme Adresses				
2	Dans quel groupe d'âge se situe majoritairement votre clientèle?	55-65 65-75 75-85 85 et plus			
3	Quels types de services offrez-vous aux aînés?				
4	Selon vous quels sont les principaux besoins qui ont un impact sur l'alimentation des aînés que vous desservez?				
5	Combien de personnes desservez-vous selon le groupe d'âge et le sexe par mois ou par année?		F	H	
		55-65 65-75 75-85 85 et plus			
Service de soutien alimentaire					
6	Quels types de services alimentaires offrez-vous	Popote roulante Cuisine collective Soupe populaire banque alimentaire groupe d'achats alimentaires Magasin partage alimentaire Jardin collectif Bouffe santé Service d'accompagnement d'épicerie Cheque emploi service Services auxiliaires	F	H	

7	Quel est en moyenne le nombre de repas offerts par personne et par mois?				
8	Quels sont les services les plus utilisés par les femmes âgées?				
9	Quels sont les services les plus utilisés par les hommes âgés?				
Service de livraison alimentaire aux aînés					
10	Qui assure le service de livraison alimentaire aux aînés?		F	H	
		Bénévole Salarié			
11	Dans quel groupe d'âge se situent-ils?		F	H	
		55-65			
		65-75			
		75-85 85 et plus			
12	Quelles sont les principales difficultés que vous rencontrez dans le service de soutien alimentaire aux aînés?				
13	Quelles propositions pourriez-vous faire pour améliorer les services offerts?				
Évaluation de la satisfaction de la clientèle visée en matière de sécurité alimentaire					
14	Quelle évaluation faites-vous du niveau de satisfaction des aînés des services qu'ils reçoivent de votre organisme?				
15	Avez-vous des outils de suivi et d'évaluation pour les services offerts et quels sont-ils?				
16	Avez-vous des ententes avec d'autres organismes ouvrant dans le domaine de la sécurité alimentaire? Lesquels				

Annexe 3. Liste des organismes communautaires sélectionnés pour les fins de la recherche

Nom de l'organisme	Contact	CSSS	• Clientèle visée	• Activités ou objectifs
Académie des retraités de l'Outaouais 331, boulevard de la Cité-des-Jeunes Gatineau (Québec) J8Y6T3 819.776.5052	France Caouette, Directrice aro2@videotron.ca www.academiedesretraites.	Gatineau	• Personnes de 50 ans et plus	• Activités éducatives et de formation. • Activités éducatives d'information. • Conférences.
Association des bénévoles de la Vallée de-la-Lièvre 390, Avenue de Buckingham - 1er étage Gatineau (Québec) J8L2G7 819.281.4343	Michelle Désormaux, Directrice générale associationdesbenevoles@videotron.ca	Papineau	• Personnes âgées	• Maintien à domicile. • Visites d'amitié.
Centre d'action bénévole d'Aylmer, ACCES 67, rue Principale Gatineau (Québec) J9H 3L4 819.684.2242	Marie-Josée Gendron, Directeur général c.a.b.acces@bellnet.ca	Gatineau	• Personnes âgées	• Transport/accompagnement. • Visites. • Activités de jour. • Maintien à domicile.
Centre d'action bénévole de Hull 4, rue Taschereau bureau 550 Gatineau (Québec) J8Y 2V5 819.778.2900 # 21 Télécopieur : 819.778.6133	Fabienne Lachapelle, Directrice direction@benevoles-outaouais.org www.benevdes-outaouais.org	Gatineau	• Personnes âgées	• Popote roulante
Centre d'action bénévole de Gatineau 42, avenue Gatineau Gatineau (Québec) J8T4J3 819.568.0747	Nancy Mailloux, Directrice générale benevole@ncf.ca	Gatineau	• Personnes âgées, • personnes en perte d'autonomie, • personnes handicapées • Personnes âgées en maintien à domicile	• Livraison de la popote roulante. • Accompagnement. • Transport médicaux. • Visite d'amitié. • Télé-bonjour. • Répit accompagnement. • Aide à remplir les formulaires. • Clinique bénévoles.

Nom de l'organisme	Contact	CSSS	• Clientèle visée	• Activités ou objectifs
Centre de rencontre Arc-en-Ciel ltée 448, rue de Pointe-Gatineau Gatineau (Québec) J8T2B7 819.243.2536	Marguerite Brunet, Responsable	Gatineau	• Personnes âgées en maintien à domicile	• Activités et loisirs pour briser l'isolement des personnes âgées.
Centre d'entraide aux aînés 331, boulevard de la Cité-des-Jeunes, bureau 101 Gatineau (Québec) J8Y6T3 819.771.6609	Christiane Charron, Directrice générale centredentraideauxaines@videotron.ca www.infonet.ca/entraideauxaines	Gatineau	• Personnes âgées	• Maintien à domicile. • Accompagnement et transport. • Visites d'amitié. • Journées communautaires. • Support aux aidants naturels.
Centre d'entraide des aînés de Buckingham (Le) Case postale 2706 Gatineau (Québec) 819.281.2349	Gilles Lacelle, Responsable	CSSS de Papineau	• Personnes âgées et démunies	• Venir en aide aux personnes seules dans le besoin et aux familles démunies
Centre des aînés de Gatineau 89, rue Jean-René-Monette Gatineau (Québec) J8P5B8 819.663.3305 intégration sociale. www.centredesainesdegatineau.qc.ca	Sylvain Germain, Directeur général germains@vl.videotron.ca	Gatineau	• Personnes âgées. • Personnes avec problèmes de santé mentale.	• Activités de jour pour personnes avec des problèmes de santé mentale. • Programme de jour pour les aînés atteints d'Alzheimer. • Transport / accompagnement,
Centraide Outaouais 74 Montclair Boulevard Gatineau, Québec Canada J8L 2E7 819.771.7751			•	•
Club d'âge d'or Mgr Martel de l'Ile-du-Grand-Calumet 2, rue Brizard Ile-du-Grand-Calumet (Québec) J0X1J0 819.648.5966	Gisèle Benoît, Responsable colettepigeon@personainternet.com	CSSS du Pontiac	• Personnes âgées en maintien à domicile	• Transport / accompagnement, • Visites aux malades. • Loisirs.

