



Carte communautaire de la faim

Carte communautaire de la faim 2015-2017

Rapport synthèse

Rapport réalisé par la :

Table de concertation sur la faim et le développement
social de l'Outaouais (TCFDSO)

Juin 2017

TCFDSO, 2017. « Carte communautaire de la faim 2015-2017. Rapport synthèse ».

Équipe de rédaction du rapport :

Nathalie McSween, Ph.D. Coordinatrice de la TCFDSO et du projet

Solange Van Kemenade, Ph.D. Chercheuse consultante

Émile Perreault, Chargé de projet 2016-2017

Nous remercions Dominic Foisy et Nathalie St-Amour, professeurs au Département de travail social, Université du Québec et membres du Comité scientifique du projet pour leur relecture attentive du rapport et leurs commentaires. La version finale du rapport n'engage évidemment que la TCFDSO. Dans ce rapport, le genre masculin est utilisé comme générique dans le seul but de ne pas alourdir le texte.

TABLE DES MATIÈRES

INTRODUCTION	9
LE CONTEXTE DE LA RECHERCHE.....	10
L'insécurité alimentaire dans la région de l'Outaouais	10
La Carte communautaire de la faim 2015-2017	11
QU'EST-CE QUE L'INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE?	12
Les trois types d'insécurité alimentaire	13
Les groupes les plus vulnérables	15
LES TROIS VOLETS DE LA CARTE COMMUNAUTAIRE : ÉCOUTER, CARTOGRAPHIER ET RECENSER	20
ÉCOUTER : LES GROUPES DE DISCUSSION ET LES ENTREVUES AUPRÈS DES UTILISATEURS DE SERVICES ET DES GESTIONNAIRES D'ORGANISMES	20
Les objectifs et les personnes participantes.....	20
Les thèmes abordés.....	21
Les caractéristiques des participants	21
Le groupe de discussion auprès de personnes immigrantes ou réfugiées	21
Le groupe de discussion auprès de femmes en situation de monoparentalité	22
Le groupe de discussion auprès de jeunes adultes	22
Le groupe de discussion auprès de personnes âgées	22
Les personnes utilisatrices de ressources alimentaires (entrevues individuelles).....	23
Les gestionnaires interviewés concernant l'offre de services d'aide et d'entraide pour contrer l'insécurité alimentaire dans la région de l'Outaouais (entrevues)	23
Les limites de l'analyse	23
Les principaux constats tirés des entrevues et des groupes de discussion	25
Constats concernant les facteurs menant à l'utilisation de ressources d'aide et/ou d'entraide alimentaire	25
Des « événements vulnérabilisant »	25
Un réseau d'entraide faible vers lequel se tourner.....	26
Des facteurs structurels.....	27
Constats concernant les facteurs qui facilitent l'accès aux ressources d'aide et d'entraide alimentaire	27
Des « personnes-clés » qui nous amènent vers les ressources.....	27

Un coût faible (en argent et en temps de déplacement)	28
Constats concernant les aspects positifs des ressources utilisées.....	28
Le plus positif, c'est d'exister!	28
L'importance des relations humaines	29
Constats concernant les obstacles à l'utilisation des ressources d'aide et d'entraide alimentaire	30
La peur du jugement des autres.....	30
Les obstacles logistiques : ne pas avoir de ressources disponibles à proximité	30
La qualité des aliments reçus : être pauvre, mais vouloir manger sainement.....	31
Constats concernant les stratégies individuelles utilisées face à l'insécurité alimentaire.....	32
Les stratégies d'achat à bas prix.....	32
La recherche de sources alternatives de nourriture	33
La recherche de solutions durables.....	33
La vision d'avenir des participants	33
Les recommandations des participants.....	34
Miser sur des stratégies visant à développer l'autonomie des personnes (information, accompagnement et formation)	34
Améliorer la qualité des aliments disponibles pour les personnes vulnérables	35
Agir sur les facteurs structurels	36
Les nouveaux défis du réseau de l'aide alimentaire	36
Des demandeurs d'aide avec un nouveau profil.....	36
Une demande en croissance	37
De nouveaux besoins et services.....	37
Un manque de financement chronique	37
Quelques éléments de synthèse et de réflexion	38
CARTOGRAPHIER : L'ORGANISATION DU TERRITOIRE SUR LE PLAN DE LA SÉCURITÉ ALIMENTAIRE	41
Les principaux constats	43
Quelques éléments de synthèse et de réflexion	53
RECENSER : L'OFFRE ALIMENTAIRE EN FONCTION DES COÛTS	57
La grille d'enquête.....	57
L'échantillon	57
Les tableaux synthèses	58

Tableau 11. Recension des prix dans les supermarchés. Moyennes et comparaison urbain-rural	60
Tableau 12. Recension des prix dans les magasins d'escompte. Comparaison urbain-rural....	63
Tableau 13. Recension des prix en dépanneurs. Moyennes et comparaison urbain-rural.....	66
Les principaux constats	69
Quelques éléments de synthèse et de réflexion	69
CONCLUSION	70
REMERCIEMENTS.....	73
ANNEXE 1. CARACTÉRISTIQUES SOCIODÉMOGRAPHIQUES DES PARTICIPANTS – GROUPES DE DISCUSSION ET ENTREUVES INDIVIDUELLES	75
Groupe de discussion auprès de personnes immigrantes et réfugiées	75
Groupe de discussion auprès de femmes en situation de monoparentalité	75
Groupe de discussion auprès de jeunes adultes	76
Entrevues individuelles – Personnes utilisatrices de ressources d'aide et/ou d'entraide alimentaire	77
Profil des gestionnaires interviewés. Entrevues individuelles concernant l'offre des services alimentaires pour contrer l'insécurité alimentaire dans la région de l'Outaouais	78
ANNEXE 2. QUESTIONNAIRE - ACTIVITÉS DE CARTOGRAPHIE	79
ANNEXE 3. CARTOGRAPHIES	81
ANNEXE 4. LISTE DES RÉFÉRENCES.....	99

FAITS SAILLANTS

Mission de la TCFDSO

Notre mission est de promouvoir le droit à la sécurité alimentaire par le soutien aux organismes membres dans la mise en œuvre de programmes efficaces d'aide et d'entraide alimentaire dans la perspective du développement social pour contrer la faim.

La Carte communautaire de la faim

Une recherche-action visant à recenser l'offre alimentaire et les initiatives existantes sur chaque territoire de l'Outaouais, en plus d'identifier les obstacles réduisant l'utilisation des services existants pour les personnes vulnérables et ce, afin de renouveler et d'adapter les capacités de tous à répondre aux besoins.

La sécurité alimentaire

La sécurité alimentaire est définie comme étant la possibilité pour un individu d'avoir 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 est considérée comme un déterminant de la santé.

Portrait de la situation en Outaouais

- 12 500 ménages en insécurité alimentaire
- Environ 29 000 personnes (adultes et enfants)
- 7 % des personnes de 12 ans et plus (23 600 personnes)
- 10 % des personnes de 11 ans et moins (5 300 personnes)
- Demandes d'aide alimentaire en augmentation constante (10 à 22 % annuellement)

BILAN DE LA RECHERCHE

La Carte communautaire de la faim est une recherche-action de type participative qui s'ancre dans la réalité et le vécu des communautés. Le but est de permettre aux acteurs du milieu de collaborer au projet afin de co-produire des connaissances scientifiques, sociales et culturelles orientées vers le changement des pratiques et la transformation sociale.

Les trois volets de la recherche :

1. Des groupes de discussion et des entrevues auprès de personnes vivant en insécurité alimentaire (personnes immigrantes ou réfugiées, femmes en situation de monoparentalité, jeunes adultes et personnes âgées) et des gestionnaires d'organismes venant en aide à ces personnes pour mieux comprendre leur réalité ainsi que les obstacles qui freinent l'utilisation des ressources;
2. Des activités de cartographie participative pour dresser un portrait de l'organisation du territoire sur le plan de la sécurité alimentaire;
3. Une recension des prix dans les commerces d'alimentation de l'Outaouais pour mieux comprendre la question de l'accès économique aux aliments dans les zones les plus vulnérables.

En chiffres :

- 16 entrevues individuelles et 4 groupes de discussion réalisés (un 5^e groupe de discussion – auprès de personnes autochtones – s'ajoutera sous peu);
- Au total : 40 personnes interviewées provenant de la Ville de Gatineau, des Collines-de-l'Outaouais, de Papineau, de la Basse-Lièvre, de la Vallée-de-la-Gatineau et du Pontiac;
- 9 exercices de cartographie participative menés sur l'ensemble du territoire de l'Outaouais (Pontiac, Vallée-de-la-Gatineau, Collines-de-l'Outaouais, Petite-Nation, Basse-Lièvre, Aylmer, Hull, Gatineau Ouest et Est) avec la participation d'une cinquantaine d'acteurs du milieu (intervenants, gestionnaires d'organismes, citoyens, élus...);
- 41 commerces d'alimentation recensés (épiceries, dépanneurs et magasins d'escompte), dont 21 commerces en milieu urbain et 20 en milieu rural;
- Près d'une centaine de partenaires qui ont collaboré au projet;
- 1 journée de réflexion à l'échelle régionale rassemblant une centaine de participant-e-s;
- Une dizaine d'ateliers de réflexion animés sur l'ensemble du territoire de l'Outaouais;
- Des centaines de discussions sur l'enjeu que représente l'insécurité alimentaire pour la région.

PRINCIPAUX CONSTATS

Les groupes de discussion et les entrevues

- Des trajectoires de vie et des événements vulnérabilisant qui mènent à l'insécurité alimentaire sont entre autres : les problèmes de santé chroniques, un divorce, le fait d'avoir un enfant handicapé ou d'être une mère chef de famille monoparentale, le fait d'être seul, le déracinement dû à l'immigration, un faible niveau de scolarité, avoir un travail précaire, vivre une situation d'itinérance, etc.;
- Un réseau d'entraide faible vers lequel se tourner : la difficulté pour plusieurs de pouvoir compter sur leur réseau familial ou social;
- Des facteurs structurels : les prix élevés des loyers ainsi que l'offre déficiente en logements abordables, sociaux et communautaires, les prestations d'aide sociale insuffisantes;
- Des personnes-clés comme facteur facilitant l'utilisation des ressources : la dimension relationnelle (accueil, accompagnement psychosocial, référencement, réseautage), approches proactives de certains organismes (transport adapté, formations, etc.);
- Gratuité ou faible coût des repas offerts ou des paniers de dépannage, proximité des points de services des milieux de vie, flexibilité des horaires, transport organisé;
- La qualité des aliments reçus et la quantité : fraîcheur et variété des aliments, présence de légumes et de fruits frais, qualité nutritive des aliments dans les paniers de dépannage ainsi que la quantité des aliments.

Les activités de cartographie

- Offre déficiente en logements abordables sur tous les territoires (urbain et rural);
- « Trous de services » d'aide et d'entraide alimentaire dans certaines zones vulnérables sur le plan alimentaire (urbain et rural);
- La présence de « marais » ou de « déserts alimentaires », soit l'absence en quantité suffisante et à proximité de commerces d'alimentation ayant une offre alimentaire saine et nutritive (urbain et rural);
- Offre déficiente en transport (surtout rural).

La recension des prix dans les commerces d'alimentation

- Les aliments nutritifs coûtent plus cher en milieu rural (pour tous les types de commerces recensés);
- Les dépanneurs sont le type de commerce ayant les prix les plus élevés pour les aliments nutritifs (les magasins d'escompte sont ceux où les aliments sont les moins chers);
- La qualité et la fraîcheur des fruits et légumes sont plus faibles en milieu rural.

RECOMMANDATIONS DES PERSONNES PARTICIPANTES

Recommandations aux organismes :

- Miser sur des stratégies visant à développer l'autonomie des personnes : en diversifiant et intensifiant l'information disponible; en favorisant le référencement et l'accompagnement psychosocial; en offrant des formations sur différentes thématiques;
- Améliorer la qualité et la quantité des aliments disponibles : en augmentant la coordination des ressources et la fréquence des dépannages; en misant sur des partenariats avec les supermarchés; en mettant en place des groupes d'achat;
- Favoriser l'accessibilité des services : en couvrant les zones où il y a des « trous de services »; en offrant un service de transport; en rendant plus flexibles les horaires et en maximisant la fréquence des services; en assouplissant les critères d'admission et en favorisant une meilleure coordination entre les services.

Recommandations aux décideurs :

- Agir sur les facteurs structurels liés à l'insécurité alimentaire : en améliorant les prestations d'aide sociale ou en réfléchissant à d'autres mécanismes d'aide (ex. revenu minimum garanti); en réduisant les coûts des logements; en augmentant le financement des organismes d'aide ou d'entraide alimentaire et en assurant sa pérennité (financement au projet vs à la mission).

INTRODUCTION

Soucieuse de pouvoir contribuer à la réflexion sur l'enjeu que représente l'insécurité alimentaire pour la région de l'Outaouais, la Table de concertation sur la faim et le développement social de l'Outaouais (TCFDSO) a entrepris, à partir de 2015, en collaboration avec ses membres et partenaires, de mener une recherche-action à l'échelle régionale. Cette recherche-action, ancrée dans la réalité des territoires et le vécu des communautés, devait permettre d'améliorer la compréhension que nous avons de la situation d'insécurité alimentaire dans la région afin de mieux outiller les acteurs du milieu et les décideurs quant aux stratégies d'intervention à déployer et aux initiatives à mettre en place. Par le développement des connaissances et la mobilisation des communautés, les retombées attendues du projet étaient : 1) d'accroître la capacité des organismes membres de la TCFDSO à mieux répondre aux besoins alimentaires des ménages les plus vulnérables et, 2) de mieux agir, en amont, sur les facteurs qui rendent ces ménages vulnérables.

L'originalité de la démarche de la TCFDSO se trouve dans le type de recherche préconisé, soit une recherche-action dite « participative » qui se réalise *avec* les gens plutôt que *sur* les gens. Tandis que la plupart des recherches qui sont menées sur le sujet offrent un portrait assez souvent « désincarné » de la situation (par exemple, les grands portraits nationaux, les grandes statistiques, les recherches plus théoriques), la TCFDSO a voulu ancrer la réflexion dans la réalité et le vécu des gens qui vivent en situation d'insécurité alimentaire et de ceux et celles qui travaillent en première ligne sur le terrain. En ce sens, la TCFDSO a recueilli des informations inédites et a ainsi produit des résultats qui auront une résonance pour les communautés. Les acteurs du milieu pourront ainsi facilement s'approprier les résultats dans la perspective d'une transformation des pratiques et des approches.

Ce Rapport synthèse présente les résultats de cette recherche-action. Le Rapport est réparti en quatre grands blocs présentant successivement 1) le contexte de la recherche, 2) les principaux concepts utilisés, 3) les résultats des trois volets de la recherche-action, ainsi que 4) les principales recommandations qui en découlent.

LE CONTEXTE DE LA RECHERCHE

L'insécurité alimentaire dans la région de l'Outaouais

Selon les estimations les plus récentes, l'insécurité alimentaire¹ touche 12 500 ménages en Outaouais, soit environ 29 000 personnes (adultes et enfants)². Ces personnes, nous les côtoyons dans les rues de notre quartier, à l'épicerie, au dépanneur, à l'hôpital, au centre local d'emploi, dans les écoles de nos enfants ou de nos petits-enfants. Ce sont des femmes monoparentales qui n'arrivent pas à joindre les deux bouts malgré un ou deux emplois à temps partiel. Ce sont des aînées vivant seules qui n'ont plus d'argent pour manger une fois payés leurs impôts fonciers dans leur quartier en voie de gentrification. Ce sont des familles de réfugiés arrivés ici depuis peu qui peinent à trouver un premier emploi. Ce sont de jeunes étudiants auxquels ils ne restent plus grand-chose une fois le loyer et les frais de scolarité payés...

Selon les mêmes estimations, l'insécurité alimentaire affecte 7 % des personnes de 12 ans et plus et 10 % des personnes de 11 ans et moins en Outaouais. Cela représente respectivement 23 600 personnes de 12 ans et plus et 5 300 enfants (11 ans et moins) qui sont en situation d'insécurité alimentaire dans la région³.

Les données des dernières années sont, par ailleurs, loin de suggérer un renversement de tendance : de la crise financière de 2008 à aujourd'hui, les demandes d'aide alimentaire ont augmenté de 25 % en Outaouais. Cela est d'autant plus inquiétant que près de la moitié des ménages aidés sont des ménages avec enfants et que de plus en plus de ménages issus de la classe moyenne font appel eux aussi aux banques alimentaires. La conjoncture économique, la croissance des emplois précaires et la hausse du coût de la vie (entre autres choses, le coût des logements) sont des causes importantes de l'effritement des facteurs de protection pour les populations vulnérables.

Les organismes qui viennent en aide aux personnes en situation d'insécurité alimentaire font état eux aussi depuis quelques années d'une augmentation

¹ L'insécurité alimentaire est définie comme une situation où « la disponibilité d'aliments sains et nutritionnellement adéquats, ou la capacité d'acquérir des aliments personnellement satisfaisants par des moyens socialement acceptables, est limitée ou incertaine » (Blanchet & Rochette (2011). *Sécurité alimentaire chez les Québécois : une analyse de la situation en lien avec leurs habitudes alimentaires*. Montréal : Institut national de santé publique du Québec).

² Jacques Marleau. « L'insécurité alimentaire dans la région de l'Outaouais selon les Enquêtes sur la santé dans les collectivités canadiennes », Présentation dans le cadre de la Journée de réflexion de la TCFDSO « La faim, c'est l'affaire de tous! », UQO, 20 octobre 2016.

³ *Ibid.*

importante des demandes d'aide alimentaire d'urgence dans un contexte où plusieurs organismes sont confrontés quotidiennement à un manque de denrées à distribuer aux demandeurs. Certaines recherches signalent qu'une grande partie des ménages canadiens vivant en situation d'insécurité alimentaire n'utilisent pas les services d'aide alimentaire conventionnel. En fait, au Canada, parmi les 1 592 410 ménages en situation d'insécurité alimentaire, seulement 349 842 utilisent les services d'aide comme les banques alimentaires⁴. Que pouvons-nous faire face à cette situation? Comment pouvons-nous agir, collectivement, pour mettre fin à la faim en Outaouais?

La Carte communautaire de la faim 2015-2017

La TCFDSO regroupe depuis maintenant 20 ans l'ensemble des organismes et institutions œuvrant en sécurité alimentaire sur le territoire de l'Outaouais. Plusieurs de nos membres accueillent en première ligne les personnes qui vivent la faim au jour le jour et les accompagnent à la fois dans la réponse immédiate à leurs besoins alimentaires et dans le développement de stratégies individuelles et collectives visant la réinsertion sociale et la reprise de leur contrôle sur leur alimentation et leur vie. Plusieurs de nos membres offrent ainsi des activités constituant des alternatives au dépannage alimentaire (entraide alimentaire : cuisines collectives, repas communautaires, jardins communautaires ou collectifs, etc.).

Les organismes membres de la TCFDSO cherchent constamment à renouveler leurs interventions afin de continuer à répondre aux besoins des populations les plus vulnérables de l'Outaouais. Pour renouveler leurs stratégies d'intervention dans le contexte de restructuration institutionnelle en cours et aussi pour appuyer une réflexion collective plus large sur les déterminants de la faim en Outaouais, les membres de la TCFDSO considéraient comme nécessaire de mettre à jour les connaissances en matière de sécurité alimentaire dans la région.

En 2001-2002, la TCFDSO a entamé pour la première fois une recherche-action : la *Carte communautaire de la faim* afin de mieux connaître les besoins des populations locales au plan de l'insécurité alimentaire, d'inventorier les ressources disponibles et de promouvoir une mobilisation locale. L'objectif ultime était d'élaborer un plan d'action régional. Toutefois, aucune mise à jour n'avait été réalisée à ce jour. La TCFDSO a alors décidé de mettre à jour, en 2015, la *Carte communautaire de la faim* dans le but principal de renouveler les connaissances afin d'identifier les stratégies

⁴ Loopstra et Tarasuk, 2015.

d'intervention les plus efficaces pour assurer la sécurité alimentaire dans la région de l'Outaouais et orienter ainsi les organisations membres dans leurs pratiques.

L'approche de recherche qui a été préconisée par la TCFDSO est une approche de recherche-action participative. Les formes de la recherche participative sont multiples, mais elles partagent en général la prise en compte de savoirs non universitaires portés par des acteurs du milieu. On parle aussi de recherche-action dans la mesure où l'objectif, en plus d'accroître les connaissances et de permettre la mobilisation des communautés autour de la question de la sécurité alimentaire, a aussi une visée formatrice et transformatrice, soit l'accomplissement d'une action stratégique en vue de répondre aux problèmes identifiés par la recherche. Ce type d'approche a ceci de caractéristique qu'elle est réalisée *avec* les gens plutôt que *sur* les gens. Ainsi, les communautés sont engagées dans la coproduction de connaissances scientifiques et sociales et aussi de pratiques orientées vers l'action.

Pour atteindre ses objectifs, la TCFDSO a utilisé des méthodes de recherche diversifiées. Sur le plan qualitatif, la TCFDSO a mené des activités de cartographie participative, dont l'objectif était de dresser un portrait de la situation avec les acteurs du milieu quant à l'organisation du territoire sur le plan alimentaire. La TCFDSO a aussi mené des groupes de discussion et des entrevues avec des utilisateurs de services d'aide ou d'entraide alimentaire pour mieux comprendre leur situation ainsi que les facteurs facilitants et les obstacles à leur utilisation de services. Enfin, sur le plan quantitatif, la TCFDSO a recensé le prix des aliments dans différents commerces d'alimentation de la région où se nourrissent les personnes les plus vulnérables sur le plan alimentaire. Cela dans le but de mieux comprendre l'offre alimentaire en fonction des coûts, notamment par la comparaison urbain/rural.

QU'EST-CE QUE L'INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE?

Nous présentons dans cette section les concepts de base dans le domaine de l'insécurité alimentaire. En général, ces concepts se retrouvent dans l'ensemble de la littérature portant sur ce thème et dans la plupart des références retenues. Il y a un certain consensus parmi les chercheurs et les planificateurs, en incluant les organisations internationales, sur les définitions de sécurité et d'insécurité alimentaire, ainsi que sur certains concepts qui leur sont associés.

Les trois types d'insécurité alimentaire ⁵

Le concept de sécurité alimentaire se définit souvent comme étant la possibilité pour un individu d'avoir un accès physique et économique permanent, ou en tout temps, à suffisamment d'aliments pour qu'il puisse mener une vie saine et active en toute dignité⁶. Par contraste, l'insécurité alimentaire est définie comme une situation où « la disponibilité d'aliments sains et nutritionnellement adéquats, ou la capacité d'acquérir des aliments personnellement satisfaisants par des moyens socialement acceptables, est limitée ou incertaine ».⁷

L'insécurité alimentaire est associée à l'utilisation plus ou moins régulière de services offrant une aide alimentaire d'urgence.⁸

En partant d'une situation de **sécurité alimentaire** où aucun ou un seul signe de difficulté d'accès à des aliments en raison du revenu peut exister, trois catégories d'insécurité alimentaire sont distinguées par les chercheurs :

- a) Chez les personnes en situation d'**insécurité alimentaire modérée**, on retrouve des signes qui indiquent que la qualité ou la quantité des aliments consommés est compromise à cause du manque d'argent;
- b) Chez les personnes en situation d'**insécurité alimentaire grave**, on retrouve des signes de réduction de l'apport alimentaire et de perturbation des habitudes alimentaires comme des repas sautés, une consommation réduite d'aliments et, à l'extrême, la privation de repas pendant une journée complète ou plus⁹;
- c) Quant à l'**insécurité alimentaire marginale**, elle désigne les ménages qui indiquent lors de l'Enquête sur la santé des collectivités canadiennes (ESCC) avoir des craintes ou des obstacles pour accéder à des aliments en raison du revenu¹⁰. L'insécurité alimentaire marginale est une catégorie récemment proposée, pour pallier à des limites signalées par certains chercheurs. Ces limites seraient associées à une sous-estimation de l'insécurité alimentaire.