Nom de l'organisme	Contact	CSSS	• Clientèle visée	• Activités ou objectifs
Club de l'âge d'or de Fort-Coulonge 566, rue Baume, case postale 616 Fort-Coulonge (Québec) J0X1V0 819.683.2854	Lyda Lapratte, Directrice elaine.denault@sympatico.ca	Pontiac	• Personnes âgées en maintien à domicile.	• Activités de loisirs. • Transport. • Accompagnement.
Comité bénévole de transport de Rapides-des-Joachims 48A, rue L'Église Rapides-des-Joachims (Québec) J0X3M0 613.586.2357	Diane Mainville, Responsable	CSSS du Pontiac	• Personnes âgées en maintien à domicile.	• Transport. • Accompagnement. • Travaux : déblaiement de la neige.
Comité de bénévolat pour la région du Pontiac Ouest inc. 44, rue Principale, C.P. 179 Waltham-et-Bryson (Québec) J0X3H0 819.689.2590	Gayle Lindsay, Responsable	CSSS du Pontiac	• Personnes âgées en maintien à domicile.	• Transport. • Accompagnement.
Comité de Transport bénévole d'Otter Lake 305, rue Martineau, C.P. 282 Otter Lake (Québec) J0X2P0 819.453.7670	Maurice Lajoie, Responsable	CSSS du Pontiac	• Personnes âgées en maintien à domicile.	• Transport. • Accompagnement. • Visites. • Sorties.
Comité régional Troisième Âge Papineau 134, rue Principale Saint-André-Avellin (Québec) J0V1W0 819.983.1565	Lise M. Fortier, Directrice cr3a@tlb.sympatico.ca	CSSS de Papineau	• Personnes âgées en maintien à domicile.	• Maintien à domicile. • Visites. • Programme assistance repas. • Centre d'information et documentation. • Journée d'activités. • Société.
La cantine des aînés et aînées de Buckingham 627, rue Bélanger Gatineau (Québec) J8L2N4 819.986.5712	Annette Patry-Lescot, Responsable larsepauline@videotron.ca	CSSS de Papineau	• Personnes âgées en maintien à domicile.	• Centre de préparation et de distribution de nourriture. • Promotion et défense des intérêts des personnes âgées.

Nom de l'organisme	Contact	CSSS	• Clientèle visée	• Activités ou objectifs
Le Mont d'Or (Golden Peak) 533, rue Baume, CP. 69 Fort-Coulonge (Québec) J0X1V0 819.683.5552	Diane Lamoureux, Directrice générale diane_lucie@hotmail.com www.lemontdor.org	CSSS du Pontiac	• Personnes âgées en maintien à domicile.	• Maintien à domicile. • Visites. • Accompagnement et aide technique
L'Équipe des bénévoles de la Haute-Gatineau 198, rue Notre-Dame, bureau 218 Maniwaki (Québec) J9E 2J5 819.449.4003	Dorothée St-Marseille, Directrice equipebenevole.hg@bellnet.ca	CSSS de la Vallée de-la-Gatineau	• Personnes âgées en maintien à domicile.	• Transport et accompagnement pour les rendez-vous médicaux.
Les Amis et Amies de St-François-de-Sales inc. 70, rue Moreau Gatineau (Québec) J8T 3Y7 819.561.9461	Hélène Guitard, Responsable jpm27@videotron.ca	CSSS de Gatineau	• Personnes âgées • Personnes avec déficience physique • Maintien à domicile	• Activités de jour. • Dîner communautaire. • Transport et accompagnement pour personnes âgées et personnes avec déficience physique.
Les Habitations partagées del'Outaouais inc. 331, boulevard de la Cité-des-Jeunes, bureau 109 Gatineau Québec) J8Y6T3 819.771.6576	Josée Turcotte, Directrice hpou@ncs.ca CSSS de Gatineau http://habitationspartagees.ncf.ca		• Personnes âgées en maintien à domicile • Personnes démunies	• Activités de jumelage sous un même toit de 2 personnes dont une doit avoir plus de 50 ans.
Regroupement des clubs d'âge d'or de la Vallée-de-la-Gatineau et des Collines 17, rue Principale, Case postale 474 Gracefield (Québec) J0X1W0 819.463.3729	Danielle Filiatrault, Directrice agedorgatineau@hotmail.com	CSSS de la Vallée de-la-Gatineau	• Personnes âgées en maintien à domicile	• Transport et accompagnement. • Travaux communautaires. • Comptoir de vêtements. • Popote roulante. • Maintien à domicile.

Nom de l'organisme	Contact	CSSS	• Clientèle visée	• Activités ou objectifs
Services de Répit du Pontiac 24, rue Reid, Case postale 178 Campbell's Bay (Québec) J0X1K0 819.648.5905	Anna Bowen, Directrice générale respite@persona.ca	CSSS Pontiac	<ul style="list-style-type: none"> • Personnes âgées en maintien à domicile 	<ul style="list-style-type: none"> • Services d'hébergement temporaire ou permanent. • Repos. • Support pour AVD et AVQ, • Entretien ménager : lavage, etc. • Loisirs, exercices et activités physiques. • Milieu de vie pour les résidants.
Transport de l'âge d'or de Campbell's Bay inc. 18, rue McFarlane Campbell's Bay (Québec) J0X1K0 819.648.5648	Robert Dupuis, Directeur transporaction@personainternet.com	CSSS du Pontiac	<ul style="list-style-type: none"> • Personnes âgées en maintien à domicile 	<ul style="list-style-type: none"> • Transport et accompagnement.

Annexe 4. Liste des organismes contactés pour les fins de la recherche

Date du téléphone	Suivi par courriel	Date de visite	Organismes / Édifices	Lieu	Contact	Téléphone	Courriel / Commentaires
2011-01-20	2011-01-20	2011-01-24	Agence de santé du Québec	Hull	Mario Corbeil	819.776.7660	
2011-03-01			Office municipal d'habitation de Gatineau (OMHG)		Gaudence Uwizeye	819	
2011-03-04		2011-03-08	TECARO et AQDR	Hull	Lorraine Legault	819.246.5059	
2011-03-08	2011-03-27		CAB de Gatineau	Gatineau	Nancy Mailloux	819.568.0747	benevole@ncf.ca
2011-03-début		2011-03-08	Résidence de personnes âgées=25 rue Guertin	Gatineau	Robert Tanguay	819.243.8905	
	2011-03-09		PAVRE: Programme d'aide aux aînés vulnérables et à risque d'exclusion		Nancy Bruneau		nancy.bruneau@videotron.ca
2011-03-?			Conseil central St-Vincent de Paul de Gatineau	Gatineau			
2011-03-21	2011-03-21		Maison Communautaire Daniel Jonhson	Hull	Rachel Larocque	819.772.6625	
		2011-03-23	Centre action génération des aînés (CAGA)	Buckingham	Mme. Michelle	819	
	2011-05-03	2011-03-24	Alliance alimentaire Papineau	St-André Avelin	Danielle Thériault	819.983.1714	alliancealimentairepapineau@tlb.sympatico.ca
		2011-03-29	Cantine des aînés de Buckingham	Buckingham	M. Lesco	819.	
2011-04-05			* Cabane en Bois Rond	Hull	Admin	819	
		2011-04-06	Soupe populaire de Hull	Hull	Marie Miron	819.770.3789	
		2011-04-06	Soupière de l'Amitié	Gatineau	Nathalie Hillman	819.663.6777	
2011-04-06	2011-04-27		Moisson Outaouais	Hull	Benoît Gélinas	819.664.0884	benoitgelinas@moissonoutaouais.com
2011-05-03	2011-05-03	attente:	Moisson Outaouais	Gatineau	Samy Thomas	819.712.3759	samythomas@moissonoutaouais.com
		2011-04-12	Centre alimentaire d'Alymer	Aylmer	Donna Lévesque	819.684.0163	centrealimentaire-dir@videotron.ca
		2011-04-14	CAB de Hull	Hull		819	

Date du téléphone	Suivi par courriel	Date de visite	Organismes / Édifices	Lieu	Contact	Téléphone	Courriel / Commentaires
2011-04-19	2011-04-19	2011-05-05	Regroupement des clubs d'âge d'or de la Vallée de la Gatineau et des Collines	Gracefield	Danielle Filiatrault	819.463.3729	agedorgatineau@persona.ca
2011-04-19	2011-04-19		Association de Solidarité et d'entraide communautaire de la Haute-Gatineau	Maniwaki	Danielle Beaudry	819.449.6779	asec.haute-gatineau@hotmail.com
2011-04-19			Coop.de solidarité et d'aide domestique de la Vallée de la Haute -Gatineau	Maniwaki	Andrée Lachapelle	819.441.0227	Clientèle à domicile seulement
		2011-04-20	Centraide Outaouais	Hull	Nathalie Lepage	819.771.7751 x229	
2011-04-20	2011-04-21	2011-05-05	Foyer Père Guinard / Centre de jour	Maniwaki	Claudia Charrette	819.449.4900 X2251	claudiacharette@ssss.gouv.qc.ca
2011-04-26	2011-04-26	2011-04-29	Club de l'âge d'or de Fort-Coulonge	Fort-Coulonge	Élaine Denault	819.683.2854	elaine.denault@sympatico.ca
2011-04-21		2011-04-29	Le Mont d'Or (Golden Peak)	Fort-Coulonge	Diane Lamoureux	819.683.5552	Clientèle à domicile seulement
2011-04-26	2011-04-26	n/a	Services de Répit du Pontiac / Seniors residence (32) / Meals on Wheels	Campbell's Bay	Cathy Bretzlaff	819.648.5905	respite@persona.ca
2011-04-21		n/a	Comité de bénévolat pour la région du Pontiac Ouest Inc.	Walyham+Byrson	Gayle Lindsay	819.689.2590	Clientèle à domicile seulement.
2011-04-25	2011-04-26	2011-04-25	Village Cité des Jeunes/Osgoode/Deux édifices à appartement (191 unités)	Hull	Denise Pichette	819.771.4299	citedesjeunes@osgoode.ca
2011-04-26	2011-04-27		Conférence St-Vincent de Paul Notre Dame de l'Eau-Vive	Hull	Madelaine Soulière-Brown	819.778.0822	madelaine.souliere-brown@ottawacatholicschools.ca
2011-04-27	2011-04-27		Académie des retraités de l'Outaouais (ARO)	Hull	France Caouette	819.776.5052	aro2@videotron.ca

Date du téléphone	Suivi par courriel	Date de visite	Organismes / Édifices	Lieu	Contact	Téléphone	Courriel / Commentaires
2011-04-27	2011-04-27	2011-05-11	Centre d'entraide aux aînés = *Cabane en bois rond	Hull	Christiane Charron	819.771.6609	centrtedentraideauxaines@videotron.ca
2011-04-27	2011-04-27		Les Habitations partagées de l'Outaouais = *Cabane en bois rond	Hull	Marie-Andrée Kingsley	819.771.6576 x204	hpou@videotron.ca
2011-04-28	2011-04-28		Trois édifices de aînés sur Mont-Bleu (face au Centre Diocésain)	Hull	Hélène Dubien	819.568.0033 x507	dubien.h@omhgatineau.qc.ca
2011-05-02	2011-05-02		Maison de la Famille l'Étincelle (popote roulante de Masham)	Masham	Caroline Gauthier	819.456.4696	mdfetincelle@bellnet.ca
		mardi vers 11h	Centre d'amour et de partage: la Friperie de l'Amitié	Gatineau	Francine Talbot	819.663.7117	
2011-05-03		2011-05-10	165 boul. Mont-Bleu, app.115, code 120	Hull	Rachelle Simard	819.772.8360	rachellesimard51@hotmail.com
2011-05-03	2011-05-03	2011-05-17	Centre des aînés de Gatineau / Centre de Jour (Josée)	Gatineau	Michelle Osborne	819.663.3305	mosborne@vl.videtron.ca
2011-05-03			CAB d'Aylmer ACCES	Aylmer	Marie-Josée Gendron	819.684.2242	cab.acces@videotron.ca
2011-05-03	2011-05-06		Corporation Développement Lapêche	Wakefield	Nicole Feraud-Lewis	819.459.2438	nifle@wakenet.ca
2011-05-06	2001-05-09		Corporation Développement Lapêche	Masham	Rhéal Cloutier	819.456.4861	cloutier.rheal@sympatico.ca
2011-05-06	2011-05-09	2011-05-16	Logement Outaouais Inc.: 49 rue Mutchmore	Hull	Alain Tanguay	819.776.2160	log.out@videotron.ca
2011-05-09	2011-05-09	2011-05-19	OMH Val-des-Monts (MRC des Collines)	Perkins	Jean-Paul Osborne	819.664.4970	jposborne@videotron.ca
2011-05-19			La popote roulante d'Aylmer-Aylmer Meals on Wheels	Aylmer	Trésorier anglo	819.684.9800	