⁵ Les aspects conceptuels et méthodologiques de ce travail ont été examinés dans une revue de littérature commandée par la TCFDSO. Voir van Kemenade, S. (2015) L'insécurité alimentaire au Québec et au Canada. Une recension des écrits.

⁶ Maisonneuve et al., 2014; Blanchet & Rochette, 2011.

⁷ Blanchet & Rochette, 2011, p. 1.

⁸ Maisonneuve et al., 2014.

⁹ Santé Canada, 2012 et Tarasuk et al., 2013, cités dans Maisonneuve et al., 2014.

¹⁰ Maisonneuve et al., 2014.

En outre, d'autres définitions de la sécurité alimentaire tiennent compte aussi de la « dimension nutritionnelle » des aliments¹¹. Cette dimension reflète le besoin de retrouver deux qualités : la sécurité et la qualité nutritionnelle des aliments. Enfin, la « dimension culturelle » de la sécurité alimentaire semble être cruciale lorsqu'il s'agit des populations autochtones¹² et immigrantes.¹³

L'insécurité alimentaire comporte une dimension spatio-temporelle, ce qui veut dire que des individus et des ménages qui sont à un certain moment en sécurité alimentaire peuvent avoir connu l'insécurité alimentaire dans le passé ou vice-versa. Les circonstances reliées à l'emploi, à la maladie, à l'immigration et l'influence des modes de vie traditionnels dans le cas des communautés autochtones déterminent la nature transitoire ou parfois chronique de ce phénomène.¹⁴

Divers concepts sont associés à la sécurité/insécurité alimentaire et sont fréquemment utilisés dans ce rapport. C'est le cas d'environnement alimentaire, de déserts alimentaires et de marais alimentaires, entre autres. Santé Canada (2013) dans son rapport intitulé « Mesure de l'environnement alimentaire au Canada » fournit certaines définitions pour ces concepts que nous présentons ci-dessous.

Selon la source citée, l'environnement alimentaire comprend « certaines caractéristiques de la collectivité, comme le nombre et les types de commerces d'alimentation dans un quartier. On y réfère comme à l'accessibilité géographique aux aliments ».

Les **déserts alimentaires** sont définis comme des « régions où les populations vulnérables ont peu d'accessibilité géographique à des aliments nutritifs ». Par contre, les **marais alimentaires** sont « des régions à faible statut socio-économique où on observe une accessibilité géographique élevée à des aliments non nutritifs », autrement dit, on y retrouve de nombreux commerces offrant des aliments riches en lipides et en calories.¹⁵

Il est aussi intéressant de noter que l'insécurité alimentaire est considérée comme un déterminant de la santé et comme une situation étant à l'origine des disparités de santé. L'insécurité alimentaire récurrente a été associée également à la pauvreté persistante. Les effets de l'insécurité alimentaire sur la santé mentale et physique des personnes touchées sont aussi largement documentés. Chez certains groupes,

¹¹Aliaga & Chaves-Dos Santos, 2014.

¹² Egeland, Pacey, Zirong, & Sobol, 2010; Genuis, Willows, & Jardine, 2015; Skinner, Hanning, Desjardins, & Tsuji, 2013.

¹³ Vahabi & Damba, 2013 ; Galesloot, McIntyre, Fento, & Tyminski, 2012 ; Girard & Sercia, 2013.

¹⁴ *Ibid.*

¹⁵ Santé Canada, 2013.

comme les nouveaux arrivants, l'insécurité alimentaire a des effets négatifs sur la consommation des produits alimentaires sains (par ex. moins de fruits et légumes) et sur la qualité de l'alimentation en général. L'insécurité alimentaire est associée aux changements de l'état de santé et du mode de vie et au développement de maladies chroniques telles que le diabète de type 2 et les maladies coronariennes.¹⁶

L'insécurité alimentaire a aussi été associée à la maladie mentale. Selon certaines études, la prévalence de la maladie mentale est extrêmement élevée chez les Canadiens en situation d'insécurité alimentaire selon un échantillon représentatif de la population¹⁷. L'insécurité alimentaire a été également associée à la dépression et à l'idéation suicidaire. Elle est enfin identifiée comme étant à l'origine de disparités sociales et de la réduction de l'espérance de vie au sein des populations plus vulnérables.¹⁸

Les groupes les plus vulnérables

À l'échelle canadienne, la recherche montre que le fait d'avoir un faible revenu est associé à l'insécurité alimentaire¹⁹. Autrement dit, le risque d'insécurité alimentaire augmente lorsque le revenu familial diminue. La source du revenu est aussi importante, car les ménages percevant des revenus provenant de l'aide sociale sont à un plus haut risque que les personnes percevant des revenus d'autres sources (p. ex. un revenu d'emploi).²⁰

Les familles monoparentales ayant à leur tête une femme, les ménages non-propriétaires de leur logement et les groupes autochtones sont parmi les groupes les plus susceptibles d'être en situation d'insécurité alimentaire. Les Premières nations et les peuples Inuits sont plus sérieusement touchés par l'insécurité alimentaire que le reste de la population canadienne.²¹

Par ailleurs, le fait de travailler ne constitue pas toujours un facteur de protection contre l'insécurité alimentaire. En effet, des chercheurs ont constaté que les ménages canadiens dont le principal soutien de famille présente un plus faible niveau de scolarité ainsi que de faibles revenus étaient beaucoup plus susceptibles

¹⁶ Girard & Sercia, 2013 ; Galesloot et al., 2012.

¹⁷ Muldoon et al., 2013.

¹⁸ Murray et al., 2014.

¹⁹ PROOF, 2015.

²⁰ PROOF, 2015.

²¹ Genuis et al., 2015; Huet et al., 2012.

de faire l'expérience de l'insécurité alimentaire que les ménages ayant un soutien de famille plus éduqué et mieux payé.²²

²² McIntyre, Bartoo, and Emery, 2014.

Familles monoparentales et démunies

Les études faites au Québec identifient des groupes ayant les mêmes caractéristiques que celles repérées à l'échelle canadienne. Ces études montrent que la prévalence de l'insécurité alimentaire est plus élevée chez les familles monoparentales que chez les familles biparentales, notamment chez les familles monoparentales ayant à leur tête une femme.²³ On a constaté aussi que la prévalence de l'insécurité alimentaire est plus élevée dans les ménages composés de personnes vivant seules, les ménages à faible revenu, et les plus démunis matériellement et socialement, entre autres.²⁴

D'autres groupes comme les nouveaux arrivants, les personnes âgées et les communautés autochtones peuvent être aussi plus à risque en ce qui a trait à l'insécurité alimentaire. Nous présentons ci-dessous quelques études qui se sont penchées sur ces groupes.

Les nouveaux arrivants, immigrants et réfugiés

L'insécurité alimentaire affecte une proportion significative d'immigrants, particulièrement les nouveaux arrivants. Les études recensées signalent un recul, voire la disparition de l'insécurité alimentaire dans cette population au fil du temps.²⁵ Toutefois, elle demeure une source élevée d'anxiété, ce qui affecte leur santé de diverses façons.

À Toronto, des chercheurs ont mis l'accent sur les obstacles perçus par les immigrants latino-américains pour accéder à des aliments sains, nutritifs et culturellement appropriés. Les chercheurs ont identifié quatre catégories principales d'obstacles : les ressources financières limitées, les barrières linguistiques, les préférences alimentaires d'ordre culturel et une méconnaissance des ressources disponibles ainsi que des services alimentaires communautaires.²⁶

Le faible revenu était le principal obstacle pour accéder à la quantité et à la qualité de nourriture souhaitée, mais les immigrants qui ont participé à cette étude ont évoqué aussi le coût élevé des produits alimentaires, l'accessibilité des magasins d'alimentation et les coûts de transport, et enfin, un temps limité pour faire l'épicerie en raison des conditions de travail.

²³ Blanchet & Rochette, 2011.

²⁴ Maisonneuve et al., 2014.

²⁵ Girard & Sercia, 2013.

²⁶ Vahabi & Damba, 2013.

Les personnes âgées

Certaines recherches ont porté une attention particulière à des groupes spécifiques comme les personnes âgées. Une étude conduite en Nouvelle-Écosse montre par exemple que les ménages constitués de femmes âgées résidant seules et bénéficiant du régime public de retraite dans cette province ne disposaient pas des fonds nécessaires pour un régime alimentaire nutritif de base.²⁷

Les communautés autochtones

Certaines communautés autochtones et notamment celles de l'Arctique canadien connaissent une expérience généralisée de l'insécurité alimentaire. Les enquêtes auprès des ménages inuits révèlent que plus de la moitié des ménages inuits et 70 % des enfants inuits d'âge préscolaire souffrent d'insécurité alimentaire grave ou modérée.²⁸

D'autres études sur les communautés autochtones portent un regard sur les déterminants de l'insécurité alimentaire ainsi que sur l'association entre l'insécurité alimentaire et certains indicateurs de santé comme l'Indice de masse corporelle (IMC). Ainsi, certaines études ont démontré que les personnes adultes appartenant à des ménages en insécurité alimentaire avaient des indicateurs d'alimentation saine plus faibles (Healthy Eating Index) et consommaient moins de produits laitiers, de légumes et de fruits, de céréales, et obtenaient une plus grande partie de l'énergie à partir des aliments riches en sucre que les adultes de ménages en sécurité alimentaire.²⁹

Les interventions pour lutter contre l'insécurité alimentaire

Dans un contexte d'insuffisance de programmes sociaux, de nombreuses initiatives issues du secteur communautaire émergent. Certains chercheurs distinguent deux types d'interventions : a) les traditionnelles comme les banques alimentaires qui répondent au besoin urgent de nourriture ; b) les alternatives comme les jardins communautaires et les cuisines collectives qui sont orientées vers l'intégration sociale et le développement de réseaux d'entraide.³⁰ Dans les prochaines pages

²⁷ Green-LaPierre et al., 2012.

²⁸ Huet et al., 2012 ; Egeland et al., 2010.

²⁹ *Ibid.*

³⁰ Roncarolo, Adam, Bisset, et Potvin 2015.

nous nous référons indistinctement à ces initiatives comme les ressources d'aide et d'entraide alimentaires ou ressources traditionnelles et alternatives.

LES TROIS VOLETS DE LA CARTE COMMUNAUTAIRE : ÉCOUTER, CARTOGRAPHIER ET RECENSER

Dans cette section, nous présentons les résultats du projet de la Carte communautaire de la faim pour ses trois volets, soit les groupes de discussion et les entrevues individuelles, les activités de cartographie participative ainsi que la recension des prix dans les commerces d'alimentation de l'Outaouais. La présentation des résultats pour chacun des volets est suivie d'une courte analyse qui synthétise les propos.

ÉCOUTER : LES GROUPES DE DISCUSSION ET LES ENTREVUES AUPRÈS DES UTILISATEURS DE SERVICES ET DES GESTIONNAIRES D'ORGANISMES

Les objectifs et les personnes participantes

L'objectif des entrevues et des groupes de discussion était de mieux comprendre la réalité vécue par les personnes vulnérables qui utilisent les ressources existantes d'aide ou d'entraide alimentaire en Outaouais, notamment les facteurs facilitant ou contraignant l'utilisation de ces services. Au total, 16 entrevues individuelles et 4 groupes de discussion ont été réalisés auprès de catégories de population identifiées comme étant plus vulnérables sur le plan de la sécurité alimentaire en Outaouais, soit : les personnes immigrantes et réfugiées; les femmes en situation de monoparentalité; les jeunes adultes³¹ et les personnes âgées.³² La collecte de données ainsi que l'analyse et l'élaboration des rapports partiels ont été faites par Solange van Kemenade (Ph.D., chercheure consultante).

Des entrevues ont aussi été réalisées auprès de gestionnaires d'organismes et d'intervenants. Le but était de mieux connaître les services offerts dans la région ainsi que les facteurs facilitant leur accès et les obstacles qui y nuisent dans la perspective de ces gestionnaires et intervenants.

Ces entrevues et groupes de discussion ont été tenus au courant de l'année 2016-2017. Au total, 40 personnes provenant de la Ville de Gatineau, ainsi que des

³¹ Les jeunes adultes ne font pas partie des groupes de population identifiés par la recherche scientifique comme étant plus vulnérables face à l'insécurité alimentaire, mais ce groupe a néanmoins été inclus dans la recherche puisque les membres de la TCFDSO ont fait état d'une situation de vulnérabilité observée sur le terrain.

³² Un groupe de discussion sera tenu à l'été 2017 avec des personnes autochtones en situation de vulnérabilité alimentaire.

territoires des Collines-de-l’Outaouais, de Papineau, de la Basse-Lièvre, de la Vallée-de-la-Gatineau et du Pontiac ont participé à ces activités. Conformément aux règles d’éthique de la recherche, le consentement libre et éclairé des personnes participantes à cette recherche a été obtenu avant le début de chaque entrevue ou groupe de discussion. L’équipe responsable du travail de terrain et de l’analyse a pris également les mesures nécessaires pour assurer l’anonymat des personnes participantes et la confidentialité de l’information.

Le lecteur trouvera en annexe tous les renseignements supplémentaires quant aux profils des personnes participantes pour les différents groupes de discussion et entrevues (Annexe 1).

Les thèmes abordés

Durant ces entrevues et ces groupes de discussion, huit grands thèmes ont été explorés :

- L’utilisation des ressources en aide ou en entraide alimentaire;
- L’influence de la situation personnelle sur l’utilisation de ces ressources (trajectoire de vie);
- Les facteurs qui facilitent l’accès aux ressources, ainsi que les obstacles;
- Les aspects positifs liés aux ressources reçues;
- Les autres sources de ressources alimentaires;
- Les recommandations et les suggestions pour améliorer les ressources;
- Les stratégies personnelles pour assurer une alimentation de qualité;
- La vision d’avenir quant à l’utilisation des ressources.

Les caractéristiques des participants

Le groupe de discussion auprès de personnes immigrantes ou réfugiées

Les participantes à ce groupe de discussion étaient des femmes immigrantes ou réfugiées. Leur séjour au Canada variait d’un à quarante ans, et leur pays d’origine était l’Afrique, l’Amérique latine ou le Moyen-Orient. Au moment de l’entrevue, elles résidaient toutes dans la ville de Gatineau. Toutes les participantes avaient une très bonne connaissance des ressources en aide alimentaire offertes dans la ville de Gatineau. Elles utilisaient les ressources de dépannage alimentaire d’urgence ou participaient aux cuisines collectives, aux jardins communautaires, aux magasins-partage ou recevaient ou avaient reçu des paniers de Noël.

Le groupe de discussion auprès de femmes en situation de monoparentalité

Les participantes à ce groupe de discussion étaient des femmes chefs de familles monoparentales. Elles résidaient dans la ville de Gatineau et étaient toutes nées au Canada. Les participantes avaient toutes une bonne connaissance des ressources existantes en sécurité alimentaire. Elles utilisaient les ressources de dépannage alimentaire d'urgence de leur centre communautaire (panier et centre de distribution), avaient reçu des paniers de Noël, certaines participaient aux cuisines collectives et aux jardins communautaires et faisaient appel à des magasins-partage pour les achats de fournitures scolaires de leurs enfants et des achats de Noël. À quelques reprises, elles avaient eu recours aux églises locales pour une aide alimentaire.

Le groupe de discussion auprès de jeunes adultes

Les participants à ce groupe de discussion étaient de jeunes hommes et femmes âgés de 18 à 24 ans. Ils résidaient dans la ville de Gatineau et étaient tous nés au Canada. La plupart des jeunes de ce groupe de discussion avaient une très bonne connaissance des ressources alimentaires offertes dans la ville de Gatineau. Ils utilisaient majoritairement les ressources de dépannage alimentaire d'urgence, et notamment celles offertes par les églises.

Le groupe de discussion auprès de personnes âgées

Les participants à ce groupe de discussion étaient âgés de 65 ans et plus (à l'exception d'une participante). Ils étaient majoritairement des femmes et un seul homme, tous nés au Canada. Les participants touchaient majoritairement des pensions du Régime de pensions du Canada (RPC) et vivaient dans des habitations à loyer modique. Ces personnes étaient toutes autonomes mais certaines avaient des difficultés au plan de leur mobilité alors que d'autres souffraient des problèmes de santé chronique. Tous résidaient dans la ville de Gatineau.

Ces personnes connaissaient certaines des ressources en aide alimentaire disponibles dans la Ville de Gatineau. Elles utilisaient ou avaient utilisé notamment la popote roulante, une cuisine collective mise sur pied dans leur voisinage et la Soupe populaire. Le transport à frais modique pour faire l'épicerie et le transport adapté sont souvent utilisés par certains des participants. La discussion a mis en évidence une méconnaissance des critères d'admissibilité pour l'utilisation du dépannage alimentaire (p. ex. les soupes populaires), ainsi que d'autres ressources disponibles (p. ex. transport).

Les personnes utilisatrices de ressources alimentaires (entrevues individuelles)

Les participants de ces entretiens individuels étaient des personnes utilisatrices de ressources d'aide alimentaire ou de ressources d'entraide alimentaire. Cinq bénéficiaient du dépannage alimentaire alors que trois participaient à des activités d'entraide comme les cuisines collectives, les jardins communautaires et l'achat de repas préparés provenant d'une entreprise d'économie sociale.

Tous les participants avaient une bonne connaissance des ressources d'aide alimentaire offertes dans leur région. Cinq participants demeuraient dans la ville de Gatineau alors que les autres personnes résidaient dans la MRC du Pontiac, de Papineau et de la Vallée de la Gatineau.

Les gestionnaires interviewés concernant l'offre de services d'aide et d'entraide pour contrer l'insécurité alimentaire dans la région de l'Outaouais (entrevues)

Les gestionnaires d'organismes rencontrées en entrevue étaient, pour la plupart, les directeurs et les directrices de ces organismes. Dans plusieurs cas, des intervenants de ces organismes ont participé aux entrevues en apportant un complément d'information.

Les limites de l'analyse

D'un point de vue méthodologique, la recherche comporte les limites suivantes :

- a) Conformément avec les critères d'inclusion, les groupes de discussion et les entrevues ont été réalisés, auprès de personnes qui faisaient appel à des ressources en aide alimentaire, ce qui exclut de l'analyse les personnes qui peuvent vivre une situation d'insécurité alimentaire mais qui ne sont pas utilisateurs de ces ressources;
- b) En raison des difficultés dans le recrutement, le nombre de participants pour le groupe de discussion auprès des femmes chefs de familles monoparentales fut faible comparativement aux autres (ce qui limite la portée des résultats obtenus pour cette population. Toutefois, les entrevues individuelles ainsi que les groupes de discussion auprès des femmes immigrantes et des jeunes ont inclus de femmes en situation de monoparentalité ce qui a contribué à trianguler les données ;

La provenance des participants des groupes de discussion. Alors que les entrevues individuelles nous ont permis d'aller à la rencontre de personnes vulnérables de toute la région de l'Outaouais, cela n'a pas été possible pour les groupes de discussion qui se sont tenus tous dans la ville de Gatineau. Des raisons logistiques

liées au transport notamment constituent le motif principal. L'analyse se limite ainsi aux données des groupes de discussion en milieu urbain.

Il importe aussi de rappeler que les constats qui émergent de cette analyse proviennent de groupes de discussion et d'entrevues individuelles, et que ce type de méthode de cueillette de données ne permet pas la généralisation. De cette façon, lorsqu'on lit « Les participants du groupe de discussion des personnes âgées... » vivent une situation quelconque par exemple, on ne peut aucunement dire que toutes les personnes âgées vivent ladite situation; plutôt, on peut en ressortir que les personnes âgées qui étaient présentes au groupe de discussion ce jour-là vivent cette situation. Si les méthodes qualitatives d'enquête utilisées ont certaines limites, ce sont néanmoins des méthodes de recherche qui, lorsqu'utilisées de façon rigoureuse et lorsque plusieurs sources de données sont triangulées dans l'analyse, produisent des données à la fois fortes et fiables.

Les principaux constats tirés des entrevues et des groupes de discussion

Les principaux constats ressortant de l'analyse des entrevues individuelles et des groupes de discussion sont présentés ci-après par catégories de population identifiées comme étant plus vulnérables sur le plan de la sécurité alimentaire en Outaouais.

Constats concernant les facteurs menant à l'utilisation de ressources d'aide et/ou d'entraide alimentaire

Certains facteurs ont un impact sur la nécessité d'avoir recours aux ressources d'aide et d'entraide alimentaires, et ils ne relèvent pas tous de la personne qui demande de l'aide. Parmi les facteurs qui augmentent la propension des gens à utiliser les services d'aide alimentaire, les participants aux entrevues individuelles et aux groupes de discussion ont soulevé les suivants :

Des « événements vulnérabilisant »

Les personnes qui font appel à des ressources d'aide ou d'entraide alimentaire en sont venues là parce que, dans leur trajectoire de vie, un ou plusieurs facteurs ont contribué à les rendre plus vulnérables.

Ainsi, les participantes du groupe de discussion des **personnes immigrantes ou réfugiées** ont souligné l'impact d'événements qui avaient contribué à les fragiliser

financièrement. Par exemple, des problèmes de santé, un divorce ou une séparation, le fait d’avoir un enfant handicapé ou d’être une mère chef de famille monoparentale.

Pour les participantes du groupe de discussion des **personnes âgées** la maladie, les accidents, les chutes, une chirurgie constituent des situations qui déclenchent le recours aux services d’aide alimentaire.

Pour les participants au groupe de discussion des **jeunes adultes**, c’est une trajectoire de vie difficile qui les a fragilisés. Leur parcours de vie est caractérisé, dans la plupart des cas, par un faible soutien parental ou son absence, un très faible niveau de scolarité, de faibles revenus et la parentalité à l’adolescence, entre autres. Cette trajectoire de vie constitue également un élément déterminant dans l’utilisation des ressources en aide alimentaire.

Il est aussi ressorti de plusieurs **entrevues individuelles** avec des personnes utilisatrices de services d’aide ou d’entraide alimentaire que certaines circonstances dans la vie des participants avaient fragilisé leur situation financière et entraîné le recours aux ressources d’aide alimentaire, par exemple une condition de santé physique ou mentale les empêchant de travailler, une situation d’itinérance, une rupture de la vie de couple, un travail saisonnier et temporaire ainsi qu’une blessure au travail.

Un réseau d’entraide faible vers lequel se tourner

Les personnes qui font appel à des ressources d’aide ou d’entraide alimentaire ont généralement, soit un faible réseau social ou ont épuisé la capacité de leur réseau à leur venir en aide.

Pour les **personnes immigrantes ou réfugiées**, la décision de faire appel à des services d’aide ou d’entraide alimentaire est liée à la difficulté pour plusieurs de pouvoir compter sur leur réseau familial. Dans leur pays d’origine, c’est ce réseau qui assure une aide en cas de besoin.

Les participants du groupe de discussion des **personnes âgées** ont souligné que, sur le plan de leur situation familiale, le fait d’être seules ou seuls conditionnait leurs habitudes alimentaires. **D’une part, il y a un risque de gaspillage, car elles ne peuvent consommer tout ce qu’elles préparent. D’autre part, il y a un risque de ne pas se nourrir adéquatement.**

Chez les jeunes adultes, plusieurs recevaient une aide de leur famille ou pouvaient compter sur elles (frais de transport, faible soutien financier), mais d'autres ont signalé ne pas avoir eu du soutien ni dans leur enfance ni plus tard. Certains avaient grandi dans une famille d'accueil et les liens avec la famille biologique étaient inexistants ou conflictuels.

Des facteurs structurels

La faim, il ne faut pas l'oublier, est un symptôme. Un symptôme des défaillances du réseau familial et social des personnes en situation de vulnérabilité alimentaire, mais aussi – dans la société d'abondance qui est la nôtre – un symptôme de défaillance de notre système de protection sociale.

Ainsi, pour les **femmes en situation de monoparentalité**, la raison principale évoquée comme les ayant poussées à faire appel à des ressources en aide alimentaire est, selon elles, les prix élevés des loyers ainsi que l'impossibilité d'accéder à des habitations à loyer modique (HLM et OMH).

Les participants du groupe de discussion des **jeunes adultes** ont souligné le fait que leur prestation d'aide sociale était insuffisante pour subvenir à leurs besoins. Dans ce sens, les ressources de dépannage deviennent cruciales pour les jeunes et, notamment, les jeunes mères de familles monoparentales.

Constats concernant les facteurs qui facilitent l'accès aux ressources d'aide et d'entraide alimentaire

Considérant le fait que moins du tiers des personnes en situation d'insécurité alimentaire font appel aux services d'aide alimentaire disponibles au Canada³³, la question des facteurs qui font obstacle à l'utilisation des ressources et ceux qui facilitent cette utilisation prend toute son importance.

Des « personnes-clés » qui nous amènent vers les ressources

Parmi les facteurs facilitant l'utilisation des ressources en aide alimentaire qui ont été mentionnés par les participants (entrevues et groupes de discussion), la dimension relationnelle a été souvent soulignée, que ce soit dans l'accueil, le référencement ou dans l'accompagnement. Les participants du groupe de discussion auprès de **personnes immigrantes ou réfugiées** ont ainsi souligné que la

³³ Loopstra et Tarasuk, 2015.

présence de personnes clés dans leur entourage (une intervenante, le personnel de l'école de leurs enfants, une amie, etc.) avait joué un rôle important dans leur décision de demander de l'aide. Il est aussi ressorti de plusieurs **entrevues individuelles** réalisées auprès de personnes utilisatrices de services d'aide ou d'entraide alimentaire que les facteurs facilitant l'accès aux ressources en aide alimentaire concernaient principalement l'approche proactive de certains organismes pour faire connaître leurs services, de même que l'accompagnement psychosocial offert.

Un coût faible (en argent et en temps de déplacement)

Certains aspects techniques de l'aide offerte sont aussi considérés comme étant des facteurs facilitant l'accès aux ressources. Les participants du groupe de discussion des **personnes âgées** ont ainsi souligné que le faible coût des repas (popote roulante, soupe populaire et cuisine collective) facilitait leur recours à ces ressources. Cet aspect est aussi considéré comme essentiel pour les **gestionnaires d'organismes** d'aide alimentaire rencontrés en entrevue qui ont souligné que la gratuité ou le faible coût de l'aide alimentaire était un facteur facilitant. Le groupe de discussion auprès de **personnes âgées** a aussi souligné la proximité des services (soupe populaire et cuisine collective) comme étant un facteur facilitant important pour les aînés en raison des problèmes de mobilité qui en affectent plusieurs.

Selon les gestionnaires, parmi les autres facteurs facilitant l'accès aux services, figurent la proximité des points de service pour les personnes vulnérables, ainsi que la flexibilité des horaires d'ouverture. Les **gestionnaires** ont aussi souligné la relation de confiance entre les usagers et le personnel des banques alimentaires, le soutien aux usagers, l'offre de transport ainsi que les activités familiales offertes par certains organismes, de même que la disponibilité de produits alimentaires de qualité comme étant des facteurs facilitant l'accès aux ressources. Les personnes utilisatrices de services rencontrées en **entrevue individuelle** ont aussi souligné que le transport organisé était un facteur facilitant pour l'accès aux ressources.

Constats concernant les aspects positifs des ressources utilisées

Le plus positif, c'est d'exister!

Disons tout d'abord que le principal aspect positif lié aux ressources en aide alimentaire est, pour toutes les personnes et les groupes rencontrés, le fait que ces ressources existent! Cet aspect a, par exemple, été souligné d'emblée par le groupe

de discussion auprès de **personnes immigrantes et réfugiées**. Le fait que de telles ressources n'existaient pas dans leurs pays d'origine leur a fait apprécier de pouvoir avoir recours à une telle aide lorsqu'elles en ont eu besoin au Canada. Le groupe de discussion auprès de **jeunes adultes** a aussi signalé que le principal aspect positif de l'aide alimentaire était son existence même, mais en soulignant cependant que l'accès à ces ressources n'était pas toujours facile pour eux.

Les utilisateurs de ressources rencontrés en **entrevue individuelle** ainsi que les personnes âgées ont convenu également que l'existence même de ressources d'aide alimentaire représentait un bénéfice important en leur permettant de répondre à leurs besoins alimentaires.

L'importance des relations humaines

En ce qui concerne les ressources d'entraide alimentaire, les **personnes immigrantes et réfugiées** ont souligné particulièrement l'importance de la dimension relationnelle et de la création de liens sociaux que permettent ces initiatives (cuisines collectives, jardins communautaires). Ces initiatives constituant un lieu de réseautage apprécié pour les nouvelles arrivantes.

Les participantes du groupe de discussion auprès de **femmes en situation de monoparentalité** ont mentionné comme aspects positifs des ressources utilisées le sentiment d'appartenir à une grande famille, de se sentir en sécurité, de ne pas se sentir jugées et d'être acceptées dans l'organisme qu'elles fréquentent.

Les participantes du groupe de discussion auprès de **personnes âgées** a également soulevé l'importance de la dimension relationnelle. La cuisine collective à laquelle ils participaient leur permettait de rompre l'isolement en socialisant avec voisins et amis, et cela dans un environnement à proximité.

Parmi les aspects positifs des ressources existantes, les utilisateurs de ressources rencontrés en **entrevue individuelle** ont aussi mentionné l'orientation et la référence vers les ressources de leur milieu pouvant répondre à leurs besoins, une source d'apprentissage, le développement d'un réseau social, la relativisation (et dédramatisation) de leur situation en étant en contact avec d'autres. Les autres types de services reçus par les utilisateurs de ressources d'aide alimentaire étaient relatifs aux ateliers et formations portant sur diverses thématiques, l'orientation et la référence vers d'autres services pouvant répondre à leurs besoins, l'accessibilité à des meubles et à des vêtements gratuits ainsi qu'à du matériel essentiel pour les nourrissons.

Constats concernant les obstacles à l'utilisation des ressources d'aide et d'entraide alimentaire

La peur du jugement des autres

Parmi les facteurs qui ont été identifiés comme rendant difficile l'accès aux services d'aide alimentaire par les participants (entrevues individuelles et groupes de discussion), un facteur revenait constamment : la gêne de demander de l'aide, la honte face au jugement des autres. Pour les **personnes immigrantes ou réfugiées** rencontrées en groupe de discussion, devoir faire appel à des ressources de dépannage alimentaire a été vécu avec détresse et avec une certaine honte. Recevoir du dépannage alimentaire d'urgence a eu, disent-elles, des répercussions sur leur estime de soi. À l'opposé, ces personnes ont indiqué que faire appel à des ressources de type entraide alimentaire telles les cuisines collectives ou les jardins communautaires ne causait pas de gêne ou de honte. Elles se disaient satisfaites de ce service et très motivées à y participer.

Dans le même ordre d'idées, plusieurs participants (groupes de discussion et entrevues individuelles) étaient enclins à éviter certaines ressources, comme les soupes populaires ou certains centres de dépannage. Ils jugeaient que les autres personnes qui fréquentent ces endroits ont parfois des comportements qui leur apparaissent problématiques (santé mentale, toxicomanie) et dans lesquels ils ne se reconnaissent pas. Cet aspect était plus présent dans les commentaires issus des groupes de discussion auprès de **jeunes adultes** et auprès de **personnes immigrantes ou réfugiées**. Dans ces deux groupes de discussion, les initiatives alternatives comme les jardins communautaires et les cuisines collectives étaient considérées comme plus valorisantes.

Les obstacles logistiques : ne pas avoir de ressources disponibles à proximité

Le recours aux services d'aide et d'entraide alimentaire est aussi influencé par la capacité des personnes vulnérables à accéder physiquement aux ressources. La question de l'éloignement des centres de dépannage des milieux de vie des personnes, ainsi que le manque de transport en commun vers ces ressources a ainsi été souligné par la plupart des participants et, ce tant par les participants en milieu rural que par ceux habitant en milieu urbain. Les participants du groupe de discussion auprès de **personnes âgées** ont ainsi souligné que l'accès au transport vers les ressources d'aide et d'entraide constituait un problème majeur pour elles en raison de problèmes de mobilité affectant certains d'entre eux. Ces mêmes

personnes ont aussi mentionné que l'existence de listes d'attente pour accéder aux services de livraison de repas à domicile (popotes roulantes) était un obstacle à l'utilisation de ce service, de même que le vieillissement et les problèmes de santé constituent des barrières qui limitent sérieusement leur participation aux activités d'une cuisine collective ou d'un jardin communautaire. Par ailleurs, la disponibilité des services en aide alimentaire et notamment les services de repas à domicile qui les aident à garder une diète équilibrée étaient fort appréciés dans ce groupe.

Les participants au groupe de discussion des **jeunes adultes** ont déploré les difficultés devant être surmontées pour accéder à de l'aide alimentaire dans leur secteur en raison d'une répartition territoriale « confuse » (certains se sont fait dire qu'on ne pouvait pas les aider parce qu'ils n'avaient pas le bon code postal et ont dû faire plusieurs appels avant d'obtenir de l'aide). Les frais (contribution) pour accéder à de l'aide alimentaire ont aussi été mentionnés par les participants de ce groupe de discussion comme un obstacle à l'utilisation de ces ressources.

En ce qui concerne les services d'entraide, la formule des cuisines collectives a été identifiée comme étant exigeante pour les **femmes en situation de monoparentalité**. Des formules allégées de ces initiatives pourraient probablement mieux s'adapter à ces femmes.

Pour les **gestionnaires d'organismes**, les facteurs qui rendent l'accès aux services difficile sont liés aux conditions de santé et aux situations socio-économiques défavorables des usagers. Les facteurs d'ordre culturel (restrictions alimentaires), d'ordre personnel (choix) ou encore l'éloignement géographique et le manque de moyens de transport constituent d'autres obstacles à l'accès aux services des banques alimentaires et d'autres organismes rencontrés.

La qualité des aliments reçus : être pauvre, mais vouloir manger sainement

Le manque de fraîcheur, le manque de variété, l'absence de légumes et de fruits frais dans certains paniers de dépannage, ainsi que la faible qualité nutritive des produits alimentaires reçus par le biais des ressources d'aide alimentaire ont été soulevés à plusieurs reprises par les personnes interviewées et celles qui ont participé aux groupes de discussion. L'insuffisance (quantité) des produits reçus en regard de leurs besoins alimentaires a aussi été signalée par le groupe de discussion auprès de **jeunes adultes**.

Toutefois, les utilisateurs des ressources alternatives semblaient contrôler davantage la qualité et la fraîcheur des aliments que les utilisateurs des ressources

traditionnelles. L'insuffisance des produits reçus et les frais associés à l'obtention du dépannage alimentaire ont également été des contraintes mentionnées par les personnes rencontrées en entrevue individuelle. En ce qui a trait aux ressources d'entraide alimentaire, les enjeux soulevés par ces personnes ont porté sur le manque d'informations disponibles sur les organismes, ainsi que sur les listes d'attente pour participer à un jardin communautaire et pour créer de nouveaux jardins et aussi le fait qu'ils ne soient pas toujours accessibles aux personnes à mobilité réduite et aux personnes âgées.

Les participants au groupe de discussion auprès des personnes âgées appréciaient en général le service de la popote roulante qu'ils recevaient mais certaines critiques ont été formulées au sujet des repas peu variés.

Constats concernant les stratégies individuelles utilisées face à l'insécurité alimentaire

Les stratégies d'achat à bas prix

L'utilisation des circulaires pour identifier les prix les plus abordables, le choix de certaines grandes chaînes d'alimentation qui pratiquent des politiques comme les « prix imbattables », etc. sont les stratégies les plus couramment utilisées par les participantes du groupe de discussion des **personnes immigrantes ou réfugiées** pour assurer une alimentation saine et de qualité pour elles et leurs enfants. La préparation de conserves, les potagers domestiques ou d'autres sources de nourriture traditionnelle ne semblent pas être courants dans ce groupe.

Les stratégies des participantes du groupe de discussion des **femmes monoparentales** pour combler leurs besoins alimentaires sont marquées par l'utilisation d'applications mobiles et d'autres ressources disponibles dans Internet. Elles utilisent également les circulaires et les coupons-rabais, participent à des groupes d'échange de coupons-rabais, optimisent toutes ces ressources, achètent des produits en spécial en plus grande quantité et préparent de la nourriture en grande quantité. Quant aux stratégies personnelles déployées pour mieux assurer l'alimentation, les participantes ont insisté sur l'importance de poursuivre leur stratégie de *couponing* pour obtenir les plus bas prix dans les épiceries.

Les participants au groupe de discussion auprès de **jeunes adultes**, l'achat des produits à bas prix, l'utilisation des circulaires et, dans moins de cas, le soutien de

leur famille, faisaient partie des stratégies utilisées pour subvenir à leurs besoins alimentaires.

Les stratégies utilisées par les **personnes âgées** participant au groupe de discussion pour combler leurs besoins alimentaires sont axées sur l'achat des produits alimentaires lorsqu'ils sont à bon prix, la congélation des portions des plats cuisinés et les conserves maison (moins fréquente). Certains ont aussi mentionné la recherche d'un soutien de leur entourage.

La recherche de sources alternatives de nourriture

Certaines des personnes utilisatrices de services rencontrés en **entrevue individuelle** ont aussi mentionné que la transformation et la conservation d'aliments cultivés dans le potager, ainsi que des activités traditionnelles comme la cueillette et la pêche ou encore la reproduction de recettes apprises dans les cuisines collectives et la préparation de mets en grandes quantités (via les cuisines collectives) représentaient un soutien dans leur alimentation.

La recherche de solutions durables

Parmi les stratégies personnelles mentionnées par les personnes rencontrées en **entrevue individuelle**, afin de mieux gérer leur accès à une alimentation saine, l'intégration au marché du travail, ainsi qu'une meilleure gestion du budget ont aussi été mentionnés.

La vision d'avenir des participants

Les participantes du groupe de discussion des **personnes immigrantes ou réfugiées** se sont montrées optimistes au sujet de leur avenir et espèrent ne pas avoir besoin d'utiliser, à moyen terme, les ressources en aide alimentaire disponibles dans la région. Toutefois, certaines ont signalé que la maladie peut être une contrainte majeure pour envisager un avenir meilleur tout en ayant une autonomie alimentaire. Elles ont souligné l'importance des valeurs et des comportements comme la solidarité et l'entraide qui pourraient les aider à surmonter ces épreuves et à mieux gérer leur accès à une alimentation saine et de qualité.

Les participantes du groupe de discussion des **femmes en situation de monoparentalité** ont montré un optimisme réaliste pour leur avenir. En même temps qu'elles ont des projets qui pourraient les aider à améliorer leur situation,

elles craignaient que le coût de la vie, le manque d'emploi stable et la non-disponibilité des logements à prix modique dans la ville de Gatineau puissent affecter à moyen terme leur capacité d'autonomie alimentaire. En vieillissant, des problèmes de santé pourraient également perturber leurs projets.

Les participants au groupe de discussion des **jeunes adultes** se sont montrés optimistes par rapport à leur avenir tout en espérant ne pas avoir besoin d'utiliser, à moyen terme, les ressources en aide alimentaire disponibles dans la région. Toutefois, certains participants craignaient que le haut coût de la vie puisse affecter leur avenir et, par conséquent, maintenir leur besoin d'aide alimentaire.

Les **personnes âgées** rencontrées ont été unanimes pour signaler qu'elles auront, dans le futur, encore davantage besoin des services en aide alimentaire. Le vieillissement ainsi que la perte d'autonomie accroîtront très probablement leur besoin de ressources et ce, pas seulement au plan alimentaire.

Les utilisateurs de ressources d'aide alimentaire rencontrés en **entrevue individuelle** percevaient leur avenir de manière positive. Que ce soit par l'accès à un niveau d'études supérieur, l'intégration au marché du travail ou la recherche d'un partenaire amoureux, ces derniers désiraient tous améliorer les conditions de vie qui auraient un impact sur leur situation financière et leur sécurité alimentaire. Les participants bénéficiant du dépannage alimentaire souhaitaient ne plus avoir recours aux ressources d'aide alimentaire dans un avenir rapproché, alors que ceux qui participaient à des activités d'entraide alimentaire désiraient poursuivre leur implication au sein de ces dernières.

Les recommandations des participants

Lorsque nous avons demandé aux participants quelles seraient leurs suggestions et recommandations pour améliorer la sécurité alimentaire des personnes vulnérables sur le territoire de l'Outaouais, voici ce que ces personnes nous ont répondu.

Miser sur des stratégies visant à développer l'autonomie des personnes (information, accompagnement et formation)

Parmi les recommandations faites tant par les participants des groupes de discussion que par les utilisateurs de services rencontrés en entrevue individuelle : l'accès à une meilleure information sur les services disponibles fait consensus. Les

participantes du groupe de discussion des **personnes immigrantes ou réfugiées** auraient, par exemple, aimé avoir des informations sur les cuisines collectives dès leur arrivée au pays. Elles auraient aimé aussi avoir accès à de la formation permettant de mieux connaître et de mieux utiliser les circulaires, car cette ressource n'existe pas dans leurs pays d'origine. Il a été proposé que cela se fasse lors de l'arrivée au Canada, dans les cours de francisation, par exemple. Avoir accès à de la formation concernant le développement des connaissances pour préparer un budget et avoir une saine gestion financière fait aussi partie des recommandations émises par les participantes de ce groupe de discussion.

Les participants au groupe de discussion auprès de **jeunes adultes** désiraient eux aussi être mieux informés sur les ressources en aide alimentaire existantes dans leurs quartiers et aussi avoir accès à davantage d'information sur l'utilisation des coupons-rabais. Ils ont suggéré que des coupons-rabais pourraient être ajoutés dans leurs paniers. Ces participants ont aussi proposé de mettre à profit des stratégies d'entraide et de solidarité comme le troc, l'échange de services ou d'habiletés dans certains domaines comme moyens de lutter contre l'insécurité alimentaire. Sur le plan des stratégies personnelles, ces participants aimeraient aussi avoir accès à certaines formations pour améliorer leurs habiletés et leurs compétences (pour l'élaboration et la gestion de leur budget, par exemple) afin de les aider à mieux gérer leur situation financière et à gagner de l'autonomie.

Plusieurs utilisateurs de services rencontrés en **entrevue individuelle** ont, par ailleurs, recommandé que les organismes offrent davantage d'accompagnement psychosocial afin d'éviter le recours continu au dépannage alimentaire.

Les suggestions faites par les participants du groupe de discussion auprès des **personnes âgées** pour améliorer les services en aide alimentaire ont porté sur le besoin d'avoir des épiceries à proximité, des conseils pour mieux planifier leur repas, une plus grande facilité concernant le transport, des échanges intergénérationnels, une meilleure diffusion d'information sur les services existants, et l'intervention des services sociaux et de santé en temps opportun pour la prise en charge des personnes vulnérables.

Améliorer la qualité des aliments disponibles pour les personnes vulnérables

Les utilisateurs de services rencontrés en **entrevue individuelle** ont recommandé, entre autres, d'augmenter la coordination des ressources et la fréquence des dépannages, de miser sur des partenariats avec les supermarchés, de mettre en place des groupes d'achat. Les participants au groupe de discussion auprès de

jeunes adultes ont fait des propositions similaires, mais en ajoutant la mise en place de potagers urbains (même en hiver, sous serre).

Les suggestions du groupe de discussion des **femmes monoparentales** visent à : améliorer la contribution des grandes chaînes d'alimentation en évitant le gaspillage des produits qui pourraient être consommés ; sensibiliser la population sur l'importance de faire des dons tout au long de l'année, et non seulement à certaines occasions comme la période des fêtes, par exemple.

Agir sur les facteurs structurels

Les participants au groupe de discussion auprès de **jeunes adultes** ont recommandé d'améliorer les prestations d'aide sociale et de prioriser les jeunes dans les politiques. Les participantes au groupe de discussion auprès de **femmes en situation de monoparentalité** ont suggéré de travailler à réduire les coûts de logement afin d'accroître le budget disponible pour l'alimentation. Elles ont signalé le besoin de sensibiliser davantage la population à l'importance des dons.

Les recommandations émises par les **gestionnaires d'organismes** sont nombreuses et abordent différents aspects allant des interventions locales à des mesures législatives. Elles sont liées : a) à un meilleur financement de leurs organismes, b) à une gestion améliorée des ressources entre les organismes et les fournisseurs, c) à l'offre des ressources aux usagers et à la réduction des barrières d'accès aux ressources en aide alimentaire, d) à l'implication des chaînes d'alimentation, e) à la sensibilisation de la population, et f) aux déterminants de l'insécurité alimentaire.

Les nouveaux défis du réseau de l'aide alimentaire

Des demandeurs d'aide avec un nouveau profil

Les **gestionnaires d'organismes** d'aide alimentaire rencontrés en entrevue disent desservir une population de plus en plus diversifiée, incluant toutes les catégories d'âge. Les usagers présentent parfois des conditions de santé et des conditions de vie en général d'une extrême vulnérabilité qui nécessitent une prise en charge et un accompagnement exigeants pour ces organismes. La composition sociodémographique des usagers a changé au cours des cinq dernières années selon eux. La proportion de nouvelles catégories de population comme les petits salariés, les étudiants, les hommes seuls, les immigrants et les réfugiés parmi les utilisateurs de ces ressources est à la hausse.

Une demande en croissance

La demande de services est supérieure à l'offre disent les **gestionnaires d'organismes** rencontrés. Ils réclament des ressources supplémentaires, car le nombre d'utilisateurs est en constante augmentation et leurs besoins dépassent le cadre de l'aide alimentaire. Dans certains organismes, le nombre d'inscriptions augmente progressivement de janvier à décembre, jusqu'à atteindre un maximum en décembre. Les utilisateurs s'attendent à un soutien psychosocial et à un accompagnement qui requièrent l'expertise des intervenants. Les utilisateurs ayant des limitations de santé ou une mobilité réduite ont besoin de services de livraison à domicile. Les ressources demandées visent à contrer non seulement l'augmentation du nombre d'utilisateurs (croissance de 10 à 22 % annuellement) mais aussi la diversité des utilisateurs (jeunes, personnes immigrantes et réfugiées, hommes seuls). Les utilisateurs ont des besoins alimentaires, mais également des besoins d'intervention sociale et de prise en charge.