Annexe 5. Ressources œuvrant en sécurité alimentaire - Territoire du CSSS de Gatineau

Nom de l'organisme	Contact	• Clientèle visée	• Activités ou objectifs
Académie des retraités de l'Outaouais 331, boulevard de la Cité-des-Jeunes Gatineau (Québec) J8Y6T3 819.776.5052	France Caouette, Directrice aro2@videotron.ca www.academiedesretraites.com	• Personnes de 50 ans et plus	• Activités éducatives et de formation. • Activités éducatives d'information. • Conférences.
Centre d'action bénévole d'Aylmer, ACCES 67, rue Principale Gatineau (Québec) J9H 3L4 819.684.2242	Marie-Josée Gendron, Directeur général c.a.b.acces@bellnet.ca	• Personnes âgées	• Transport/accompagnement. • Visites. • Activités de jour. • Maintien à domicile.
Centre d'action bénévole de Hull 4, rue Taschereau bureau 550 Gatineau (Québec) J8Y 2V5 819.778.2900 # 21 Télécopieur : 819.778.6133	Fabienne Lachapelle, Directrice direction@benevoles-outaouais.org www.benevdes-outaouais.org	• Personnes âgées	• Popote roulante
Centre d'action bénévole de Gatineau 42, avenue Gatineau Gatineau (Québec) J8T4J3 819.568.0747	Nancy Mailloux, Directrice générale benevole@ncf.ca	• Personnes âgées, • personnes en perte d'autonomie, • personnes handicapées • Personnes âgées en maintien à domicile	• Livraison de la popote roulante. • Accompagnement. • Transport médicaux. • Visite d'amitié. • Télé-bonjour. • Répit accompagnement. • Aide à remplir les formulaires. • Clinique bénévoles.
Centre de rencontre Arc-en-Ciel ltée 448, rue de Pointe-Gatineau Gatineau (Québec) J8T2B7 819.243.2536	Marguerite Brunet, Responsable	• Personnes âgées en maintien à domicile	• Activités et loisirs pour briser l'isolement des personnes âgées.

Nom de l'organisme	Contact	• Clientèle visée	• Activités ou objectifs
Centre d'entraide aux aînés 331, boulevard de la Cité-des-Jeunes, bureau 101 Gatineau (Québec) J8Y6T3 819.771.6609	Christiane Charron, Directrice générale centredentraideauxaines@videotron.ca www.infonet.ca/entraideauxaines	<ul style="list-style-type: none"> • Personnes âgées 	<ul style="list-style-type: none"> • Maintien à domicile. • Accompagnement et transport. • Visites d'amitié. • Journées communautaires. • Support aux aidants naturels.
Centre des aînés de Gatineau 89, rue Jean-René-Monette Gatineau (Québec) J8P5B8 819.663.3305 intégration sociale. www.centredesainesdegatineau.qc.ca	Sylvain Germain, Directeur général germains@vl.videotron.ca	<ul style="list-style-type: none"> • Personnes âgées. • Personnes avec problèmes de santé mentale. 	<ul style="list-style-type: none"> • Activités de jour pour personnes avec des problèmes de santé mentale. • Programme de jour pour les aînés atteints d'Alzheimer. • Transport / accompagnement,
Centraide Outaouais 74 Montclair Boulevard Gatineau, Québec Canada J8L 2E7 819.771.7751	Yalina Molina 819.771.7751 p. 224 - molinay@centraide-outaouais.qc.ca www.centraide-outaouais.qc.ca	<ul style="list-style-type: none"> • Organismes communautaires offrant d'aide et d'entraide alimentaire 	<ul style="list-style-type: none"> • Subventions aux organismes communautaires offrant d'aide ou d'entraide alimentaire
Les Habitations partagées del'Outaouais inc. 331, boulevard de la Cité-des-Jeunes, bureau 109 Gatineau Québec) J8Y6T3 819.771.6576	Josée Turcotte, Directrice hpou@ncs.ca CSSS de Gatineau http://habitationspartagees.ncf.ca	<ul style="list-style-type: none"> • Personnes âgées en maintien à domicile • Personnes démunies 	<ul style="list-style-type: none"> • Activités de jumelage sous un même toit de 2 personnes dont une doit avoir plus de 50 ans.
Moisson Outaouais 815, boul. de la Carrière, bureau 205 Gatineau, Québec J8Y 6T4	Jean Pigeon - 819.776.0217 - info@moissonoutaouais.com www.moissonoutaouais.com	<ul style="list-style-type: none"> • personnes défavorisée au plan économique et social 	<ul style="list-style-type: none"> • Développement de services d'aide et d'entraide alimentaire favorisant l'intégration et/ou la réinsertion sociale, tels que les cuisines collectives, les jardins collectifs, les groupes d'achats. • Aide alimentaire

Nom de l'organisme	Contact	• Clientèle visée	• Activités ou objectifs
Centre Alimentaire Aylmer 70, chemin Eardley	Donna Levesque Directrice Contact: Emmanuelle Lavergne. 819.684.0163 centrealimentaire- adm@videotron.ca	• Personnes vulnérables au plan économique et social	• Dépannage alimentaire • Cafétéria- déjeuner • Popote roulante • cuisines collectives • Jardins collectifs
Société Saint Vincent de Paul (S.S.V.P) Gatineau	Paroisse Jean XXIII Gatineau 819-568-4193, poste 27 1194, boulevard St-Réné, Gatineau , J8T 6H3	• Personnes vulnérables	• Dépannage alimentaire • panier de Noël
Société Saint Vincent de Paul (SSVP) Aylmer	56 rue Principale Aylmer (Québec) J9H3L3 Contact:.. 819.332.3381	• Personnes vulnérables	• Dépannage alimentaire • panier de Noël
La Soupière de l'Amitié 306, notre Dame. Gatineau J8P1K8	Roger Bourbonnais Directeur général Tel:819 663 6777	• personnes à faible revenu habitant le secteur de la soupière	Dépannage alimentaire d'urgence Petits-déjeuners
La Manne de l'Île 119, rue Carillon, Gatineau, Québec J8X 2P8	Francine Rondeau - 819.770.5261 - mannedelile@sympatico.ca	Personnes à faible revenu	Dépannages alimentaires Cuisines collectives
Soupe populaire de Hull 751, boul. St-Joseph, Gatineau, Québec, J8Y 4B7	Sylvain Laflamme - 819.770.3789 - soupepophull@bellnet.ca	• Personnes à faible revenu	Soupe populaire Cuisines collectives Groupes d'achat alimentaire Jardins collectifs
Faim d'aider 17, Ch. Duguay, Chelsey, Québec J9B 1A6	Annie Rousseau - 819.827.2328 - annie.rousseauleday@videotron.ca	• Enfants	Diners santé aux enfants des écoles