De nouveaux besoins et services

Les **gestionnaires d'organismes** disent avoir mis en place des services connexes pour améliorer la satisfaction des besoins des utilisateurs. Certaines activités ciblent des groupes déterminés (adolescents, jeunes, familles). D'autres sont offertes à l'ensemble des utilisateurs, à leurs proches et aux citoyens en général. Les programmes offerts par les organismes en aide alimentaire génèrent des retombées significatives. Les gestionnaires ont mentionné que cela comprend une bonne connaissance des services offerts de la part des utilisateurs, l'autonomie individuelle, la confiance et l'estime de soi, la responsabilisation, l'établissement de liens sociaux, la réinsertion socioprofessionnelle et l'entraide.

Un manque de financement chronique

Les banques alimentaires souffrent d'un manque chronique de financement disent les **gestionnaires d'organismes** rencontrés. Malgré tous les efforts consentis pour satisfaire les utilisateurs, il n'en demeure pas moins que de nombreuses contraintes obligent continuellement les organismes en aide alimentaire à chercher de nouvelles solutions et à innover. Certains organismes ont mis en place de nouvelles activités pour pallier le manque des ressources financières. D'autres envisagent de le faire. Certaines de ces initiatives s'inscrivent dans l'économie sociale et sont liées à la production et à la commercialisation des produits alimentaires. De plus, les organismes s'orientent vers des services payants comme les formations afin d'atteindre leur autonomie financière.

L'apport des bénévoles

Selon les **gestionnaires d'organismes** rencontrés, les relations entre les utilisateurs, les employés et les bénévoles sont généralement positives dans leur organisme. Les bénévoles constituent un pilier pour les banques alimentaires et leur contribution est inestimable pour offrir le large éventail de services que ces organismes proposent. Cependant, les gestionnaires ont souligné la nécessité d'accompagner les bénévoles et de leur offrir une formation solide sur la structure et le fonctionnement des organismes.

Quelques éléments de synthèse et de réflexion

Sur l'utilisation des ressources d'aide et d'entraide alimentaire

L'aide alimentaire reçue par les personnes interviewées ainsi que par celles qui ont participé aux groupes de discussion provient des banques alimentaires de la région de l'Outaouais, des églises locales et à un moindre degré d'organismes communautaires.³⁴ Cependant, l'utilisation des ressources de dépannage comporte son lot de contraintes : les règles d'attribution et la fréquence des dépannages varient d'un territoire à l'autre; les services de transport sont inégaux d'un territoire à l'autre; le découpage des territoires d'intervention des organismes ne correspond pas toujours ni aux territoires vécus des personnes ni à leurs habitudes.

Les activités d'entraide alimentaire comme les cuisines collectives ou les jardins communautaires permettent à certaines personnes de répondre à des besoins de socialisation, d'insertion et d'apprentissage, mais il s'avère que pour certaines personnes (personnes qui retournent aux études, travailleurs à faible revenu, personnes prises avec des maladies, etc.), l'accès à ces services est plus difficile et limité. L'accès à de l'information sur les services d'entraide alimentaire existants semble déficient : les informations semblent circuler par du « bouche-à-oreille » via les réseaux de contacts existants.

Sur l'influence de la situation personnelle sur l'utilisation des ressources

L'histoire et la trajectoire de vie des personnes rencontrées semblent comporter leurs lots d'événements vulnérabilisant : enfance difficile, déracinement dû à l'immigration, rupture, problèmes de santé physique ou mentale. Si chaque personne a son histoire particulière, elles partagent toutes une même situation de précarité financière. Cette précarité s'explique par une insuffisance des revenus ainsi qu'à l'augmentation générale du coût de la vie. Leurs conditions économiques les rendent donc également vulnérables à l'égard d'autres besoins de base : habitation, vêtements, transport, etc. Certains problèmes sont chroniques (maladie, vieillissement, famille nombreuse, travail précaire, etc.), tandis que d'autres sont conjoncturels (perte d'emploi, retour aux études, ruptures, immigration, etc.).

³⁴ Certaines églises gèrent de services de dépannage alimentaire, d'autres offrent aux personnes dans le besoin des cartes d'achat pour certaines épiceries.

Sur les facteurs qui facilitent l'accès aux ressources

L'accès au dépannage alimentaire ne semble pas poser de problème pour les participants aux groupes de discussion auprès des personnes immigrantes ou réfugiées, des femmes en situation de monoparentalité et des utilisateurs de services rencontrés en entrevue. Les participants au groupe de discussion auprès de jeunes adultes et de personnes âgées ont cependant signalé des difficultés liées soit à la faible disponibilité des services sur leur territoire vécu, soit sur l'accès physique aux endroits où sont dispensés les services.³⁵

Les participants ont tous souligné la dimension relationnelle des services d'aide et d'entraide alimentaire. Soit en parlant de « l'approche proactive » de certains organismes pour faire connaître leurs services », du rôle positif des intervenants pour faciliter l'accès aux ressources de dépannage alimentaire ou encore de l'accompagnement psychosocial ou de la qualité des rapports humains. La dimension relationnelle est un élément facilitant des plus importants soulevés par les participants : être accompagné par une intervenante la première fois; être accueilli chaleureusement par les employés des organismes; se retrouver dans un lieu où l'esprit familial et amical règne et où l'on peut s'identifier aux autres personnes, sont tous des éléments cruciaux à une utilisation des ressources qui est facilitée. Le transport organisé et la gratuité des services semblent aussi être des éléments positifs.

Sur les principaux obstacles à l'utilisation des ressources

Les sentiments de gêne et de honte freinent l'utilisation des ressources de dépannages alimentaires : la façon d'accueillir et de prendre en charge les usagers dans certains points de services représentent des obstacles à l'utilisation des ressources.

L'accès physique aux ressources est parfois difficile compte tenu du découpage territorial des services et de l'absence de services de transport à certains endroits.

Malgré les faibles frais parfois exigés pour l'obtention d'un panier, ceux-ci sont aussi une contrainte à l'obtention d'aide.

La question de la qualité (fraîcheur) et de la quantité des aliments pose aussi des problèmes. Si les organismes distributeurs utilisent ce qu'ils ont entre les mains, la

³⁵ Il est à noter ici que tous les participants de l'échantillon étaient des utilisateurs de services. La recherche sur les facteurs facilitants et les obstacles à l'utilisation des services chez ceux et celles qui n'y font pas appel reste à faire.

grande majorité des participants soulève l'absence de fruits et légumes frais, de viandes aussi. Pour certains groupes de personnes, les denrées reçues ne correspondent pas à leurs habitudes de consommation, à leur connaissance pour la préparation ou tout simplement à leurs goûts culinaires. Notons que les commentaires quant à la qualité des aliments sont différents selon qu'on parle de dépannages alimentaires ou de cuisines collectives et de jardins communautaires.

Sur les aspects positifs liés aux ressources

La grande majorité des personnes reconnaissent que le principal aspect positif lié aux ressources d'aide alimentaire est d'abord leur existence. L'appréciation des ressources est d'autant plus grande lorsqu'on peut y combler aussi d'autres besoins : meubles, vêtements, services psychosociaux et accès à d'autres types de services (ex. formation).

Pour plusieurs, la dimension relationnelle ressort comme étant un aspect très positif. Le contact avec d'autres personnes favorise la création de liens, la relativisation de la situation, l'échange d'information, l'insertion sociale ainsi que le partage de connaissances (notamment interculturelle).

Sur les recommandations et les suggestions des participants

Les participants ont recommandé notamment qu'il y ait une meilleure diffusion de l'information sur les ressources en aide ou en entraide alimentaire existantes, notamment par l'intensification et la diversification des sources d'information. Ils ont aussi recommandé qu'il y ait une meilleure offre en formations pour l'acquisition de connaissances et le développement de compétences pouvant être utile sur le plan de la sécurité alimentaire, notamment pour apprendre à cuisiner ou simplement pour mieux préparer un budget.

Les participants ont aussi recommandé d'améliorer la coordination entre les ressources et l'offre de services, notamment par une meilleure communication et diffusion de l'information, la création de nouveaux partenariats et la mise en place de nouveaux services et l'augmentation de la fréquence de certains services offerts.

Ils ont aussi recommandé d'améliorer l'offre d'aliments frais et de qualité rendue disponible, et ce, notamment en accroissant la contribution des grandes chaînes d'alimentation en évitant le gaspillage de produits qui pourraient être consommés.

CARTOGRAPHIER : L'ORGANISATION DU TERRITOIRE SUR LE PLAN DE LA SÉCURITÉ ALIMENTAIRE

Les exercices de cartographie participative avaient pour objectif de mobiliser les acteurs qui travaillent sur le terrain ainsi que les citoyens et citoyennes qui habitent le territoire autour d'une réflexion commune axée sur la dimension territoriale de l'insécurité alimentaire. Lors des activités, les participants étaient amenés à réfléchir collectivement aux forces et défis en présence sur leur territoire en identifiant sur des cartes représentant les milieux de vie les principaux facteurs de protection et de vulnérabilité qui les caractérisent. La cartographie participative, c'est :

- Une démarche ouverte et inclusive qui donne la parole aux acteurs et intervenants qui travaillent sur le terrain ainsi qu'aux citoyens et citoyennes qui habitent le territoire;
- Un outil de réflexion innovant qui s'appuie sur le vécu, l'expérience et l'expertise-terrain des acteurs du milieu;
- Un outil permettant de rendre visibles des connaissances sociales, culturelles et des pratiques inédites;
- Un outil ciblant les éléments que chaque communauté perçoit elle-même comme importants.

Plus concrètement, les exercices de cartographie doivent permettre de mener une réflexion de fond qui sort des sentiers battus, c'est-à-dire qui s'aventure au-delà des statistiques, des pourcentages et des grands portraits nationaux et provinciaux connus sur la question de l'insécurité alimentaire. C'est enfin une démarche concertée et structurante qui doit permettre de faire ressortir les réalités concrètes et le vécu du territoire sur cet enjeu.

Pour ce faire, les personnes participantes devaient répondre (directement sur la carte), par consensus fait en petit groupe, à des questions explorant 6 grands thèmes (le lecteur trouvera le questionnaire en annexe) :

- Les secteurs les plus problématiques sur le plan de la sécurité alimentaire;
- Le logement;
- Les populations vulnérables;
- Les services d'aide ou d'entraide alimentaire;
- Les commerces d'alimentation;
- Le transport et l'accessibilité.

Au total, 9 exercices de cartographie ont été menés sur l'ensemble du territoire, en milieu rural comme en milieu urbain. Ces exercices ont eu lieu durant l'été 2016 et l'hiver 2017. Nous avons rencontré des acteurs du Pontiac, de la Vallée-de-la-Gatineau, des Collines-de-l'Outaouais, de la Basse-Lièvre, de la Petite-Nation ainsi que de la Ville de Gatineau (Aylmer, Hull, Gatineau Ouest et Gatineau Est). Nous avons tenu compte des « territoires vécus » auxquels les acteurs se sentent « attachés » et envers lesquels ils ont un sentiment d'appartenance. Ces territoires ont été identifiés par les acteurs du milieu eux-mêmes, en collaboration avec le Comité de pilotage du projet.

Dans l'ensemble de la démarche, nous avons rencontré plus d'une cinquantaine d'acteurs du milieu, des intervenants et des gestionnaires d'organismes de la région, mais aussi des citoyens et des citoyennes soucieux de leur environnement et de la qualité du territoire sur le plan alimentaire. Ensemble, les participant-e-s ont travaillé une vingtaine de cartes (voir en annexe), en plus d'avoir menées des centaines de discussions et de réflexions sur l'enjeu que représente pour la région l'insécurité alimentaire. Au-delà des informations et des connaissances qui ont été recensées lors des activités, la démarche a surtout permis d'impulser une mobilisation large à l'échelle régionale porteuse sur le plan des idées et des actions.

Principales forces et limites

La qualité des données recueillies par le biais des exercices de cartographie participative dépendait du niveau de connaissance que détiennent les participants quant à leur territoire ainsi que de la provenance et la diversité des participants présents lors des activités.

Cela constitue à la fois une richesse et une limite des données recueillies. Une richesse, en ce que les données émanent directement de la perception et de l'expérience des participant-e-s quant à leur territoire sur le plan alimentaire, ce qui permet de prendre en compte la dimension « vécue » du territoire. Cela est d'autant plus riche sur le plan des données, que cette dimension est la plupart du temps évacuée des grandes études et des grandes enquêtes qui sont menées sur la question. Cependant, et c'est qui constitue la principale limite, les données recueillies dépendent entièrement des acteurs présents lors des activités. La qualité des données dépend donc de l'expertise-terrain des acteurs et de la diversité des perceptions, d'où aussi l'importance de pouvoir compter sur de multiples « regards ». Or, cela nous a parfois fait défaut. Il y avait une certaine homogénéité entre les participants, la plupart étant des intervenants et des gestionnaires d'organismes œuvrant en sécurité alimentaire

Les principaux constats

L'organisation du territoire, soit la manière dont nous aménageons les espaces dans lesquels nous vivons, que ce soit nos quartiers, nos villes ou nos municipalités, est un enjeu fondamental en ce qui a trait aux facteurs de protection et de vulnérabilité liés à l'insécurité alimentaire. Les décisions que nous prenons en ce qui concerne l'aménagement du territoire, que ce soit sur le plan du logement, du transport ou des services d'aide, ont une incidence directe sur le niveau de bien-être des populations les plus vulnérables.

Les résultats obtenus ont permis, entre autres, d'identifier les secteurs les plus problématiques pour assurer la sécurité alimentaire (les secteurs qui regroupent des populations plus vulnérables et des enjeux liés à l'emploi et au revenu, à la condition physique ou mentale, au bien-être en général, etc.), les déserts ou les marais alimentaires (les secteurs dans lesquels les populations vulnérables ont peu d'accessibilité à des aliments nutritifs ou bien les secteurs où l'on retrouve de nombreux commerces offrant des aliments riches en lipides et en calories comme les *fast-foods*), ainsi que les secteurs ayant des « carences » en termes de services d'aide ou d'entraide, que ce soit au niveau alimentaire ou du logement par exemple. Le lecteur trouvera, dans les tableaux synthèses ci-dessous, les principaux constats qui ont été tirés pour chacun des territoires de l'Outaouais.

Tableau 1. Basse-Lièvre

BASSE-LIÈVRE	
Les secteurs les plus problématiques pour la sécurité alimentaire	• Masson-Angers : Vieux-Masson, Petit-Québec, route 148, rue Du Progrès et Chemin du Quai • Buckingham : secteur centre, secteur sud-ouest et rue Beauchampsville • Val-des-Bois • Notre-Dame-de-la-Salette
Logement	• Qualité : de très bonne (L'Ange-Gardien) à médiocre (Val-des-Bois) • Offre en logements subventionnés : très mauvaise
Populations identifiées comme vulnérables	• Aînés (Notre-Dame-de-la-Salette) • Jeunes et femmes monoparentales (Buckingham et Masson-Angers)
Services d'aide ou d'entraide alimentaire	• Principalement localisés à Buckingham (très peu de services en dehors de la zone urbaine autre que La Mie du Partage) • Service de livraison de repas à domicile pour personnes âgées offert par le Centre Action Générations des Aînés • Bon équilibre entre services d'aide et d'entraide alimentaire (offre diversifiée)
Commerces d'alimentation	• Épiceries concentrées dans Masson-Angers et Buckingham • Offre alimentaire très limitée à l'extérieur : on peut parler de « désert alimentaire » en dehors de la zone urbaine • Les populations vivant dans les périphéries du territoire se déplacent à Buckingham pour faire leur épicerie (parfois près de 30 km pour se déplacer)
Transport et accessibilité	• Transport en commun mauvais ou inexistant • On note cependant le service de livraison à domicile pour les personnes âgées • Mauvaise accessibilité en dehors de la zone urbaine
Priorités identifiées	1. Transport et accessibilité pour les populations en périphérie du territoire (Notre-Dame-de-la-Salette et Val-des-Bois) 2. L'offre de services d'aide ou d'entraide alimentaire en dehors de la zone urbaine

Tableau 2. Collines-de-l'Outaouais

COLLINES-DE-L'OUTAOUAIS	
Les secteurs les plus problématiques pour la sécurité alimentaire	• Poltimore • Saint-Pierre-de-Wakefield • Quyon, Eardley et partie sud de Luskville • East Aldfield et partie sud du Lac Sinclair • Lac-des-Loups • St-Cécile-de-Masham (partie ouest) • Rupert • Alcove
Logement	• Qualité : de très bonne (Chelsea et Cantley) à médiocre (Pontiac et La Pêche) • Offre en logements subventionnés : mauvaise
Populations identifiées comme vulnérables	• Aînés (principalement à Poltimore)
Services d'aide ou d'entraide alimentaire	• Principalement localisé dans les secteurs de La Pêche et Val-des-Monts • Aucun service dans les secteurs vulnérables plus au nord (East Aldfield, Lac-des-Loups et Alcove) • Principalement des services d'aide alimentaire (dépannage alimentaire)
Commerces d'alimentation	• Épiceries concentrées dans les secteurs de La Pêche (Ste-Cécile-de-Masham et Wakefield) et Val-des-Monts (Saint-Pierre-de-Wakefield et Perkins) • Offre très limitée à l'extérieur : on peut parler de « désert alimentaire » pour les secteurs en périphéries (East Aldfield, Lac-des-Loups, Rupert et Alcove) • Les populations vivant dans les périphéries du territoire se déplacent vers Ste-Cécile-de-Masham et Wakefield pour faire leur épicerie • Les personnes les plus vulnérables vont surtout dans les dépanneurs, les <i>fast-foods</i> ou les magasins d'escompte
Transport et accessibilité	• Transport en commun existant : Transcollines (11 lignes au total) • L'accessibilité demeure tout de même difficile en raison de la superficie du territoire et de la distance qui existe entre les municipalités
Priorités identifiées	1. L'offre de services alimentaires (commerces et aide alimentaire) pour les secteurs en périphérie 2. La diversité des services d'aide et d'entraide alimentaire 3. L'accessibilité aux services pour les secteurs en périphérie

Tableau 3. Petite-Nation

PETITE-NATION	
Les secteurs les plus problématiques pour la sécurité alimentaire	• L'ensemble du territoire
Logement	• Qualité : généralement bonne, sauf pour Notre-Dame-de-la-Paix, Namur et Saint-Émile-de-Suffolk • Offre en logements subventionnés : assez bonne, mais l'offre s'adresse majoritairement à des aînés
Populations identifiées comme vulnérables	• Aînés et jeunes familles sur l'ensemble du territoire
Services d'aide ou d'entraide alimentaire	• Principalement localisé à Saint-André-Avellin et Ripon (très peu de services en dehors de ces secteurs) • En général, peu de services d'aide ou d'entraide sur le territoire • On note cependant deux initiatives fort intéressantes : les Villages Nourriciers (Montpellier, Papineauville, Lac-Simon, Ripon, St-André-Avellin) et Frigo Quiroule (un projet de l'Alliance alimentaire Papineau)
Commerces d'alimentation	• Épiceries principalement localisées dans les secteurs au sud du territoire (Thurso, Plaisance, Papineauville, Montebello) • Principalement des dépanneurs dans les secteurs au nord du territoire • Les populations vivant dans les périphéries du territoire se déplacent pour faire leur épicerie (parfois près de 40 km pour se déplacer, notamment pour les gens de Namur et de St-Émile-de-Suffolk qui se rendent jusqu'à St-Jovite)
Transport et accessibilité	• Transport en commun mauvais ou inexistant (sauf pour Masson-Angers et Buckingham) • Service de transport collectif pour Masson-Angers et Buckingham : Coopérative de transport communautaire de Gatineau (offert gratuitement aux participants des organismes pour favoriser l'accessibilité et la participation) • L'accessibilité demeure tout de même mauvaise pour les secteurs au nord du territoire
Priorités identifiées	1. L'offre de services d'aide ou d'entraide alimentaire sur le territoire et, plus particulièrement, pour les secteurs au nord (Namur, Saint-Émile-de-Suffolk et Lac-des-Plages)

Tableau 4. Pontiac

PONTIAC	
Les secteurs les plus problématiques pour la sécurité alimentaire	• L'ensemble du territoire
Logement	• Qualité : plus ou moins bonne • Offre en logements subventionnés : mauvaise
Populations identifiées comme vulnérables	• Aînés
Services d'aide ou d'entraide alimentaire	• Services d'aide et d'entraide localisés à Fort-Coulonge et Campbell's Bay • Offre inexistante à l'extérieur
Commerces d'alimentation	• Épiceries localisées à Fort-Coulonge • Magasin d'escompte à Shawville • Aucune épicerie ailleurs : on peut parler du territoire du Pontiac comme étant un « désert alimentaire » • La plupart des gens se déplacent à Fort-Coulonge ou en Ontario pour faire l'épicerie (les distances à parcourir sont très grandes)
Transport et accessibilité	• Transport en commun inexistant • L'accessibilité est mauvaise sur l'ensemble du territoire
Priorités identifiées	1. Transport et accessibilité 2. L'offre et la diversité de services d'aide et d'entraide 3. L'offre alimentaire en général

Tableau 5. Vallée-de-la-Gatineau

VALLÉE-DE-LA-GATINEAU	
Les secteurs les plus problématiques pour la sécurité alimentaire	• Ste-Thérèse • Montcerf • Grand-Remous • Low • Denholm • Venosta • Kazabazua • Aumond • Bois-Franc • Cayamant • Bouchette • Lac Ste-Marie
Logement	• Qualité : bonne à médiocre (Low, Venosta, Kazabazua, Gracefield et Montcerf) • Offre en logements subventionnés : généralement bonne
Populations identifiées comme vulnérables	• Anglophones (minorité linguistique) • Algonquins
Services d'aide ou d'entraide alimentaire	• Plusieurs jardins communautaires répartis sur le territoire, principalement à Maniwaki • Les services d'aide sont principalement localisés à Maniwaki • Offre très limitée ailleurs sur le territoire
Commerces d'alimentation	• Les épiceries sont principalement localisées à Maniwaki • Très peu de dépanneurs et d'épiceries sur l'ensemble du territoire
Transport et accessibilité	• Transport en commun inexistant • L'accessibilité est mauvaise sur l'ensemble du territoire
Priorités identifiées	1. Transport et accessibilité 2. L'offre de services d'aide ou d'entraide, principalement pour les secteurs situés au nord du territoire 3. La fréquence et l'horaire quant aux services d'aide alimentaire

Tableau 6. Aylmer

AYLMER	
Les secteurs les plus problématiques pour la sécurité alimentaire	• Secteur environnant la rue Deschênes • Secteur entre Boulevard des Allumetières, Chemin Eardley et Rue Principale
Logement	• Qualité : plus ou moins bonne • Offre en logements subventionnés : bonne, mais répartition inégale (aucun dans le secteur Deschênes)
Populations identifiées comme vulnérables	• Principalement des aînés
Services d'aide ou d'entraide alimentaire	• Quelques jardins communautaires • Services d'aide et d'entraide (dépannage alimentaire, cuisines collectives, accompagnement, soutien psychosocial) • Répartition inégale des services entre les quartiers Deschênes et McLeod • Prochainement : point de service du Marché mobile dans les secteurs Deschênes et McLeod
Commerces d'alimentation	• Principalement des dépanneurs et <i>fast-foods</i> sur le territoire • Les épiceries sont principalement localisées dans le quartier McLeod
Transport et accessibilité	• Accessibilité généralement bonne aux services et commerces • Transport en commun (STO)
Priorités identifiées	1. L'offre de services d'aide ou d'entraide pour le secteur Deschênes 2. Logements subventionnés pour le secteur Deschênes