Nom de l'organisme	Contact	• Clientèle visée	• Activités ou objectifs
Solidarité Gatineau 1096, rue St-Louis, Gatineau, Québec J8T 2R7	Claudette Boivin - 819.246.2029 - s.g.o@bellnet.ca www.solidaritegatineauouest.ca	<ul style="list-style-type: none"> • famille, • jeunes enfants 	Entraide alimentaires (cuisines collectives)
La mie de l'Entraide 422, rue des Pins, Gatineau, Québec J8L 2K9	Lucie Carrier - 819.281.3231 - lamiedelentraide@videotron.ca	<ul style="list-style-type: none"> • Personnes à faible revenu 	Dépannages alimentaires Cuisines collectives Boite à lunch
Regroupement des Cuisines Collectives de Gatineau 180, Boulevard Mont-Bleu, Gatineau, Québec J8Z 3J5	Josée Poirier DeFoy Tél. 819.771.8391 Télécopieur. 819.778.8969 - rccgatineau@hotmail.com		Cuisines collectives

Annexe 6. Ressources œuvrant en sécurité alimentaire - Territoire de CSSS du Pontiac

Organisme	Adresse	Contact
Le Mont d'Or (Golden Peak)	533, rue Baume, CP. 69 Fort-Coulonge (Québec) J0X1V0 819.683.555 www.lemontdor.org	Diane Lamoureux, Directrice générale diane_lucie@hotmail.com
Club d'âge d'or Mgr Martel de l'Île-du-Grand-Calumet	2, rue Brizard Île-du-Grand-Calumet (Québec) J0X1J0 819.648.5966	Gisèle Benoît colettepigeon@personainternet.com CSSS du Pontiac
Club de l'âge d'or de Fort-Coulonge	566, rue Baume, CP. 616 Fort-Coulonge (Québec) J0X1V0 819.683.2854	Lyda Lapratte, Directrice elaine.denault@sympatico.ca
Comité bénévole de transport de	Rapides-des-Joachims 48A, rue L'Église Rapides-des-Joachims (Québec) J0X3M0 613.586.2357	Diane Mainville
Bouffe Pontiac	2, rue Elsie, Campbell's Bay, Québec J0X 1K0 819.648.2550	Ellen Boucher, Directrice bouffepontiac@yahoo.fr
Comité de bénévolat pour la région du Pontiac Ouest inc.	44, rue Principale, C.P. 179 Waltham-et-Bryson (Québec) J0X3H0	

Annexe 7. Ressources œuvrant en sécurité alimentaire - Territoire du CSSS des Collines

Organisme	Adresse	Contact	Services
Remue-Ménage Outaouais <u>Territoire</u> : Outaouais	10, rue Noel Gatineau, Québec, G8V 3G5 819.778.2461	Danielle Jean, Directrice des services rmo@rmo.ca	<ul style="list-style-type: none"> • entretien ménager, • préparation de repas, • accompagnement, • répit-gardiennage
Le Grenier des Collines <u>Territoire</u> : MRC des Collines	34, chemin de l'Église Val-des-Monts, Québec, J8N 2A1 819.457.1010 Sans frais : 1.888.457.6426 Télécopieur : 819.457.1011	Rhonda Boucher, Directrice legrenierdescollines@gmail.com	<ul style="list-style-type: none"> • Magasin-partage à Val-des-Monts (secteur St-Pierre) • dépannage alimentaire d'urgence, • magasin-partage de Noel et paniers de Noel • cuisines collectives à Val-des-Monts et Pontiac, • jardin communautaire Notre-Dame-de-la-Salette, • divers ateliers éducatifs.
La Maison de la famille l'Étincelle <u>Territoire</u> : socio-sanitaire des Collines pour popote roulante (à l'exception de Cantley –en chantier)	20A, chemin de la Beurrerie La Pêche, Québec, J0X 2W0 819.456.4696	Caroline Gauthier, responsable de la popote roulante mdfetincelle@bellnet.ca Anick Labelle, Coordo. de la sécurité alimentaire mdfetincelle@bellnet.ca	<ul style="list-style-type: none"> • Popote roulante à Chelsea, Val-des-Monts et La Pêche. • Nutri-boîtes, • cuisines collectives adultes et ados, • ateliers de cuisine économique, ateliers de cuisine pour les 6-12 ans, • diner communautaire de la journée nationale des CC.
Contact Femmes-Enfants <u>Territoire</u> : Socio-sanitaire de la Vallée-de-la-Gatineau	c.p.127 Lac Ste-Marie, Québec, J0X 1Z0 819.467.3774	Nathalie Séguin, directrice France Gervais, responsable du Club Contacts cfe1995@hotmail.com	<ul style="list-style-type: none"> • En sécurité alimentaire pour tous : Club Contacts, • groupe d'achats de produits congelés périssables
Paroisse St-Stephen's	212, chemin Old Chelsea Chelsea, Québec, J9B 1J3 819.827.1664 Télécopieur : 819.827.3590	Roger Guilbault, administrateur admin@st-stephen.ca	<ul style="list-style-type: none"> • Références des citoyens vers une paroisse du secteur de Hull pour le dépannage alimentaire et matériel
Église St-Mary-Magdalene	537, route 105 Chelsea, Quebec 819.827.1845	Renée Nielsen, responsable	<ul style="list-style-type: none"> • Diner organisé pour les aînés à chaque mercredi du mois à 12h00. 6\$