Tableau 7. Hull

HULL	
Les secteurs les plus problématiques pour la sécurité alimentaire	• Île de Hull • Quartier Jean-Dallaire • Quartier Daniel-Johnson • Quartier Mutchmore
Logement	• Qualité : moyenne à médiocre • Offre en logements subventionnés : plus ou moins bonne (carence dans le quartier Mutchmore)
Populations identifiées comme vulnérables	• Aînés • Personnes immigrantes • Familles monoparentales
Services d'aide ou d'entraide alimentaire	• Bonne diversité de services d'aide et d'entraide alimentaire (dépannage, cuisines collectives, accompagnement, soutien psychosocial) • Services d'aide principalement localisés sur l'Île de Hull
Commerces d'alimentation	• Île de Hull : quelques épiceries ethniques et un magasin d'escompte, mais surtout des dépanneurs et <i>fast-foods</i> (on peut parler de « marais alimentaire ») • Quartier Jean-Dallaire : aucune épicerie à proximité et très peu de commerces (on peut parler de « désert alimentaire ») • Quartier Daniel-Johnson : aucune épicerie à proximité, seulement des dépanneurs et <i>fast-foods</i> (on peut parler de « marais alimentaire ») • Quartier Mutchmore : Plusieurs épiceries et <i>fast-foods</i> en périphérie (sur Boulevard St-Joseph)
Transport et accessibilité	• Accessibilité aux commerces : bonne (Mutchmore) à mauvaise (Daniel-Johnson, Île de Hull et Jean-Dallaire) • Transport en commun (STO), mais tarifs élevés (identifié comme un frein à l'utilisation)
Priorités identifiées	1. Accessibilité aux épiceries (Daniel-Johnson, Île de Hull et Jean-Dallaire) 2. Diversité dans l'offre alimentaire (Daniel-Johnson, Île de Hull et Jean-Dallaire) 3. Logements subventionnés (quartier Mutchmore)

Tableau 8. Gatineau Ouest

GATINEAU OUEST	
Les secteurs les plus problématiques pour la sécurité alimentaire	• Secteur au sud du Boulevard Gréber (vers la rivière) • Secteur au nord-ouest du Boulevard Maloney
Logement	• Qualité : plus ou moins bonne • Offre en logements subventionnés : bonne, mais répartition inégale (carence dans le secteur à l'ouest du Boulevard Maloney)
Populations identifiées comme vulnérables	• Aînés • Personnes immigrantes
Services d'aide ou d'entraide alimentaire	• Services principalement localisés dans le secteur au sud du Boulevard Gréber (aucun service dans le secteur au nord-ouest du Boulevard Maloney) • Bonne diversité de services (aide et entraide), mais répartition inégale entre les secteurs vulnérables
Commerces d'alimentation	• Grande quantité de <i>fast-foods</i> sur le Boulevard Gréber • Les épiceries sont principalement localisées le long des grandes artères (Boulevard Maloney et Boulevard St-René Ouest) • Quelques magasins d'escompte
Transport et accessibilité	• Accessibilité généralement bonne aux services et commerces • Transport en commun (STO)
Priorités identifiées	1. L'offre de services d'aide et d'entraide pour certains secteurs (répartition inégale sur le territoire) 2. L'offre en logements subventionnés pour le secteur à l'ouest du Boulevard Maloney

Tableau 9. Gatineau Est

GATINEAU EST	
Les secteurs les plus problématiques pour la sécurité alimentaire	• Secteur au sud du Boulevard St-René (entre Montée Paiement et Boulevard Lorrain) • Quelques zones au nord du Boulevard St-René (entre Montée Paiement et Boulevard Lorrain)
Logement	• Offre en logements subventionnés : plus ou moins bonne (carence dans le secteur au nord du Boulevard Maloney)
Populations identifiées comme vulnérables	• Aînés • Familles monoparentales
Services d'aide ou d'entraide alimentaire	• Quelques services d'aide et d'entraide alimentaire dans les secteurs les plus vulnérables
Commerces d'alimentation	• Grande quantité de dépanneurs et de <i>fast-foods</i> le long du Boulevard Maloney • Les épiceries sont principalement localisées dans les périphéries (Montée Paiement)
Transport et accessibilité	• Accessibilité généralement bonne aux services d'aide et d'entraide • Accessibilité mauvaise aux épiceries • Transport en commun (STO)
Priorités identifiées	1. L'offre en logements subventionnés dans le secteur au nord du Boulevard Maloney 2. L'offre alimentaire généralement déficiente (répartition inégale entre les secteurs)

Quelques éléments de synthèse et de réflexion

Pour chacun des territoires de l'Outaouais, nous avons identifié quelques obstacles à la sécurité alimentaire. Certains obstacles sont spécifiques à certaines réalités et dynamiques territoriales (urbain vs rural), tandis que d'autres les recoupent tout simplement. Les principaux obstacles à la sécurité alimentaire que nous avons identifiés sont :

- 1) Offre de logements subventionnés déficiente dans plusieurs secteurs urbains et municipalités rurales;
- 2) « Trous de services » d'aide ou d'entraide alimentaire dans certains secteurs ruraux et urbains plus vulnérables sur le plan alimentaire;
- 3) La présence de « marais » ou de « déserts alimentaires » dans certains secteurs en milieu rural et urbain ;
- 4) Transport déficient et accessibilité mauvaise dans plusieurs secteurs urbains et municipalités rurales.

Logements subventionnés

Nous savons que le poste budgétaire dédié à l'alimentation est la partie la plus élastique du budget des personnes et des ménages à faibles revenus. Autrement dit, une fois payés les frais fixes (loyer, électricité/chauffage, téléphone) et les frais variables mais essentiels (transport si on doit se déplacer pour aller travailler, vêtements, etc.), le budget de l'alimentation est celui que les ménages ajustent en fonction de ce qui reste. Le budget dédié à l'alimentation est aussi celui qui est le plus touché en cas de choc budgétaire, c'est-à-dire en cas d'une augmentation non prévue des dépenses (par exemple : hausse du loyer, augmentation du prix de l'essence, coûts des médicaments en cas de maladie, etc.) sans augmentation équivalente des revenus ou en cas de diminution imprévue des revenus (par exemple : perte d'emploi ou réduction de salaire, etc.). De plus, comme les ménages à faibles revenus n'ont pas d'épargne ou en ont peu, la capacité de faire face aux chocs budgétaires est généralement faible.

Un fait intéressant à noter, dans le Bilan-Faim 2016, est que la majorité des personnes aidées au Québec habitent un logement issu du secteur privé (68,7 % des demandeurs), tandis qu'une part minoritaire (17,3 % des demandeurs) bénéficie d'un logement subventionné. En Outaouais, c'est 60,1 % des demandeurs qui sont des locataires de logements privés, alors que 27,2 % des demandeurs sont plutôt locataires de logements sociaux ou communautaires (Bilan Faim, 2016). La présence de logements abordables dans les zones les plus à risque sur le plan alimentaire constitue donc un important facteur de protection. Or, sur le territoire

de l'Outaouais, on remarque que certaines zones très vulnérables qui constituent des « poches de pauvreté » ont une offre déficiente en logements abordables, ce qui tend à augmenter considérablement la vulnérabilité des gens qui y vivent.

Une offre adéquate de logements sociaux et communautaires sur un territoire donné pourrait avoir des retombées concrètes sur la qualité de vie des populations les plus vulnérables, notamment l'augmentation du poste budgétaire dédié à l'alimentation, la prévention de l'itinérance, la cohésion sociale, la mixité sociale, la stabilité des personnes à faible revenu et même l'amélioration de la santé physique et mentale de manière générale³⁶. Comme champ de compétences qui appartient aux municipalités et aux villes, l'habitation représente donc, pour les décideurs, un levier important et surtout accessible à partir duquel ils peuvent travailler pour agir directement sur l'un des obstacles majeurs à la sécurité alimentaire.³⁷

La répartition territoriale des services d'aide ou d'entraide alimentaire

Lorsqu'on regarde le portrait général dressé pour la région en ce qui a trait à l'offre de services d'aide ou d'entraide alimentaire, on remarque d'abord que la majorité des services sont localisés dans quelques municipalités et quelques secteurs de la Ville de Gatineau. Bien que ces secteurs et municipalités aient été identifiés comme étant des endroits propices pour l'aide et l'entraide alimentaire, ce qui constitue un aspect positif en soi, ils sont très souvent sous-représentés ailleurs, ce qui mène à une répartition inégale des services à travers le territoire. En milieu rural, par exemple, on retrouve peu de services dans les périphéries des MRC (Basse-Lièvre, Collines, Petite-Nation, Pontiac, Vallée), pourtant considérées comme des zones vulnérables. Même si la réalité territoriale peut être différente en milieu urbain, on constate que pour certains secteurs de la Ville de Gatineau, des zones identifiées comme étant problématiques sur le plan alimentaire ont une offre déficiente en termes de services d'aide ou d'entraide. On peut alors parler de « trous de services » pour certains secteurs, que ce soit en milieu rural ou en milieu urbain.

On remarque aussi, d'autre part, que la majorité des services sont de type « traditionnels » ou services d'aide, comme les banques alimentaires, et répondent à un besoin urgent en nourriture. Les services dits « alternatifs » ou d'entraide, comme les jardins communautaires, les groupes d'achat ou les cuisines collectives, qui sont orientés vers l'accompagnement psychosocial, l'intégration sociale et le développement de compétences et de réseaux d'entraide, sont présents sur le territoire, mais de manière moins importante. De plus, l'arrimage entre les services

³⁶ Centre de recherche sociale appliquée, 2016.

³⁷ TCFDSO, 2017.

de type traditionnels et alternatifs est la plupart du temps défaillant (pour toutes sortes de raisons : manque de ressources, manque de financement, manque de temps, etc.).

L'offre alimentaire commerciale

Pour chacun des territoires de l'Outaouais, on remarque une répartition inégale, en termes d'emplacement géographique, des épiceries et des supermarchés. Bien que cette réalité affecte principalement les zones rurales de l'Outaouais, elle est aussi observable dans les zones urbaines. Par exemple, dans les secteurs de Gatineau Ouest et Est, les épiceries sont, la plupart du temps, localisées près des grandes artères, alors que dans les milieux de vie locaux, on retrouve surtout des dépanneurs et des *fast-foods*. On observe le même phénomène en milieu rural, quoiqu'à une échelle différente. On remarque que les commerces d'alimentation (principalement les épiceries) sont localisés dans quelques municipalités, alors que dans les périphéries on retrouve surtout des commerces de proximité conventionnels (dépanneurs, *fast-foods*, petites épiceries), ayant la plupart du temps une offre limitée d'aliments sains et nutritifs (légumes, fruits, aliments frais, etc.). En général, les dépanneurs et les petites épiceries offrent un éventail d'aliments à haute teneur calorique au détriment d'une alimentation équilibrée et de la sécurité alimentaire. On note, par ailleurs, qu'un grand nombre de dépanneurs sur un territoire est associé à une consommation plus faible en fruits et légumes. De plus, les prix des aliments dans les commerces de proximité sont généralement plus élevés que dans les supermarchés ou les commerces à grande surface.³⁸

Transport et accessibilité

L'accès physique à une nourriture suffisante, saine et nutritive constitue un facteur important pour assurer la sécurité alimentaire. Comme plusieurs régions du Québec, l'Outaouais est un vaste territoire qui pose son lot de défis en termes d'accessibilité et de transport.

Depuis les dernières décennies, les supermarchés ont eu tendance à désertier les milieux de vie pour se rapprocher du réseau routier supérieur (grandes artères et autoroutes).³⁹ « Ils participent ainsi à la consolidation de pôles commerciaux dépendants de l'automobile, soutiennent l'étalement urbain, et nuisent au

³⁸ Ministère de la Santé et des Services sociaux. « Améliorer l'offre alimentaire dans les commerces de proximité situés dans les secteurs défavorisés (dépanneurs, pharmacies, petites épiceries, etc.) », 2015.

³⁹ Vivre en Ville. « Bâtir au bon endroit : la localisation des activités et des équipements au service des collectivités viables », 2013.

renforcement des centralités existantes, où les petits commerces alimentaires peinent à survivre ou ferment carrément leurs portes. Cette tendance contribue à la diminution de l’accessibilité géographique de l’alimentation, voire, dans certains cas, à la création de déserts alimentaires. »⁴⁰

Le territoire de l’Outaouais, par sa superficie et sa répartition démographique (Gatineau/milieu rural) rend l’accessibilité aux commerces d’alimentation et aux services d’aide alimentaire plus difficile. On retrouve un certain nombre de déserts ou de marais alimentaires sur le territoire, ainsi que des « trous de services » qui tendent à vulnérabiliser encore plus certaines populations déjà fragilisées, notamment les gens à faibles revenus, les personnes âgées ou à mobilité réduite, ou encore les personnes n’ayant pas accès à un véhicule motorisé. Certaines populations deviennent donc « captives » de leur secteur de résidence et leur alimentation passe surtout par l’offre de services de proximité comme les dépanneurs, les *fast-foods* ou les petites épiceries ayant une faible diversité d’aliments, la plupart du temps à faible valeur nutritive.

⁴⁰ Vivre en Ville. « Collectivités viables », <http://collectivitesviables.org/articles/systeme-alimentaire-durable/>.

RECENSER : L'OFFRE ALIMENTAIRE EN FONCTION DES COÛTS

Le Comité de pilotage du projet de recherche-action de la Carte communautaire de la faim a choisi d'inclure une recension des prix des aliments dans la collecte de données du projet afin de répondre à une demande de données probantes à ce sujet par les membres de la TCFDSO. Étant donné les moyens limités de la TCFDSO pour mener à bien le projet dans son ensemble et le type de données que les membres voulaient obtenir, il a été décidé de procéder à une recension des prix non pas dans l'ensemble des marchés d'alimentation de l'Outaouais, mais bien dans les magasins où les personnes vulnérables de la région faisaient effectivement leurs achats. L'objectif de la recension des prix était de se donner collectivement des outils pour réfléchir sur la question de l'accès économique aux aliments dans les zones de concentration de personnes vulnérables au plan de la sécurité alimentaire.

La grille d'enquête

Dans un premier temps, une grille de recension des prix a été adaptée à partir de celle utilisée par le Dispensaire diététique de Montréal (DDM, 2016). Cette grille a été modifiée en tenant compte d'éléments issus de l'expérience terrain de Josée Poirier Defoy, coordonnatrice du Regroupement des cuisines collectives de Gatineau (RCCG) et de Catherine Plaziac, nutritionniste et agente de planification, de programmation et de recherche à la Direction de la Santé publique (CISSS de l'Outaouais), ainsi que du document « Caractériser l'offre alimentaire dans les magasins d'alimentation: une analyse des instruments de mesure existants » (INSPQ, 2015).

L'échantillon

Il a été déterminé que la recension des prix devait avoir lieu dans chaque territoire rural de l'Outaouais et dans chaque secteur de la Ville de Gatineau et devait couvrir à la fois des supermarchés, des magasins d'escompte et des dépanneurs. Ce sont les membres de la TCFDSO qui, dans chaque secteur et territoire, ont déterminé quels commerces feraient l'objet d'une recension des prix, et ce, en fonction du critère central de l'utilisation de ces magasins par les personnes vulnérables de leur secteur/territoire pour l'achat d'aliments.

Nous avons tenté d'avoir une certaine homogénéité en termes de type de commerces recensés sur chacun des territoires/secteurs, mais nos ressources

limitées et la faible disponibilité de bénévoles dans certains secteurs/territoires au moment de la recension ont limité la recension des prix. Le tableau qui suit présente les informations concernant le type de commerces recensés par territoire/secteur. Au total, nous avons recensé les prix des aliments de notre panier nutritif dans 41 commerces de l’Outaouais, soit 21 commerces en milieu urbain et 20 commerces en milieu rural.

Il est à noter aussi que le Comité de pilotage du projet a décidé que les noms des commerces recensés ne seraient pas divulgués ni les prix associés à un territoire/secteur en particulier. La recension des prix a été réalisée les 26 et 27 septembre 2016 et a été coordonnée par Louis-Philippe Sirois, alors chargé de projet de la Carte communautaire de la faim.

Tableau 10. Échantillon des commerces pour la recension des prix

	Supermarchés	Magasins d’escompte	Dépanneurs	Total
Ville				
Aylmer	1	2	2	
Hull	2	2	2	
Gatineau Ouest	0	1	1	
Gatineau Est	2	1	1	
Buckingham	1	2	1	
TOTAL - VILLE	6	8	7	21
Rural				
Petite-Nation	2	0	0	
Basse-Lièvre rural	0	0	1	
Collines	3	1	2	
Pontiac	2	1	0	
Vallée-de-la-Gatineau	5	1	2	
TOTAL - RURAL	12	3	5	20
Grand Total	18	11	12	41

Les tableaux synthèses

Pour bien lire les tableaux synthèses qui suivent, veuillez noter :

- 1) Que les prix recensés sont les prix réguliers et non les spéciaux;

- 2) Que plus le chiffre est élevé dans la colonne « Format repère non trouvé », plus il faut prendre le prix recensé à titre indicatif. Ce fut une des difficultés de l'analyse des données : plusieurs des formats repères utilisés dans la grille ne se retrouvaient pas dans les commerces, ce qui a rendu la comparaison entre produits fort difficile;
- 3) Que les cases vides indiquent que l'aliment n'était pas disponible dans le commerce.

Tableau 11. Recension des prix dans les supermarchés. Moyennes et comparaison urbain-rural

					Supermarchés			
	Groupes alimentaires	Format repère	Prix repère Montréal (DDM, janv 2016)	Format repère non-trouvé	Moyenne Urbain n=6	Moyenne Rural n=12	Différence Urbain-Rural \$	Différence Urbain-Rural %
Légumes et fruits	Oranges	1kg	3,67 \$	6	3,20	6,44	3,25	102%
	Pommes	1kg	3,31 \$	5	3,20	5,48	2,28	71%
	Bananes	1kg	1,74 \$	2	1,52	2,09	0,57	38%
	Cantaloup	1kg	2,77 \$	10	2,09	4,55	2,46	118%
	Carottes	2,27 kg	4,99 \$	7	3,81	5,04	1,23	32%
	Oignons	908 g	1,89 \$	6	1,67	1,78	0,11	7%
	Céleri	1 unité	3,99 \$	1	1,15	2,05	0,89	78%
	Brocoli	1 unité	3,99 \$	1	1,55	2,91	1,36	88%
	Laitue	1 unité	3,99 \$	2	1,16	2,63	1,47	127%
	Chou	1kg	0,99 \$	2	1,13	1,97	0,84	74%
	Tomates	1kg	7,69 \$	4	2,91	6,20	3,29	113%
	Tomates en conserve	796 ml	1,49 \$		1,08	1,89	0,81	74%
	Maïs en grains en conserve	540 ml	1,59 \$	3	1,27	1,87	0,60	47%
	Macédoine surgelée	1 kg	3,29 \$	7	3,34	3,49	0,15	5%
	Pomme de terre	4,54 kg	4,99 \$	4	4,98	5,55	0,57	12%

Produits céréaliers	Pain de blé entier	675 g	2,99 \$	1	2,66	3,60	0,94	35%
	Pain hot dog ou blanc (1)	12 unités	2,89 \$		2,52	3,04	0,52	21%
	<i>Shredded Wheat</i>	550 g	4,99 \$	5	4,18	4,94	0,76	18%
	Flocons de son	450 g	3,89 \$	4	2,60	2,98	0,38	15%
	Gruau rapide	1 kg	3,49 \$		2,57	3,63	1,06	41%
	Riz à grains longs	900 g	3,99 \$		3,37	3,77	0,40	12%
	Macaroni / spaghetti	900 g	2,29 \$	1	1,91	2,94	1,03	54%
	Farine tout usage	2,5 kg	4,29 \$		3,96	6,13	2,17	55%
	Farine de blé entier	1 kg	2,99 \$	6	1,77	4,46	2,69	152%
Lait et substituts	Lait 3,25 % m.g.	4 litres	6,45 \$		6,58	6,96	0,38	6%
	Lait 2 % m.g.	4 litres	6,21 \$		6,33	6,66	0,33	5%
	Cheddar doux	300 g	4,19 \$	13	4,22	5,79	1,58	37%
	Mozzarella	300 g	4,19 \$	12	4,26	6,06	1,80	42%
Viandes et substituts	Boeuf haché mi-maigre	1kg	14,99 \$	3	11,49	14,49	3,00	26%
	Boeuf intérieur de ronde	1kg	18,37 \$	1	16,11	19,91	3,80	24%
	Boeuf en cubes (à ragoût)	1kg	17,61 \$	2	17,27	16,78	(0,49)	-3%
	Côtelettes de longe de porc	1kg	12,98 \$	2	9,04	12,61	3,57	40%
	Jambon fumé désossé	1kg	11,00 \$	4	13,20	8,75	(4,45)	-34%
	Cuisses de poulet avec dos	1kg	6,37 \$	2	6,13	6,91	0,78	13%

	Filets surgelés de sole - aiglefin - tilapia	900 g	114,15 \$	11	12,81	14,33	1,52	12%
	Thon pâle en conserve	170 g	1,49 \$	1	1,55	2,64	1,09	71%
	Saumon rose en conserve	213 g	2,49 \$		2,08	3,57	1,49	72%
	Œufs, catégorie A, gros	1 douzaine	3,39 \$		2,75	3,46	0,71	26%
	Beurre d'arachide	500 g	4,99 \$		3,26	4,38	1,12	34%
	Fèves au lard en conserve	398 ml	1,19 \$	3	0,91	1,44	0,53	58%
	Haricots rouges en conserve	540 ml	1,29 \$		0,99	1,59	0,60	61%
	Pois chiches en conserve	540 ml	1,29 \$		0,99	1,45	0,46	46%
	Lentilles sèches	400 g	0,95 \$	9	1,30	1,74	0,45	34%
	Haricots blancs secs	454 g	1,31 \$	7	1,73	2,29	0,56	32%
	Haricots rouges secs	454 g	1,66 \$	6	1,59	2,95	1,36	85%
	Pois jaunes cassés secs	454 g	1,00 \$	5	1,49	1,84	0,35	24%
Autres	Beurre	454 g	4,79 \$		3,71	5,36	1,65	44%
	Margarine non-hydrogénée	454 g	2,69 \$	1	2,33	2,48	0,15	6%
	Huile végétale (canola)	946 ml	3,99 \$	1	3,40	4,88	1,48	44%
	Sucre blanc granulé	2 kg	3,39 \$	1	2,87	3,59	0,72	25%
	Préparation commerciale pour nourrisson, poudre	730 g	21,89 \$	8	18,17	24,13	5,96	33%
	Céréales enrichies de fer pour bébés	227 g	4,49 \$		3,77	5,10	1,33	35%

Tableau 12. Recension des prix dans les magasins d'escompte. Comparaison urbain-rural