Organisme	Adresse	Contact	Services
St-Vincent-de-Paul-Paroisse Ste-Élisabeth	22, chemin Hélie Cantley, Québec, J8V 2Y5 819.665.3819	André Arcand, président bakou@sympatico.ca	<ul style="list-style-type: none"> • Dépannage alimentaire et matériel, paniers de Noel.
St-Vincent-de-Paul-Paroisse St-Alexandre	60, de Beauvallon Gatineau, Québec, J8T 5Z8 819.568.5921	Nicole Champagne, présidente	<ul style="list-style-type: none"> • Dépannage alimentaire et matériel, paniers de Noel.
Centre de ressources St-Antoine-de-Padoue	1, chemin St-Joseph Val-des-Monts, Québec 819.671.8224	Johanne Grégoire, présidente	
Banque alimentaire La Pêche	1, rue Principale est La Pêche, Québec, J0X 2W0 819.456.2212	Mylène Pagé, présidente	<ul style="list-style-type: none"> • Dépannage alimentaire et matériel, paniers de Noel
Wakefield United Church	739 Riverside La Pêche, Québec 819.459.3292	Gisèle Gilfilland, minister wakefield.gilfilland@sympatico.ca	
St-Vincent-de-Paul Paroisse St-Pierre-de-Wakefield-Val-des-Monts	799, route Principale Val-des-Monts, Québec J8N 4E3 819.457.4444	Pierrette Dubois	<ul style="list-style-type: none"> • Dépannage alimentaire • Comptoir de vêtements • Paniers de Noel
Centre des ressources communautaires St-Antoine-de-Padoue	1, chemin St-Joseph Val-des-Monts, Québec, J8N 7E8 819.671.8224	Johanne Grégoire Cécile Charrette	<ul style="list-style-type: none"> • Dépannage alimentaire et matériel, • Paniers de Noel, • Soutien à la sécurité alimentaire à l'école l'Équipage
Nearly New Shop	4 chemin du Verger Chelsea, Québec, J9B 2L3 819.827.2585	Claire Verney	<ul style="list-style-type: none"> • Dons de vêtements, • bons d'achats pour nourriture, • dépannage matériel d'urgence, • vente de vêtements à faible coût, • soutien ponctuel

Annexe 8. Ressources œuvrant en sécurité alimentaire - Territoire du CSSS de Vallée-de-la-Gatineau

Organisme	Adresse	Contact	Services
L'Équipe des bénévoles de la Haute-Gatineau 198, rue Notre-Dame, bureau 218 Maniwaki (Québec) J9E 2J5 819.449.4003	Dorothée St-Marseille, Directrice equipebenevole.hg@bellnet.ca	<ul style="list-style-type: none"> Personnes âgées en maintien à domicile. 	<ul style="list-style-type: none"> Transport et accompagnement pour les rendez-vous médicaux, visites, dépannage auprès des personnes âgées.
Regroupement des clubs d'âge d'or de la Vallée-de-la-Gatineau et des Collines 17, rue Principale, Case postale 474 Gracefield (Québec) J0X1W0 819.463.3729	Danielle Filiatrault, Directrice agedorgatineau@hotmail.com	<ul style="list-style-type: none"> Personnes âgées en maintien à domicile 	<ul style="list-style-type: none"> Transport et accompagnement. Travaux communautaires. Comptoir de vêtements. Popote roulante. Maintien à domicile.
Association de Solidarité et d'entraide communautaire de la Haute-Gatineau Tél: 819.449.6779	Danielle Beaudry asec.haute-gatineau@hotmail.com		
Club d'Âge d'Or de l'Assomption (Maniwaki) 257, rue des Oblats - Maniwaki (Québec) J9E 1G6	Mme Madeleine Marcil 819-449-1657 819-449-1980	<ul style="list-style-type: none"> Personnes âgées 	<ul style="list-style-type: none"> Diner communautaire Transport, visite
Coop. de Solidarité d'Aide domestique de la Vallée de la Gatineau 198, rue Notre-Dame, Suite 300 Maniwaki (Québec) J9E 2J5 819-441-0227	Mme Andrée Lachapelle csadvq@bellnet.ca	<ul style="list-style-type: none"> Personnes vulnérables 	<ul style="list-style-type: none"> Aide domestiques
Service de dépannage Paroisse Christ-Roi 130, rue Christ-Roi - Maniwaki (Québec) J9E 1C3	Mme Rollande Robidoux 819-449-3113	<ul style="list-style-type: none"> personnes vulnérables 	<ul style="list-style-type: none"> Dépannages alimentaires
Pain Quotidien 318, rue du Couvent Maniwaki (Québec) J9E 1H4	Mme Rachel Auger 819-463-4216	<ul style="list-style-type: none"> Personnes à faible revenu 	<ul style="list-style-type: none"> Entraide alimentaire dépannage alimentaire
Jardin Communautaire Mme Germaine Morin 265, rue Wolfe Maniwaki (Québec) J9E 1T1	Mme Josée Carle 819-449-2531		<ul style="list-style-type: none"> jardins collectifs

Annexe 9. Ressources œuvrant en sécurité alimentaire - Territoire du CSSS de Papineau

Organisme	Adresse	Contact	Services
Alliance Alimentaire Papineau	181 B rue Principale, St-André-Avellin, J0V 1W0 819.983.1714	Danielle Thériault alliancealimentairepapineau@tlb.sympatico.ca	<ul style="list-style-type: none"> • Cuisines partage • Jardins partage • Groupes d'achat • Ateliers d'éducation sur la nutrition • Ateliers sur le savoir-faire culinaire
Banque Alimentaire de la Petite-Nation	15, rue Principale, Ripon, J0V 1V0, 819.983.3191	Guy Therrien, Directeur général bapn_mrqp@yahoo.ca	<ul style="list-style-type: none"> • Dépannage alimentaire • Paniers de Noël • « Cuisines collectives » • Dons d'aliments dans toutes les écoles de la MRC pour les collations et les dîners • Dons d'aliments pour le petit-déjeuner à l'école St-Cœur de Marie (Ripon)
Atelier de formation socioprofessionnelle de la PN (AFSPN)	358, rue Rossy, St-André-Avellin, J0V 1W0 819.983.6373	Katherine Provost, Directrice Patricia Durand, Coordonnatrice atelier@asfqn.qc.ca www.atelierfsqn.qc.ca	<ul style="list-style-type: none"> • Ateliers de formation en cuisine (2 jours/semaine) • Repas concoctés servis le midi à la clientèle et aux employés
Maison de la famille Petite-Nation	14, rue Hubert St-Louis, St-André-Avellin, J0V 1W0 819.983.4383	Danielle Danis maisonfamillep-n@videotron.ca http://www.ncf.ca/maisonfamille	<ul style="list-style-type: none"> • Atelier enfants/adultes sur la saine alimentation • Cuisines partage • Popote débrouille
Organisme d'aide et de support à l'intégration sociale (ODASIS)	538 rue des Aulnes, Namur, J0V 1N0 819.426.2280 / 819.983.2280	André Chagnon odasis@sympatico.ca odasisnamur@sympatico.ca	<ul style="list-style-type: none"> • Ateliers de cuisine (données par l'Alliance Alimentaire Papineau)