					Magasins d'escompte			
	Groupes alimentaires	Format repère	Prix repère Montréal (DDM, janv 2016)	Format repère non-trouvé	Moyenne Urbain n=8	Moyenne Rural n=3	Différence Urbain-Rural \$	Différence Urbain-Rural %
Légumes et fruits	Oranges	1kg	3,67 \$	3	2,91	3,27	0,36 \$	12%
	Pommes	1kg	3,31 \$	3	2,43	2,90	0,47 \$	19%
	Bananes	1kg	1,74 \$	3	2,07	1,69	(0,38 \$)	-18%
	Cantaloup	1kg	2,77 \$	1	5,43	2,57	(2,86 \$)	-53%
	Carottes	2,27 kg	4,99 \$	4	2,11	2,96	0,85 \$	40%
	Oignons	908 g	1,89 \$	3	1,40	1,13	(0,27 \$)	-19%
	Céleri	1 unité	3,99 \$		1,24	1,64	0,40 \$	32%
	Brocoli	1 unité	3,99 \$		1,00	1,81	0,82 \$	82%
	Laitue	1 unité	3,99 \$		1,35	1,50	0,16 \$	12%
	Chou	1kg	0,99 \$	3	1,05	1,76	0,71 \$	67%
	Tomates	1kg	7,69 \$	4	3,44	4,09	0,65 \$	19%
	Tomates en conserve	796 ml	1,49 \$	2	1,27	1,53	0,26 \$	20%
	Maïs en grains en conserve	540 ml	1,59 \$	4	1,39	1,10	(0,29 \$)	-21%
	Macédoine surgelée	1 kg	3,29 \$	4	3,51	3,41	(0,10 \$)	-3%
	Pomme de terre	4,54 kg	4,99 \$	1	3,97	4,46	0,49 \$	12%
	Pain de blé entier	675 g	2,99 \$		2,72	2,77	0,05 \$	2%

Produits céréaliers	Pain hot dog ou blanc (1)	12 unités	2,89 \$	1	3,26	3,15	(0,11 \$)	-3%
	<i>Shredded Wheat</i>	550 g	4,99 \$	2	4,13	4,06	(0,06 \$)	-2%
	Flocons de son	450 g	3,89 \$	1	4,50	3,99	(0,51 \$)	-11%
	Gruau rapide	1 kg	3,49 \$		3,03	2,91	(0,11 \$)	-4%
	Riz à grains longs	900 g	3,99 \$	2	2,62	2,19	(0,44 \$)	-17%
	Macaroni / spaghetti	900 g	2,29 \$	1	1,59	1,77	0,18 \$	12%
	Farine tout usage	2,5 kg	4,29 \$		4,47	4,61	0,14 \$	3%
	Farine de blé entier	1 kg	2,99 \$	3	1,52	3,77	2,25 \$	148%
Lait et substituts	Lait 3,25 % m.g.	4 litres	6,45 \$		6,52	6,58	0,06 \$	1%
	Lait 2 % m.g.	4 litres	6,21 \$		6,39	6,41	0,02 \$	0%
	Cheddar doux	300 g	4,19 \$	2	5,12	4,98	(0,14 \$)	-3%
	Mozzarella	300 g	4,19 \$	3	5,01	5,15	0,14 \$	3%
Viandes et substituts	Boeuf haché mi-maigre	1kg	14,99 \$			9,38	9,38 \$	
	Boeuf intérieur de ronde	1kg	18,37 \$				0,00 \$	
	Boeuf en cubes (à ragoût)	1kg	17,61 \$				0,00 \$	
	Côtelettes de longe de porc	1kg	12,98 \$	1	11,82	14,00	2,18 \$	18%
	Jambon fumé désossé	1kg	11,00 \$	2	12,46	8,75	(3,71 \$)	-30%
	Cuisses de poulet avec dos	1kg	6,37 \$			5,99	5,99 \$	
	Filets surgelés de sole - aiglefin - tilapia	900 g	14,15 \$	2	10,25	9,46	(0,79 \$)	-8%

	Thon pâle en conserve	170 g	1,49 \$		1,17	1,18	0,01 \$	1%
	Saumon rose en conserve	213 g	2,49 \$		1,98	2,37	0,39 \$	20%
	Œufs, catégorie A, gros	1 douzaine	3,39 \$		2,94	3,52	0,58 \$	20%
	Beurre d'arachide	500 g	4,99 \$		2,65	3,14	0,49 \$	19%
	Fèves au lard en conserve	398 ml	1,19 \$		0,98	1,00	0,02 \$	2%
	Haricots rouges en conserve	540 ml	1,29 \$		1,16	1,19	0,03 \$	3%
	Pois chiches en conserve	540 ml	1,29 \$		1,16	1,10	(0,06 \$)	-5%
	Lentilles sèches	400 g	0,95 \$	2	1,23	2,76	1,53 \$	124%
	Haricots blancs secs	454 g	1,31 \$	3	1,39	2,08	0,69 \$	49%
	Haricots rouges secs	454 g	1,66 \$	2	1,39	2,08	0,69 \$	49%
	Pois jaunes cassés secs	454 g	1,00 \$	1	1,39	2,76	1,37 \$	99%
Autres	Beurre	454 g	4,79 \$		4,80	4,64	(0,16 \$)	-3%
	Margarine non-hydrogénée	454 g	2,69 \$		3,08	2,80	(0,27 \$)	-9%
	Huile végétale (canola)	946 ml	3,99 \$	2	3,59	5,58	1,99 \$	55%
	Sucre blanc granulé	2 kg	3,39 \$	1	2,78	2,80	0,03 \$	1%
	Préparation commerciale pour nourrisson, poudre	730 g	21,89 \$	1		19,99	19,99 \$	
	Céréales enrichies de fer pour bébés	227 g	4,49 \$					

Tableau 13. Recension des prix en dépanneurs. Moyennes et comparaison urbain-rural

					Dépanneurs			
	Groupes alimentaires	Format repère	Prix repère Montréal (DDM, janv 2016)	Format repère non-trouvé	Moyenne Urbain n=7	Moyenne Rural n=5	Différence Urbain-Rural \$	Différence Urbain-Rural %
Légumes et fruits	Oranges	1kg	3,67 \$					
	Pommes	1kg	3,31 \$					
	Bananes	1kg	1,74 \$					
	Cantaloup	1kg	2,77 \$					
	Carottes	2,27 kg	4,99 \$			3,79	n/d	
	Oignons	908 g	1,89 \$			1,79	n/d	
	Céleri	1 unité	3,99 \$					
	Brocoli	1 unité	3,99 \$					
	Laitue	1 unité	3,99 \$					
	Chou	1kg	0,99 \$					
	Tomates	1kg	7,69 \$					
	Tomates en conserve	796 ml	1,49 \$		3,21	3,02	(0,19)	-6%
	Maïs en grains en conserve	540 ml	1,59 \$		2,26	2,19	(0,06)	-3%
	Macédoine surgelée	1 kg	3,29 \$			3,99	n/d	
	Pomme de terre	4,54 kg	4,99 \$		4,99	4,49	(0,50)	-10%
	Pain de blé entier	675 g	2,99 \$		3,83	3,73	(0,10)	-3%

Produits céréaliers	Pain hot dog ou blanc (1)	12 unités	2,89 \$	2	3,56	4,07	0,51	14%
	<i>Shredded Wheat</i>	550 g	4,99 \$					
	Flocons de son	450 g	3,89 \$			4,99	4,99	
	Gruau rapide	1 kg	3,49 \$			4,59	4,59	
	Riz à grains longs	900 g	3,99 \$	1	7,55	6,49	(1,06)	-14%
	Macaroni / spaghetti	900 g	2,29 \$	2	4,06	3,62	(0,44)	-11%
	Farine tout usage	2,5 kg	4,29 \$	2	8,13	5,22	(2,90)	-36%
	Farine de blé entier	1 kg	2,99 \$			7,99	7,99	
Lait et substituts	Lait 3,25 % m.g.	4 litres	6,45 \$		6,66	7,41	0,74	11%
	Lait 2 % m.g.	4 litres	6,21 \$		6,46	7,28	0,82	13%
	Cheddar doux	300 g	4,19 \$		6,25	6,50	0,25	4%
	Mozzarella	300 g	4,19 \$		6,12	5,95	(0,17)	-3%
Viandes et substituts	Boeuf haché mi-maigre	1kg	14,99 \$					
	Boeuf intérieur de ronde	1kg	18,37 \$					
	Boeuf en cubes (à ragoût)	1kg	17,61 \$					
	Côtelettes de longe de porc	1kg	12,98 \$					
	Jambon fumé désossé	1kg	11,00 \$					
	Cuisses de poulet avec dos	1kg	6,37 \$					
	Filets surgelés de sole - aiglefin - tilapia	900 g	14,15 \$					

	Thon pâle en conserve	170 g	1,49 \$		3,03	2,74	(0,29)	-9%
	Saumon rose en conserve	213 g	2,49 \$			3,42	3,42	
	Œufs, catégorie A, gros	1 douzaine	3,39 \$		4,05	3,46	(0,59)	-14%
	Beurre d'arachide	500 g	4,99 \$	1	6,17	4,99	(1,18)	-19%
	Fèves au lard en conserve	398 ml	1,19 \$		1,69	1,95	0,26	15%
	Haricots rouges en conserve	540 ml	1,29 \$		1,29	2,59	1,30	101%
	Pois chiches en conserve	540 ml	1,29 \$			2,19	2,19	
	Lentilles sèches	400 g	0,95 \$					
	Haricots blancs secs	454 g	1,31 \$			3,44	3,44	
	Haricots rouges secs	454 g	1,66 \$			3,39	3,39	
	Pois jaunes cassés secs	454 g	1,00 \$			1,96	1,96	
Autres	Beurre	454 g	4,79 \$		6,38	5,47	(0,91)	-14%
	Margarine non-hydrogénée	454 g	2,69 \$	3	3,21	3,12	(0,09)	-3%
	Huile végétale (canola)	946 ml	3,99 \$	1	6,99	5,16	(1,83)	-26%
	Sucre blanc granulé	2 kg	3,39 \$		4,69	5,13	0,44	9%
	Préparation commerciale pour nourrisson, poudre	730 g	21,89 \$					
	Céréales enrichies de fer pour bébés	227 g	4,49 \$					

Les principaux constats

Notre échantillon ne permettant pas de faire une analyse ou une moyenne des prix par secteur/territoire, nous avons opté pour une comparaison – pour chaque type de commerce – entre les prix recensés en milieu urbain et ceux recensés en milieu rural.

Premier constat général : le prix des aliments nutritifs est, en général, plus élevé en milieu rural qu'en milieu urbain et ce, dans tous les types de commerce recensés. Le pourcentage de variation des prix varie grandement d'un produit à l'autre et d'un commerce à l'autre et ne nous permet pas d'avancer des chiffres pour parler de l'impact des prix sur le panier nutritif des ménages. Ce travail reste à faire.

Deuxième constat général : à l'exception de quelques produits courants, les dépanneurs sont le type de commerce affichant les prix les plus élevés pour les aliments nutritifs. Les magasins d'escompte sont ceux où les aliments sont les moins chers. Les supermarchés les suivent de près.

Troisième constat général : la qualité et la fraîcheur des fruits et légumes sont plus faibles en milieu rural qu'en milieu urbain dans les commerces recensés. Sur les 41 commerces recensés, 19 ont été évalués par les personnes faisant la recension pour la qualité et la fraîcheur des fruits et légumes.

Tableau 14. Qualité/fraîcheur des fruits et légumes dans les commerces recensés (n=19)

	Supermarchés	Très bonne	Bonne	Faible	Magasins d'escompte	Très bonne	Bonne	Faible	Dépanneurs	Très bonne	Bonne	Faible
Ville	6	6			5	2	3		2			2
Rural	4		4		1		1		1			1
Total	10				6				3			

Quelques éléments de synthèse et de réflexion

Premièrement, cette première analyse des données issues de la recension des prix dans les commerces desservant une clientèle vulnérable sur le territoire de l'Outaouais suggère que la question du prix des aliments dans ces quartiers et dans ces secteurs est une question sur laquelle il serait utile de réfléchir davantage afin d'établir une stratégie permettant de répondre à cette problématique. En ce qui concerne le territoire de la Ville de Gatineau, nous croyons que la Coopérative de solidarité du Marché mobile de Gatineau pourrait jouer un rôle important ici.

Deuxièmement, comme notre analyse suggère que le panier nutritif coûterait plus cher en milieu rural qu'en milieu urbain, il nous apparaît important de poursuivre la réflexion avec les organismes intervenant auprès de personnes vulnérables en milieu rural afin d'explorer de nouvelles pistes d'action et de collaboration.

Troisièmement, nous pensons que ces données nous fournissent des informations qui nous permettraient de sensibiliser les commerçants de l'Outaouais afin qu'ils portent une attention spéciale aux prix qu'ils attribuent aux aliments nutritifs.

Finalement, comme les données recensées nous donnent de nouvelles informations fort pertinentes, nous pensons qu'il serait pertinent de se donner collectivement les moyens de suivre l'évolution de ces prix dans le temps afin d'être en mesure de mieux aider les familles vulnérables de l'Outaouais.

CONCLUSION

Mieux comprendre la réalité de l'insécurité alimentaire dans la région de l'Outaouais est essentielle pour pouvoir agir plus efficacement sur les facteurs qui rendent les populations vulnérables. En s'ancrant dans les réalités territoriales et en tenant compte du vécu et de l'expertise des communautés, la Carte communautaire de la faim offre non seulement un portrait plus « réaliste » de la situation, mais aussi des données pertinentes qui pourront être facilement utilisables par les acteurs du milieu, que ce soit les gestionnaires d'organismes, les intervenants ou les décideurs.

Les trois volets complémentaires de la Carte communautaire de la faim (les groupes de discussion et les entrevues, les activités de cartographie participative et la recension des prix dans les commerces d'alimentation) poursuivaient un double objectif : d'abord, ils devaient nous permettre de mieux comprendre la situation de ceux et celles qui se trouvent en situation d'insécurité alimentaire afin d'identifier les principaux facteurs facilitant l'accès aux services d'aide et d'entraide alimentaire ainsi que les principales barrières qui y nuisent, cela pour aider les acteurs du milieu à mieux répondre *maintenant* aux besoins des personnes les plus vulnérables sur le plan alimentaire; ensuite, ils devaient nous permettre d'identifier les facteurs structurels, en termes d'organisation territoriale (accessibilité aux services, transport, logement, etc.), afin d'orienter les communautés et les décideurs sur les actions à poser pour enrayer *durablement* la faim sur chacun des territoires de l'Outaouais.

La connaissance des difficultés et des obstacles liés à ces enjeux indique que des changements sont souhaitables, que ce soit sur le plan de l'organisation du territoire en général ou des interventions en particulier. Cette connaissance

empirique inédite qui émane de la perception des gens qui travaillent sur le territoire et qui l'habitent doit permettre, en outre, d'orienter les ajustements nécessaires pour mieux répondre aux besoins des personnes en situation d'insécurité alimentaire, fréquentant ou non le réseau d'aide et d'entraide alimentaire, ainsi que pour réduire les facteurs qui rendent ces personnes vulnérables. Les éléments qui ont été soulevés dans ce rapport ouvrent finalement sur une question d'ordre pratique tout à fait fondamentale :

« *Maintenant que nous savons tout ça, que faisons-nous?* »

Sans pouvoir répondre directement à la question, nous pouvons au moins émettre quelques recommandations et pistes de réflexion qui pourront orienter et enrichir les discussions entre les acteurs dans la région de l'Outaouais au cours des prochains mois.

Voici donc quelques recommandations qui découlent des résultats qui ont été présentés pour les trois volets de la recherche-action :

- Agir sur les facteurs structurels liés à l'insécurité alimentaire : en améliorant les prestations d'aide sociale ou en réfléchissant à d'autres mécanismes d'aide (ex. revenu minimum garanti); en réduisant les coûts des logements et en maximisant l'offre de logements abordables dans les zones vulnérables; en augmentant le financement des organismes d'aide ou d'entraide alimentaire et en assurant leur pérennité (financement au projet vs à la mission).
- Favoriser l'accessibilité aux services : en couvrant les zones où il y a insuffisance de services ; en offrant un service de transport organisé et adapté; en rendant plus flexibles les horaires et en maximisant la fréquence des services; en assouplissant les critères d'admission et en favorisant une meilleure communication et coordination entre les différents services;
- Améliorer la qualité et la quantité des aliments disponibles : en augmentant la coordination des ressources et la fréquence des dépannages; en misant sur des partenariats avec les supermarchés; en mettant en place des groupes d'achat;
- Miser sur des stratégies visant à développer l'autonomie des personnes : en diversifiant et en intensifiant l'information disponible; en favorisant le référencement et l'accompagnement psychosocial; en offrant des formations sur différentes thématiques.

Enfin, on se rend bien compte que lutter contre l'insécurité alimentaire c'est lutter contre l'ensemble des phénomènes liés à la pauvreté. Ainsi, la réflexion sur l'insécurité alimentaire doit sortir d'une réflexion axée exclusivement sur le

dépannage alimentaire. Les données recueillies militent en faveur du déploiement d'une stratégie pluraliste et globale de lutte à la pauvreté.

Le constat est clair : il faut pouvoir conjuguer des actions visant à modifier les politiques publiques (sécurité du revenu, salaire minimum viable, logement social, etc.) tout en poursuivant l'amélioration en termes de qualité et de quantité de services d'aide et d'entraide alimentaire. Pour cela, il faut être capable d'inscrire la question de la sécurité alimentaire dans des approches intégrées, en collaborant, par exemple, avec les concertations en développement social, mais en misant aussi sur des actions collectives et intersectorielles qui permettent de maximiser l'efficacité de la lutte contre la pauvreté. Éliminer l'insécurité alimentaire demande donc le déploiement d'une action globale, concertée, coordonnée et structurante qui concerne différents paliers d'intervention (gouvernemental, municipal, local) et fait appel à l'engagement d'une pluralité d'acteurs.

REMERCIEMENTS

La TCFDSO souhaite remercier tous ceux et celles qui ont collaboré et participé de différentes manières, de près ou de loin, à la réalisation du projet de la Carte communautaire de la faim entre 2015 et 2017.

Cette recherche-action d'envergure n'aurait jamais été possible sans le soutien et la participation généreuse de nos membres, partenaires et bailleurs de fonds. La TCFDSO souhaite également souligner la contribution de ses bénévoles qui ont eu la générosité de s'impliquer dans cette longue aventure. Nos plus sincères remerciements.

L'équipe du projet de la Carte communautaire de la faim au sein de la TCFDSO

Nathalie McSween, Coordinatrice de la TCFDSO et du projet

Émile Perreault, Chargé de projet 2016-2017

Louis-Philippe Sirois, Chargé de projet 2015-2016

Solange van Kemenade (Ph.D.), Chercheuse consultante

Stagiaires : Alexia Barroche (2016); Sonia Ben-Arfa (2016); Mélanie Durocher (2015)

Les membres du Comité de pilotage du projet

Nathalie McSween, Coordinatrice de la TCFDSO et du projet

Marisa Gutierrez, CISSSO, Organisatrice communautaire (Gatineau)

Line Ouellet, CISSSO, Organisatrice communautaire (Collines-de-l'Outaouais)

François Lacerte-Gagnon, CVQ Vieux-Gatineau, Agent de projets

Yves Destroismaisons, CISSSO, Organisateur communautaire (Papineau) 2016-17

Marie-Pier Macameau, CISSSO, Organisatrice communautaire (Papineau) 2015-16

Annie Richard, CISSSO, Organisatrice communautaire (Vallée-de-la-Gatineau) 2015-16

Marcella Kafka, CISSSO, Direction de la Santé publique

Chargés de projet : Émile Perreault (2016-2017); Louis-Philippe Sirois (2015-2016)

Les membres du Comité scientifique du projet

Nathalie McSween (Ph.D.) Coordinatrice de la TCFDSO et du projet

Solange van Kemenade (Ph.D.), Chercheuse consultante

Dominic Foisy (Ph.D.), Chaire de recherche en organisation communautaire, Professeur-chercheur au Département de Travail social, Université du Québec en Outaouais (UQO)

Nathalie St-Amour (Ph.D.), Chaire de recherche en organisation communautaire, Professeure-chercheure au Département de Travail social, Université du Québec en Outaouais (UQO)

Les partenaires financiers du projet



Autres personnes ayant collaboré à différents aspects du projet

Pour l'adaptation de la grille de recension des prix : Josée Poirier Defoy et Catherine Plaziac

Pour la recension des prix dans les commerces : Carole Duval; Diane Guy; Jasmine Legault-Bouchard; Josée Lacasse; Judith Verret; Julie Bélanger; Maxim Raymond; Mélissa Vachon; Michel Laporte; Mylaine Poirier; Nadia Guertin; Rachel Martel; Réjeanne Duval; Sonia Ben-Arfa; Suzanne Émard; Yves Destroismaisons

Pour l'entrée de données de la recension des prix : Roseline Roy et Élise Schurter

ANNEXE 1. CARACTÉRISTIQUES SOCIODÉMOGRAPHIQUES DES PARTICIPANTS – GROUPES DE DISCUSSION ET ENTREVUES INDIVIDUELLES

Groupe de discussion auprès de personnes immigrantes et réfugiées

Partic.	Pays d'origine	Sexe	Groupe d'âge	Situation familiale	Diplôme (*)	Revenu (**)	Séjour au Canada
P#1	Pakistan	F	25-44	Chef monop. (2 enfants)	Universitaire	Aide sociale	16 ans
P#2	Cameroun	F	45-64	Famille avec enfants	Universitaire	Étudiante	1 an
P#3	Togo	F	25-44	Personne seule	Collégial	Aide sociale	5 ans
P#4	Mexique	F	45-64	Chef monop (2 enfants)	Universitaire	Emploi temps plein	12 ans
P#5	Liban	F	45-64	Personne seule	Primaire	Aide sociale	40 ans
P#6	Burundi	F	25-44	Famille avec enfants	Universitaire	Emploi à temps plein	16 ans

(*) Dernier diplôme obtenu

(**) Principale source de revenu

Groupe de discussion auprès de femmes en situation de monoparentalité

Participant	Pays d'origine	Sexe	Groupe d'âge	Situation Familiale	Diplôme (*)	Revenu (**)
P#1	Canada	Femme	25-44	Chef de famille monop. (1 enfant)	Secondaire	Aide sociale
P#2	Canada	Femme	45-64	Chef Chef de famille monop. (5 enfants)	Collégial	Assurance-emploi + emploi à temps partiel
P#3	Canada	Femme	25-44	Chef de famille monop. (2 enfants)	Primaire	Stage rémunéré

(*) Dernier diplôme obtenu

(**) Principale source de revenu

Groupe de discussion auprès de jeunes adultes

Participant	Pays d'origine	Sexe	Groupe d'âge	Situation Familiale	Diplôme (*)	Revenu (**)
P#1	Canada	Homme	18-24 ans	Personne vivant seule	Primaire (secondaire pas complété)	Aide sociale
P#2	Canada	Femme	18-24 ans	Chef de famille monoparentale avec 1 enfant	Primaire	Aide sociale
P#3	Canada	Femme	18-24 ans	Personne vivant seule (enfant placé chez ses parents)	Primaire	Aide sociale
P#4	Canada	Femme	18-24 ans	Personne vivant seule	Primaire	Assurance-emploi
P#5	Canada	Homme	18-24 ans	Personne seule	Primaire (secondaire 3 complété)	Aide sociale
P#6 (***)	Canada	Homme	18-24 ans	Personne vivant avec conjoint	Primaire	Aide sociale

(*) Dernier diplôme obtenu

(**) Principale source de revenu

Tous les participants à ce groupe de discussion faisaient partie du programme Jeunes en action. Le programme vise à outiller les jeunes pour un futur retour aux études ou l'intégration au marché du travail.