Organisme	Adresse	Contact	Services
Prévention C.É.S.A.R. Petite-Nation	378-C rue Papineau, Papineauville, J0V 1R0 819.427.5511 p. 321 Télécopieur : 819.427.9797	Sylvie Durocher, Directrice preventioncesar@videotron.ca	<ul style="list-style-type: none"> • Cuisines collectives 11-17 ans • Cuisines santé (minimum 1 fois/mois) • Découverte de nouveaux aliments 11-17 ans • Ateliers « Pimp ta bouffe » en collaboration avec l'Alliance Alimentaire Papineau • Dépannage alimentaire (au besoin)
Centre Actu-Elle	501 rue des Pins, Gatineau, J8L 2L2 819.986.9713	Debbie Bielher, Directrice actuelle@videotron.ca www.centreactuelle.ca	<ul style="list-style-type: none"> • Ateliers pratiques pour une saine alimentation • Dîners partage (par thématiques/les participants amènent et partagent les mets) • Cafés rencontre (par thématiques) • Cuisines collectives (à l'occasion)
Centre d'entraide des aînées de Buckingham (Table de Bethléem/Centre Edna Charrette)	150 Maclaren Est, Gatineau, J8L 1K1 819.281.2349	Gilles Lacelle, Président du CA et responsable de la Table de Bethléem :	<ul style="list-style-type: none"> • Dîners pour les enfants défavorisés (lundi au vendredi) • Dépannage alimentaire (si la Mie de l'Entraide est fermée)
Grenier d'apprentissage Jacques L. Charbonneau	477 rue Bélanger, Gatineau, J8L 2M3 819.281.5448	Serge Grenier, Président sfgrenier@videotron.ca	<ul style="list-style-type: none"> • Cuisine multiculturelle (personnes avec déficience intellectuelle)
La cantine des aînées et aînées de Buckingham	627 rue Bélanger, Gatineau, J8L 2N4 819.986.5712 Télécopieur : 819.986.5712	Annette Patry-Lescot larsepauline@videotron.ca	<ul style="list-style-type: none"> • Popote roulante (Livraison de repas préparés par le CH et le CHSLD)
La Mie de l'Entraide	422 Rue des Pins, Gatineau, J8L 2K9 819.281.3231 Télécopieur : 819.281.4531	Lucie Carrier, Directrice lamiedentraide@videotron.ca	<ul style="list-style-type: none"> • Distribution de denrées alimentaires • Cuisines collectives • Projet « Boîte à Lunch » • Projet « Manger mieux »

Organisme	Adresse	Contact	Services
Le Boulev'art de la Vallée	132 rue Maclaren est, Gatineau, J8L 1K1 819.281.0680 Télécopieur : 819.281.2170	Pierre Leclair, Directeur général dgboulevart@videotron.ca	<ul style="list-style-type: none"> • Cuisines collectives (clientèle avec problème de santé mentale) • Jeudi dans le four (dîner-partage 1 fois/mois; les participants fournissent ce qu'ils peuvent) • Jardin communautaire (~7 jardiniers/saison; clientèle avec problème de santé mentale) • Disponibilité des BBQ de l'organisme durant l'été pour leur clientèle
Maison de la famille Vallée-de-la-Lièvre (MESSF)	321, Avenue de Buckingham, Gatineau, J8L 2G4 819.281.4359 Télécopieur : 819.281.9697	Chantal Courchaine, Directrice générale maison179@videotron.ca www.mdf-valleedelalievre.ca	<ul style="list-style-type: none"> • Paniers de Noël • Cuisines collectives • Ateliers parents-enfants
Maison d'hébergement pour Elles des Deux Vallées	819.986.8286	Myriam Houde, Directrice	<ul style="list-style-type: none"> • Dépannage alimentaire (pour leur clientèle)
Centre action-génération des aînées de la Vallée-de-la-Lièvre (CAGA):	90 avenue de Buckingham, Gatineau, J8L 2G7 819.281.4343 Télécopieur : 819.281.4344	Michelle Désormeaux, Directrice Julie Mercier, Coordinatrice des activités coordoactivitescaga@videotron.ca www.lassociationdesbenevoles.com	<ul style="list-style-type: none"> • Repas communautaires • Conférence sur l'alimentation (ponctuel)
La Mie du partage	* Si envoi à faire : passer par la municipalité ou par le CLSC de Val-des-Bois	Juliette Gratton, Directrice	<ul style="list-style-type: none"> • Dépannage alimentaire • Magasin partage (temps des fêtes)
Le Grenier des collines	34 Ch. de l'Église, bureau 401, Val-des-Monts, J8N 2V3 1.888.457.6426	Rhonda Boucher, Directrice legrenierdescollines@gmail.com	<ul style="list-style-type: none"> • Jardin communautaire • Magasin partage • Paniers de Noël