Groupe de discussion auprès de personnes âgées

Participants	Pays d'origine	Sexe	Groupe d'âge	Situation familiale	Diplôme (*)	Revenu (**)
P#1	Canada	F	65 +	Personne seule	Primaire	Revenu de retraite
P#2	Canada	F	65 +	Personne seule	Collégial	Revenu de retraite + RRQ
P#3	Canada	F	65 +	Personne seule	Secondaire	Revenu de retraite

P#4	Canada	F	65 +	Personne seule	Secondaire	Revenu de retraite
P#5	Canada	F	45-64	Personne seule	Secondaire	Revenu de retraite + RREGOP
P#6	Canada	F	65 +	Personne seule	Primaire	Revenu de retraite
P#7	Canada	F	65 +	Personne seule	Collégial	Revenu de retraite
P # 8	Canada	H	65 +	Personne seule	Primaire	Revenu de retraite
P # 9	Canada	F	65 +	Personne seule	Non disponible	Non disponible

(*) Dernier diplôme obtenu

(**) Principale source de revenu

RREGOP : Régime de retraite des employés du gouvernement et des organismes publics

RRQ Le Régime de rentes du Québec

Entrevues individuelles – Personnes utilisatrices de ressources d’aide et/ou d’entraide alimentaire

Participant	Sexe	Groupe d’âge	Situation Familiale	Diplôme (*)	Revenu (**)	Né au Canada
P#1	Femme	25-44	Chef de famille monoparentale	Secondaire	Prêt étudiant	Oui
P#2	Homme	45-64	Personne vivant avec sa fille	Secondaire	Pension de retraite	Oui
P#3	Femme	45-64	Personne vivant seule	Universitaire	Pension de retraite + Emploi à temps partiel	Oui
P#4	Homme	25-44	Personne vivant seule	Secondaire	Aide sociale+ Emploi à temps partiel	Non
P#5	Homme	45-64	Personne vivant seule	Secondaire	Prestation invalidité	Oui
P#6	Femme	45-64	Personne vivant avec un conjoint	Primaire non complété	Aide sociale + Emploi à temps partiel	Oui

P#7	Homme	45-64	Personne vivant seule	Pas de diplôme	Aide sociale + Emploi temps à partiel	Oui
P#8	Femme	25-44	Chef de famille monoparentale	Secondaire	Aide sociale	Oui

(*) Dernier diplôme obtenu (**) Principale source de revenus

Profil des gestionnaires interviewés. Entrevues individuelles concernant l'offre des services alimentaires pour contrer l'insécurité alimentaire dans la région de l'Outaouais

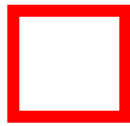
Participant	Sexe	Position dans l'organisme
EG-1	F	Directrice
	F	Adjointe à la direction
EG-3	H	Directeur
	F	Directrice adjointe
EG-4	H	Directeur
EG-5	F	Directrice
EG-7	F	Coordonnatrice
	F	Intervenante
EG-8	F	Coordonnatrice
	F	Intervenante
EG-9	M	Directeur général
EG-10	M	Directeur
	F	Intervenante

ANNEXE 2. QUESTIONNAIRE - ACTIVITÉS DE CARTOGRAPHIE

Première partie :

Les facteurs de vulnérabilité

1. Situez les secteurs les plus problématiques pour la sécurité alimentaire (les secteurs vulnérables qui regroupent des enjeux de chômage, consommation, bien-être, etc.).



2. Indiquez, de manière générale, la qualité des logements présents dans les zones identifiées précédemment.

(Très bonne ++, moyenne +, médiocre -).

++ + -

3. S'il y a lieu, indiquez par les lettres correspondantes les zones caractérisées par le regroupement d'un certain type de population : aînées (A), immigrants (I), jeunes (J), familles monoparentales (FM), minorités linguistiques (ML).

A, I, J, FM, ML

4. S'il y a lieu, identifiez les zones de gentrification.



Deuxième partie :

Les facteurs de protection

1. Localisez les jardins communautaires et collectifs.



2. Localisez les logements subventionnés (logements sociaux et communautaires).



3. Localisez les organismes qui fournissent des services d'aide ou d'entraide alimentaires et indiquez le nom de chaque organisme ainsi que sa mission.



4. Identifiez les commerces d'alimentation ainsi que les restaurants et indiquez ceux qui sont les plus fréquentés par les personnes vulnérables sur le plan alimentaire en encerclant les symboles correspondants.

Dépanneurs : 

Restauration rapide : 

Épiceries : 

Autres restaurants : 

Magasins d'escompte : 

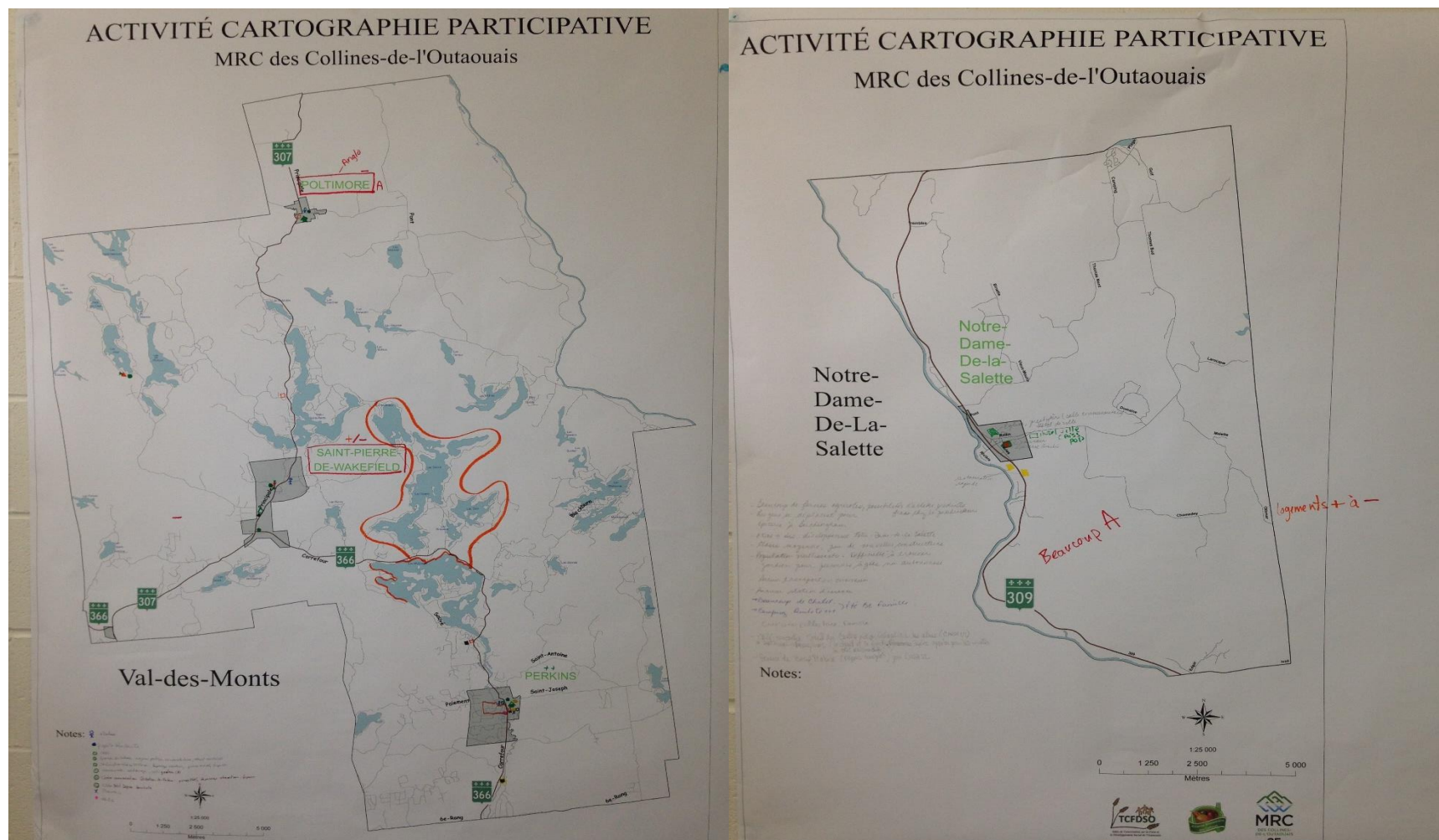
5. Indiquez la facilité d'accès (en indiquant le signe approprié à l'intérieur du symbole correspondant) :
 - a. Aux services d'aide et d'entraide alimentaires (Très bonne ++, moyenne +, médiocre -);
 - b. Aux commerces d'alimentation et restaurants (Très bonne ++, moyenne +, médiocre -).