Annexe 10. Liste des popotes roulantes dans la région de l’Outaouais

Territoire selon CLSC	Nom	Adresse
Gatineau	C.A.B. de Gatineau Responsable : Nancy Mailloux	42 avenue Gatineau Gatineau (Québec) J8T 4J3 Tél: (819) 568-0747 Fax: (819) 568-1704 Courriel: benevole@ncf.ca Site : www.ncf.ca/benevole
Hull	Centre d'action bénévole de Hull Responsable : Fabienne Lachapelle	4, rue Taschereau bureau 550 Gatineau (Québec) J8Y 2V5 Tél: (819) 778-2900 # 21 Fax: (819) 778-6133 Courriel: direction@benevoles-outaouais.org Site : www.benevdes-outaouais.org
	Popote Soleil	Case postale 79193 Gatineau (Québec) J8Y 6V2 Tél: (819) 771-9245 Fax: (819) 777-4268 Courriel: popotesoleil@hotmail.com
Aylmer	Popote roulante d'Aylmer	160, rue Main, Secteur Aylmer Gatineau, QC, J9H 5N9 Contact principal: Général: 819-684-8523 Général: 819-684-8096
	Popote roulante Centre alimentaire d'Aylmer	70, ch Eardley, Gatineau, QC J9H 4K2 (819) 684-0163
Vallée-de-la Lièvre	Cantine des aînés de Buckingham Responsable : Max Lescot	627, rue Bélanger Gatineau (Québec) J8L 2N4 Tél: (819) 986-5712 Fax: (819) 986-5712 Courriel: larosepauline@videotron.ca
Les Collines-de-l'Outaouais	Maison de la famille L'Étincelle Responsable: Caroline Gauthier	20 A, chemin de la Beurrerie, La Pêche (Québec) J0X 2W0 Tél: (819) 456-4696 Fax : (819) 456-4696 Courriel: mdfetincelle@bellnet.ca
Vallée-de-la-Gatineau	Regroupement des Clubs d'Age d'Or de la Vallée de la Gatineau et des collines Responsable : Danielle Filiatrault	17, rue Principale, C.P. 474 Gracefield (Québec) J0X 1W0 Tél: (819) 463-3729 Fax: (819) 463-1022 Courriel: agedorgatineau@hotmail.com

Annexe 11. Liste des cuisines collectives dans la région de l'Outaouais

	Cuisine Collective	Adresse	Contact
Secteur Aylmer	CC Deschenes	59, chemin Vanier	Marjolaine Bouchard, Centre Alimentaire Aylmer. 819.684.0163
	CC les Indépendantes	70, chemin Eardley	
	Cuistots	175, rue Front	Lyne Chartrand, Maison Communautaire Entre Nous. 819.684.2236
Secteur de Gatineau	Cuisine collective	1213 St-Louis	Lucie Touchette, Centre d'animation familiale 819.561.5196
	Les tabliers de Rosalie	355, rue Laviolette	Suzanne Gascon-Lemaire, Carrefour de la Miséricorde. 819.643.1456
	Cuisine collective	811, Boul. Saint-René Ouest, suite 300 Offert à leur clientèle	Francine Garneau. Centre Espoir Rosalie. 819.243.7663.
	CC St-Rosaire		Murielle Mc Dermott 819-568-6396
	Cuisine collective	315 rue Migneault	Nicole Roy, Relais des Jeunes Gatinois 819.663.8337
	CC les Cocottes CC pour papa Les Jeunes Marmitons	1096, Saint Louis	Denise Boudreau, Solidarité Gatineau Ouest. 819.246.2029
	CC St-René Adulte CC St-René Jeunes	375 Boul. St-René,	Gaudence Uwizyé OMHG 819-568-0033 p. 522
Secteur de Hull	Cuisine collective	45 rue Prévost	Jean Villeneuve, Action-Quartier. 819.777.7815
	Cuisine collective	58, Rue Hanson	Maison de l'amitié de Hull 819.772.6622
	CC Bonne bouffe	119, rue Carillon	Francine Rondeau, La Manne de l'île 819.770.5261
	Cuisine collective	751, rue St-Joseph	Marie Néron, La Soupe Populaire de Hull (Centre Frédéric Ozanam) 819.770.3789
	Cuisine collective	95 St-Hyacinth	Tara Whisslle, Les Enfants de l'Espoir. 819.778.5259
	Cuisine collective	142, rue Mutchmore	Johanne Trinque, Maison D'accueil Mutchmore. 819.770.0788
	Cuisine collective	22, rue Arthur-Buies	Sylvie Charron, Maison Communautaire Daniel- Johnson. 819.772.6625
	CC Centre Père-Arthur Guertin PAG OMHG	16 rue Bériault, Gatineau Une pour adulte et une pour adolescent	Gaudence Uwizyé OMHG 819-568-0033 p. 522

	Cuisine Collective	Adresse	Contact
Secteur Buckingham	CC pour diabétiques	422, rue des Pins	Lucie Carrier La Mie de L'Entraide. 819.281.3231
	CC pour personnes seules		
	CC monoparentales		
	CC pour les anglophones		
	CC déficientes intellectuelles		
	Popote débrouille	321, avenue Buckingham Offert aux écoles.	Sylvie Laflamme, Maison de la famille Vallée de la Lièvre 819.281.4359.
MRC Collines-de-l'Outaouais	Cuisine collective	20 A, ch. de la Beurrerie, La Pêche	Caroline Gauthier, Maison de la Famille l'Étincelle. 819.456.4696
MRC Vallée-de-la-Gatineau	Cuisine collective	446, rue de la Montagne, Maniwaki	Louise Barbe, L'Entraide de la Vallée 819.441.3596
MRC Papineau	Les Maries bonnes	175, rue 'Hôtel de ville, Chénéveille	Suzanne Benoit, Alliance Alimentaire Papineau 819.983.1714
	Les Matantes	17, rue Principale, Montpellier	
	Cuisine Partage	267, rue Notre-Dame, Notre-Dame-De-la-Paix	
	Les Cocottes mijoteuses	996, rue du Centenaire, Namur	
	Les Micouennes	19, rue Gendron, Fassett	
	Les Anarchistes Les Ciboulettes fraîches	181b, rue Principale, Saint-André-Avellin	
	Cuisine collective	31, rue Coursol, Saint-André-Avellin Offert à leur clientèle.	Guy Thérien, Banque Alimentaire de la Petite-Nation 819.983.3191.
	Cuisine partage	14, rue St-Louis, St-André-Avelline	Tania St-Arnaud et Rachel Bergeron, Maison de la famille Petite-Nation Nation. 819.983.4384
MRC Pontiac	CC Campbell's Bay	2, rue Elsie, Campbell's Bay	Josée Graveline, Bouffe Pontiac 819.648.2550
	CC Shawville	430, rue Bristol, Shawville	
	CC Otter Lake	367, rue Maretineau, Otter Lake	
	CC Chapeau	6, rue St-Joseph, St-Joseph	
	Cuisine collective	161, rue Principale	Penny Soucie, Maison de la famille du Pontiac 819.683.1337