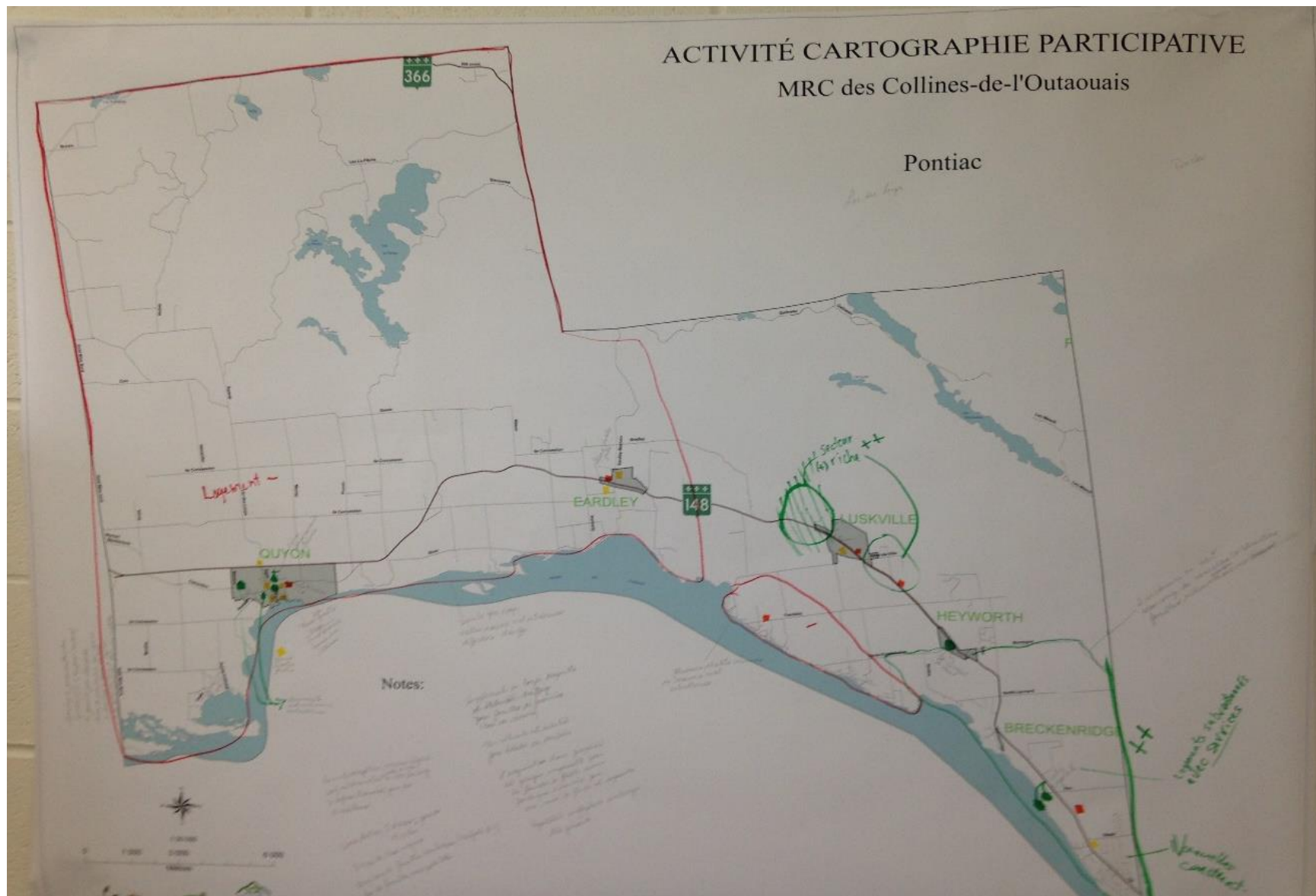
ANNEXE 3. CARTOGRAPHIES

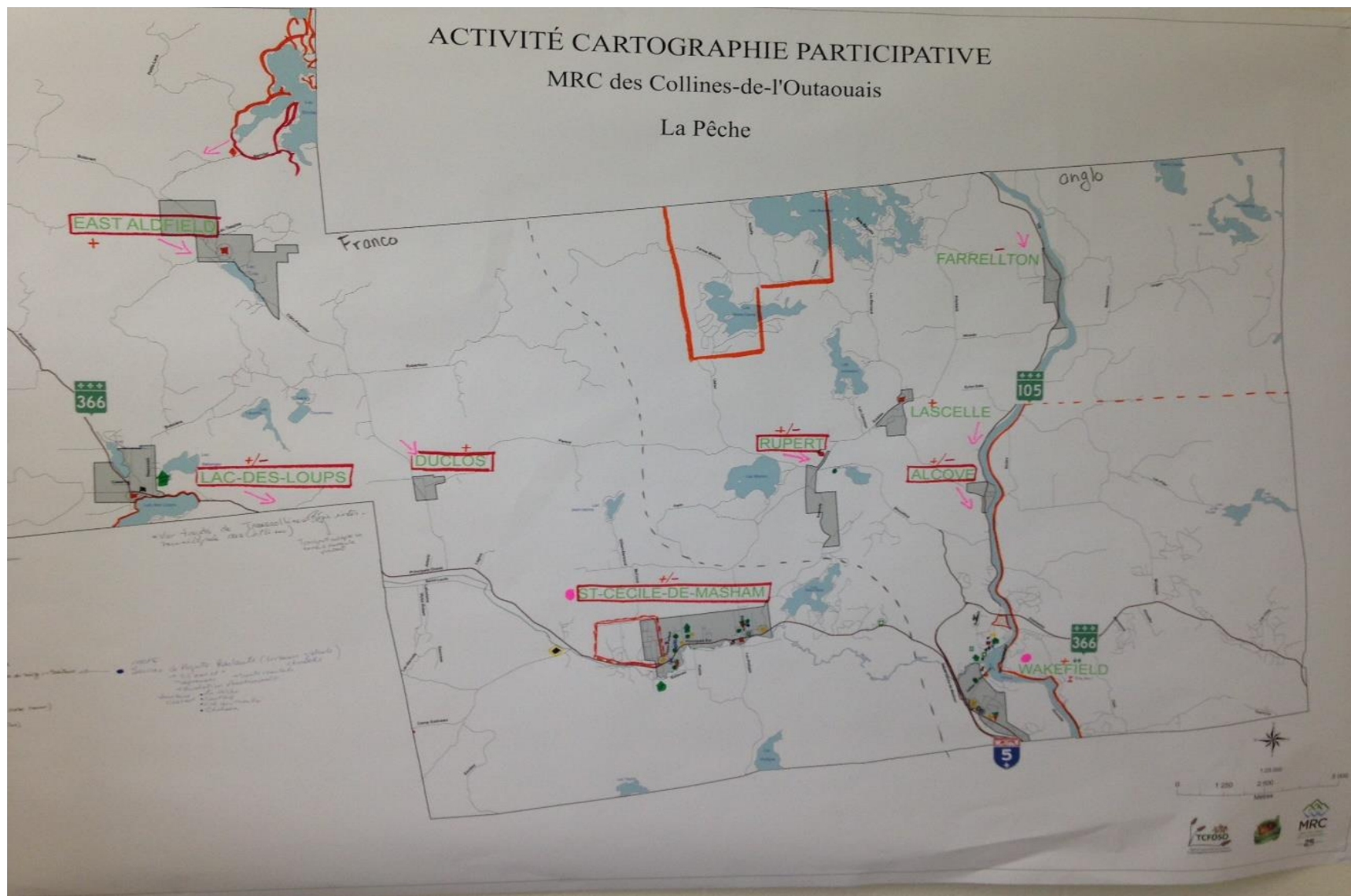
Cartographie – Basse-Lièvre



Cartographies – Collines-de-l’Outaouais





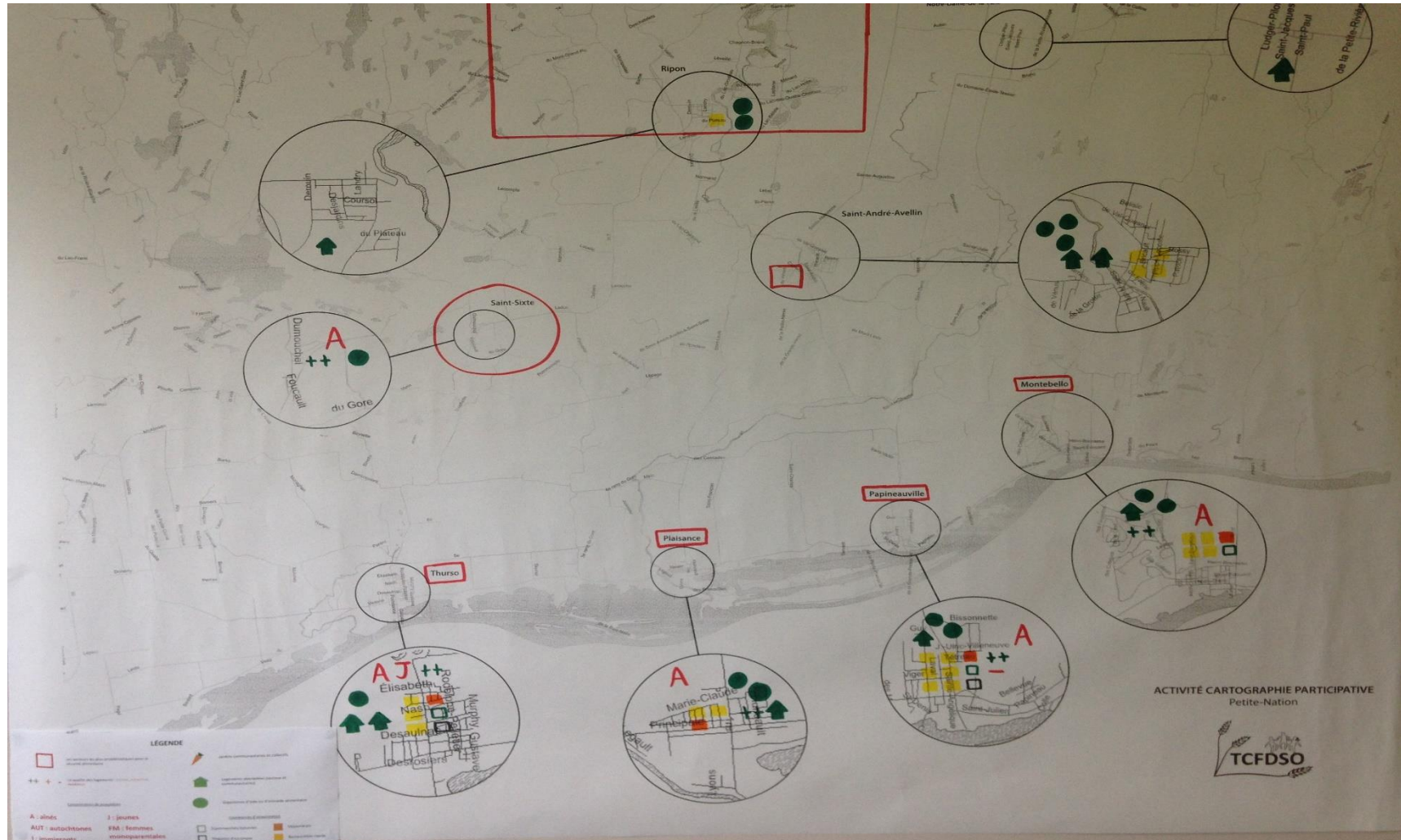


ACTIVITÉ CARTOGRAPHIE PARTICIPATIVE

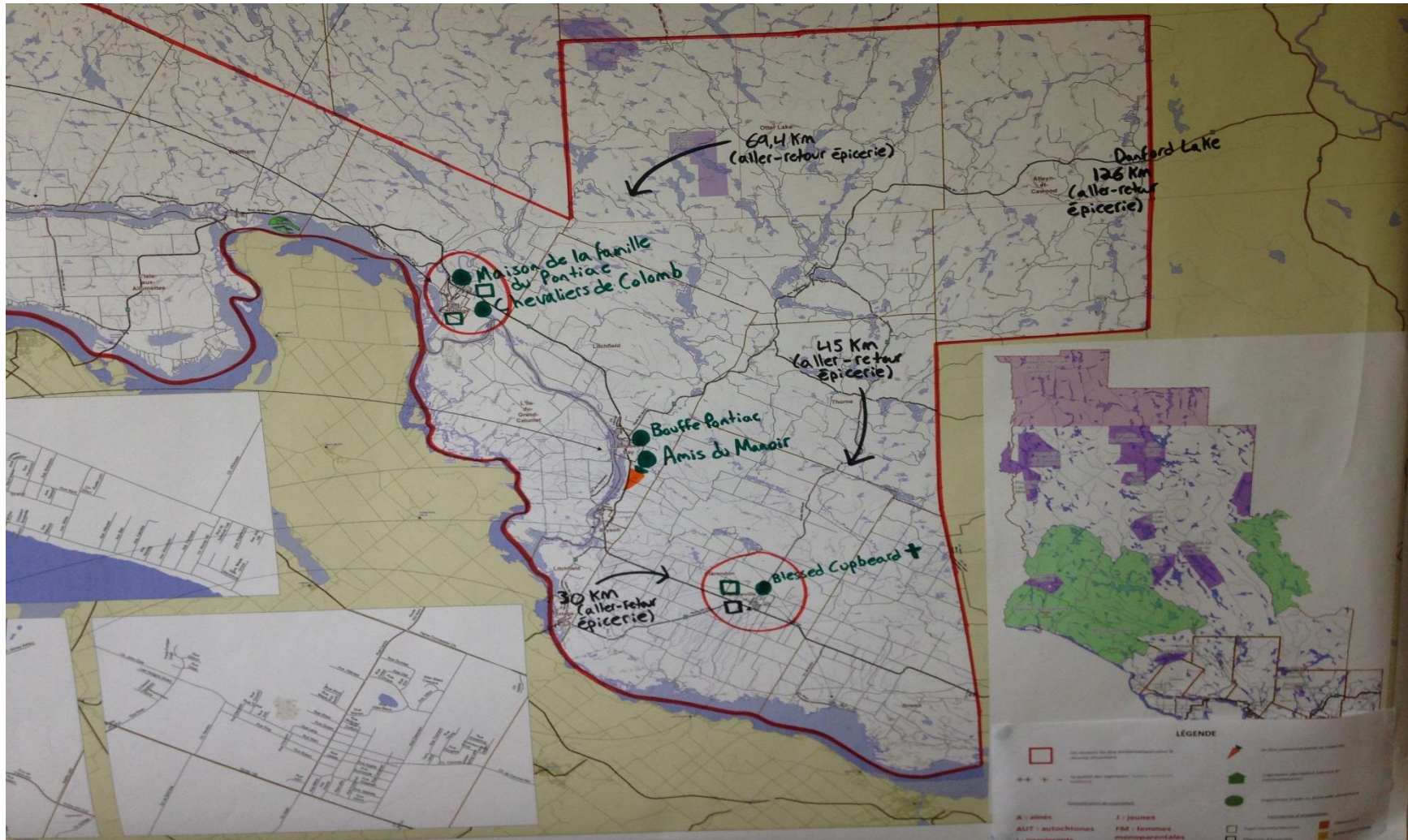
MRC des Collines-de-l'Outaouais



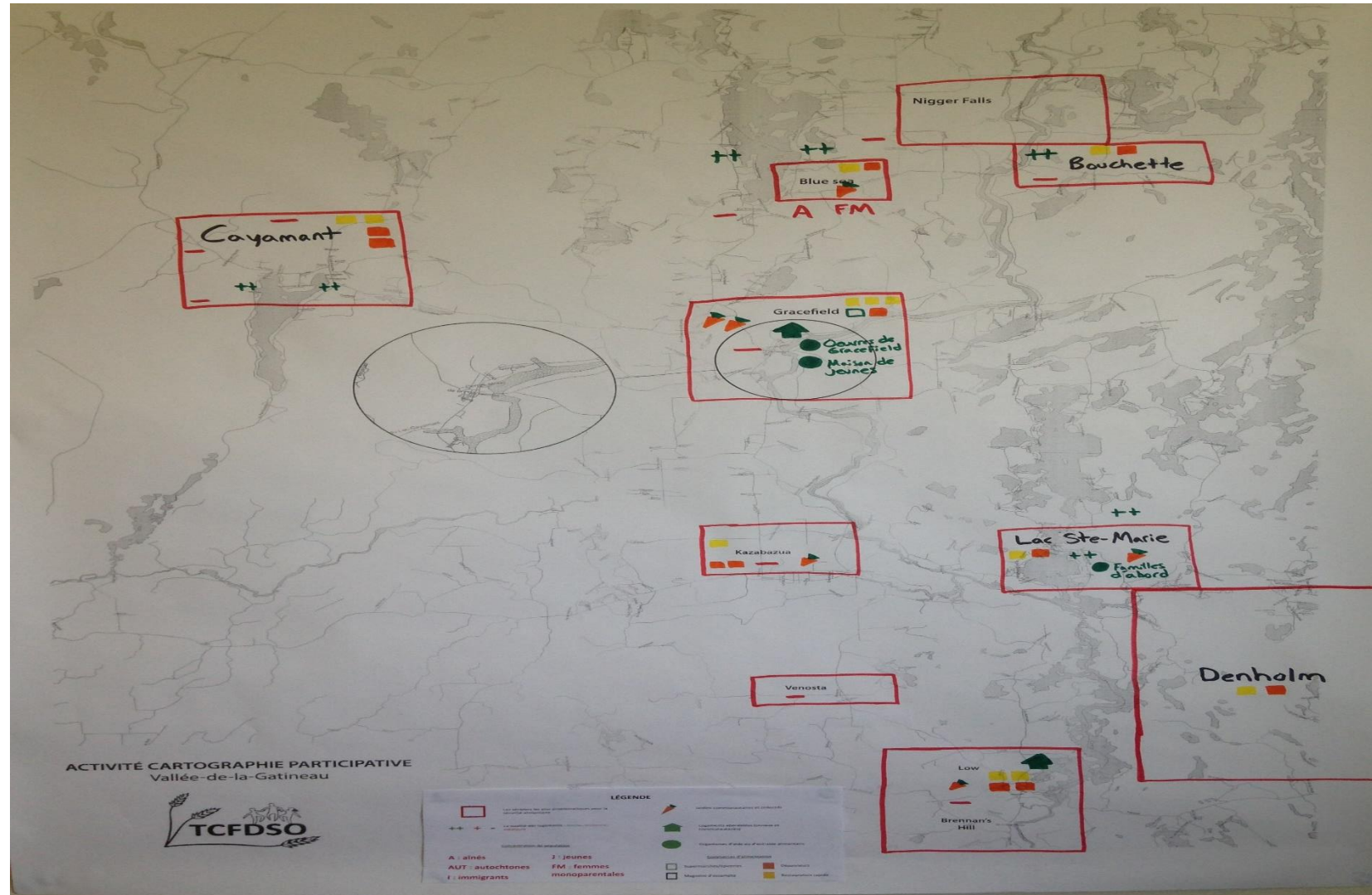
Cartographies – Petite-Nation



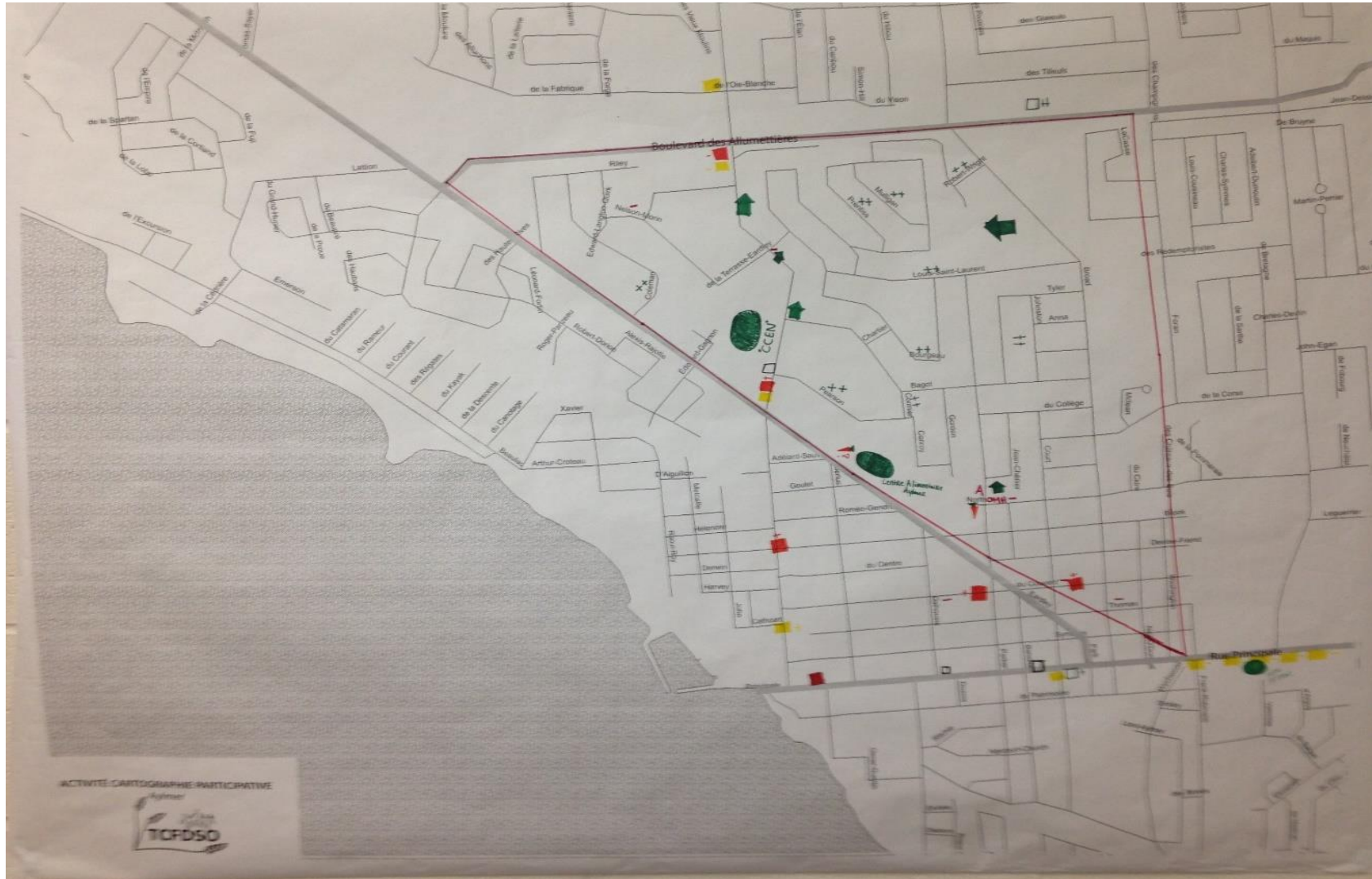
Cartographie – Pontiac

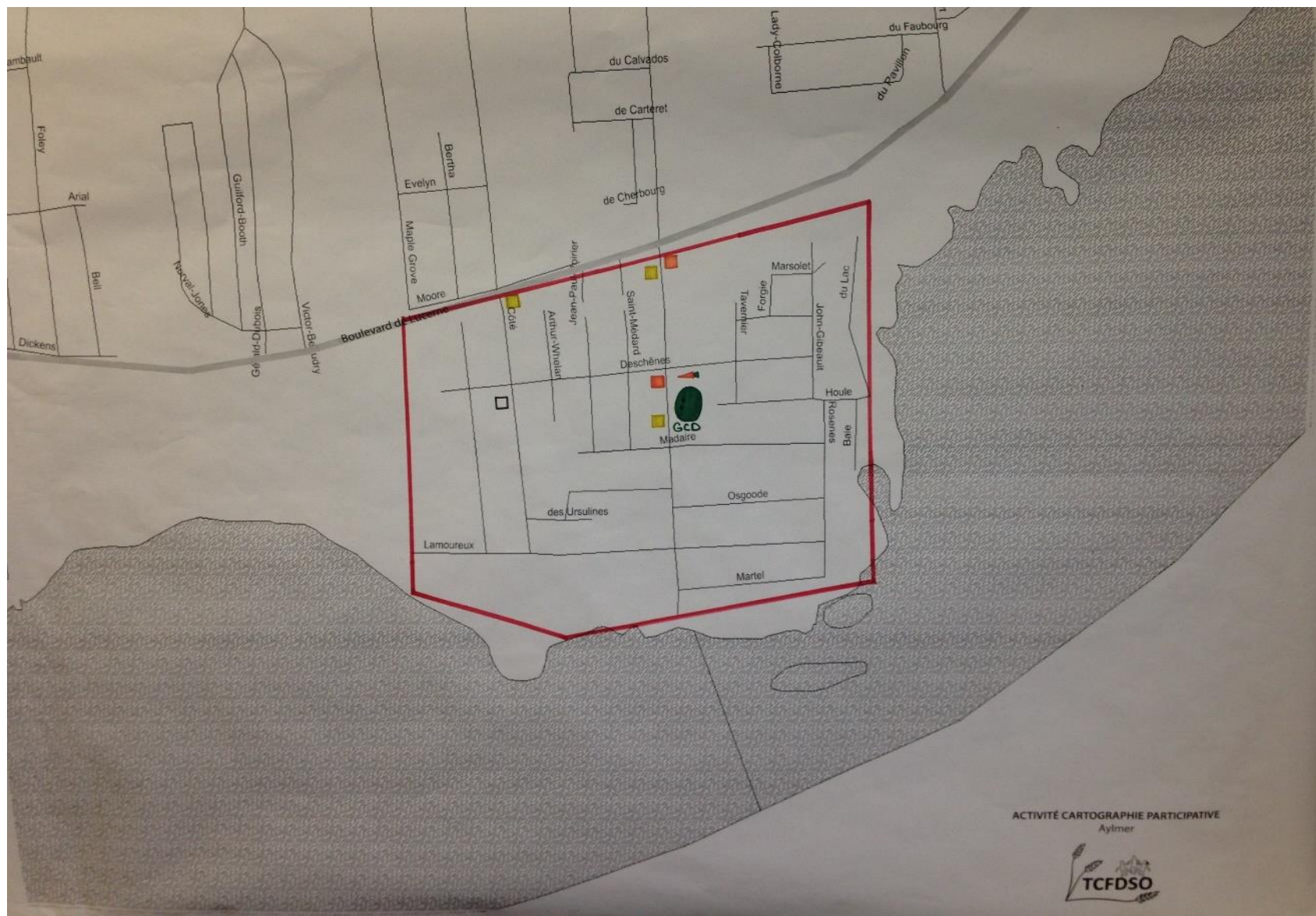


Cartographies – Vallée-de-la-Gatineau



Cartographies – Aylmer





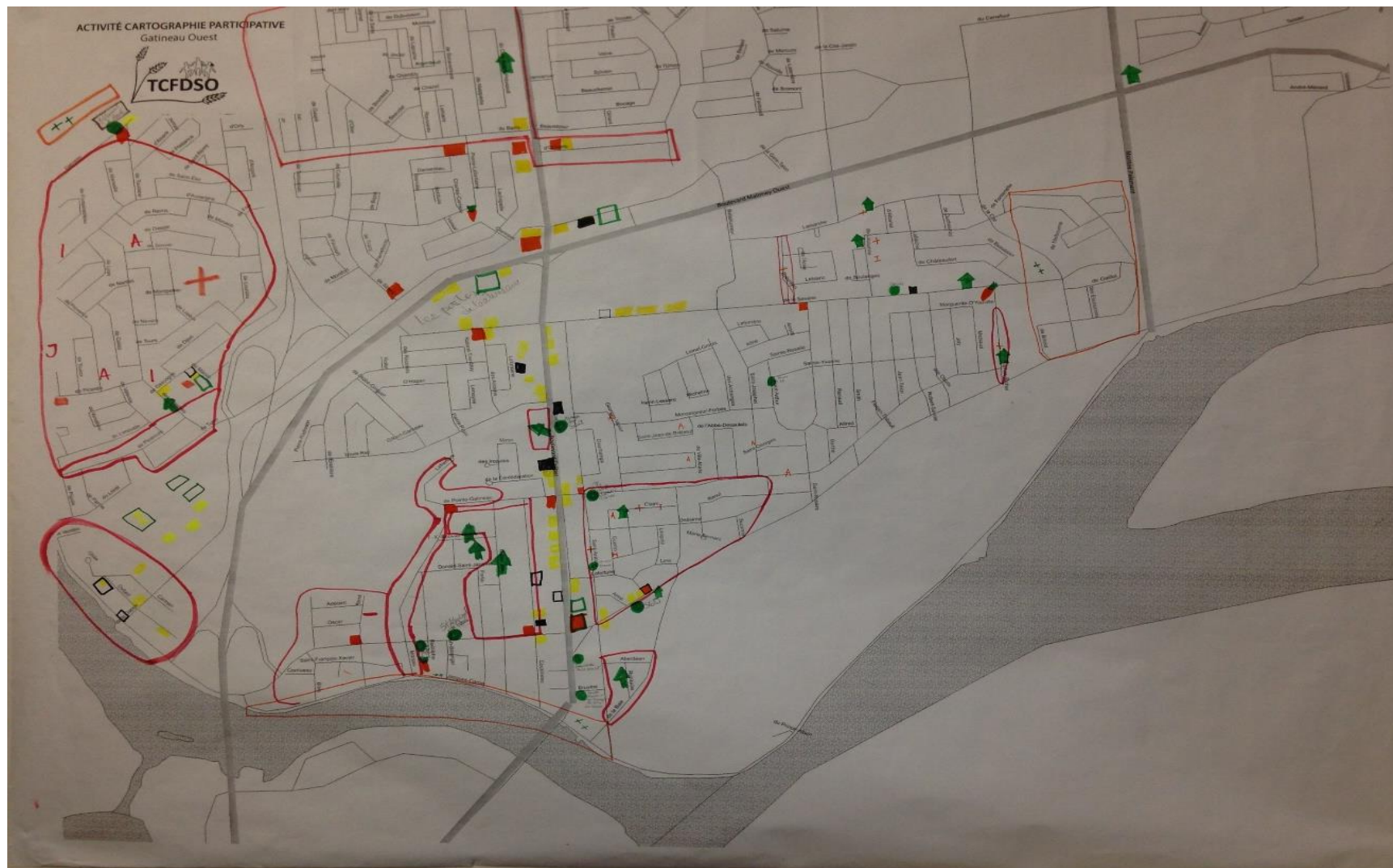
Cartographies – Hull





Cartographies – Gatineau Ouest





Cartographie – Gatineau Est



ANNEXE 4. LISTE DES RÉFÉRENCES

- Blanchet, C., & Rochette, L. (2011). Sécurité et insécurité alimentaire chez les Québécois: une analyse de la situation en lien avec leurs habitudes alimentaires. Montréal: Institut national de santé publique du Québec. Direction de l'analyse et de l'évaluation des systèmes de soins et services.
- Centre de recherche sociale appliquée (2016). *Le logement social et communautaire dans la dynamique territoriale : retombées socioéconomiques des projets d'habitation AccèsLogis au Québec*, Rapport de recherche, août 2016.
- Egeland, G. M., Pacey, A., Zirong, C., & Sobol, I. (2010). Food insecurity among Inuit preschoolers: Nunavut Inuit Child Health Survey, 2007--2008. *CMAJ: Canadian Medical Association Journal*, 182(3), 243-248. doi:10.1503/cmaj.091297
- Galesloot, S., McIntyre, L., Fento, T., & Tyminski, S. (2012). Dietary Acculturation of Arab Immigrants In the Greater Toronto Area. *Canadian Journal of Dietetic Practice & Research*, 73(3), 143-146. doi:10.3148/73.3.2012.143
- Genuis, S. K., Willows, N., & Jardine, C. (2015). Through the lens of our cameras: children's lived experience with food security in a Canadian Indigenous community. *Child: Care, Health & Development*, 41(4), 600-610. doi:10.1111/cch.12182
- Girard, A., & Sercia, P. (2013). Immigration and food insecurity: social and nutritional issues for recent immigrants in Montreal, Canada. *International Journal of Migration, Health & Social Care*, 9(1), 32-45. doi:10.1108/17479891311318566
- Green-LaPierre, R. J., Williams, P. L., Theresa Glanville, N., Norris, D., Hunter, H. C., & Watt, C. G. (2012). Learning from "Knocks in Life": Food Insecurity among Low-Income Lone Senior Women. *Journal of Aging Research*, 1-11. doi:10.1155/2012/450630
- Huet, C., Rosol, R., & Egeland, G. M. (2012). The Prevalence of Food Insecurity Is High and the Diet Quality Poor in Inuit Communities1-3. *Journal of Nutrition*, 142(3), 541-547. doi:10.3945/jn.111.149278
- Loopstra, R. et Tarasuk, V. (2015) Food Bank Usage Is a Poor Indicator of Food Insecurity: Insights from Canada, *Social Policy and Society*, Cambridge, 14(3), 2015, p. 443-455.
- Maisonneuve, C., Blanchet, C., & Hamel, D. (2014). L'insécurité alimentaire dans les ménages québécois : mise à jour et évolution de 2005 à 2012. Québec, Canada: Institut national de santé publique

- McIntyre, L., Bartoo, A. C., & Emery, J. C. H. (2014). When working is not enough: food insecurity in the Canadian labour force. *Public Health Nutrition*, 17(1), 49-57. doi:10.1017/S1368980012004053
- Muldoon, K., Duff, P., Fielden, S., & Anema, A. (2013). Food insufficiency is associated with psychiatric morbidity in a nationally representative study of mental illness among food insecure Canadians. *Social Psychiatry & Psychiatric Epidemiology*, 48(5), 795-803. doi:10.1007/s00127-012-0597-3
- Murray, M., Bonnell, E., Thorpe, S., Browne, J., Barbour, L., MacDonald, C., & Palermo, C. (2014). Sharing the tracks to good tucker: identifying the benefits and challenges of implementing community food programs for Aboriginal communities in Victoria. *Australian Journal of Primary Health*, 20(4), 373-378. doi:10.1071/PY14038
- Roncarolo, F., Adam, C., Bisset, S., & Potvin, L. (2015). Traditional and Alternative Community Food Security Interventions in Montréal, Québec: Different Practices, Different People. *Journal of Community Health*, 40(2), 199-207. doi:10.1007/s10900-014-9917-8
- Skinner, K., Hanning, R. M., Desjardins, E., & Tsuji, L. J. S. (2013). Giving voice to food insecurity in a remote indigenous community in subarctic Ontario, Canada: traditional ways, ways to cope, ways forward. *BMC Public Health*, 13(1), 1-13. doi:10.1186/1471-2458-13-427
- Tarasuk, V., Dachner, N., Hamelin, A.-M., Ostry, A., Williams, P., Bosckei, E., . . . Raine, K. (2014). A survey of food bank operations in five Canadian cities. *BMC Public Health*, 14(1), 1-25. doi:10.1186/1471-2458-14-1234
- TCFDSO (2017). *L'insécurité alimentaire comme indicateur de vulnérabilité et de pauvreté*. Proposition pour orienter la mise à jour de la politique d'habitation 2017-2021, 9 janvier.
- Vahabi, M., & Damba, C. (2013). Perceived barriers in accessing food among recent Latin American immigrants in Toronto. *International Journal For Equity In Health*, 12(1), 1-11. doi:10.1186/1475-9276-12-1
- van Kemenade, Solange (2015). *L'insécurité alimentaire au Québec et au Canada. Une recension des écrits*. Rapport commandé par la Table de concertation sur la faim et le développement social de l'Outaouais (TCFDSO).

Autres documents consultés (Rapports, mémoires, autres)

- Gough, Margot (2015) Experiences of participants in the field of food insecurity through the lens of Bourdieu's cultural capital: practical and theoretical explorations. Mémoire de maîtrise. Université de Montréal.
- La contribution des Moissons du Québec dans la réduction de l'insécurité alimentaire des ménages. Rapport élaboré par Solange Law Kwon, Jean Robitaille et Jean-Claude Dufour, Université Laval. Congrès des BAQ, mai 2014.

<http://www.banquesalimentaires.org/flextop/upload/pdf/42fc76610be3c780f42d19bb9b0c66e3.pdf> Consulté le 7 juillet 2015.

Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture. Déclaration de Rome sur la sécurité alimentaire mondiale et Plan d'action du Sommet mondial de l'alimentation, Rome, Italie : FAO, 1996. Disponible à : www.fao.org/docrep/003/w3613f/w3613f00.htm Consulté le 20 juillet 2015.

Partage des connaissances sur les effets des interventions communautaires en sécurité alimentaire. Chaire Approches communautaires et inégalités de la santé (CACIS) Partage des connaissances sur les effets des interventions communautaires en sécurité alimentaire.
<http://www.banquesalimentaires.org/flextop/upload/pdf/46ed9b53ec55406e20cebce57395e503.pdf> Consulté le 7 juillet 2015.

Plaziac, Catherine et Kafka, Marcella (2015). *Notions et actions en sécurité alimentaire : Aide mémoire*. Document de travail préparé pour la Direction de santé publique. Centre intégré de santé et de services sociaux de l'Outaouais.

PROOF Research to identify policy options to reduce food insecurity (2015).
<http://nutritionalsciences.lamp.utoronto.ca/>

Regroupement des cuisines collectives du Québec (date non disponible). La carte communautaire de la faim : un outil pour favoriser l'accès à une alimentation acceptable et saine.

Santé Canada (2013). Mesure de l'environnement alimentaire au Canada.

Tarasuk, V. (2001). Document de travail sur la sécurité alimentaire des ménages et des individus. Retrieved from http://www.hc-sc.gc.ca/fn-an/nutrition/pol/food_sec_entire-sec_aliments_entier-fra.php Consulté le 10 juillet 2015.

Sites Internet liés à la sécurité alimentaire

Banques alimentaires du Québec : <http://www.banquesalimentaires.org/>

Banques alimentaires du Canada : <http://www.foodbankscanada.ca>

Réseau pour une alimentation durable : <http://foodsecurecanada.org/fr>

Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture : <http://www.fao.org>

Réseau Santécom, Sécurité alimentaire : <http://catalogue.santecom.qc.ca/cgi-bin/koha/opac-search.pl?idx=&q=ins%C3%A9curit%C3%A9+alimentaire>

Vivre sans faim : <http://www.vivresansfaim.com/Viser-societe.html>

Supermarchés : <http://www.supermarches.ca/communautaire/>

The Food Security Information Network (FSIN) : <http://www.fsincop.net/home/en/>

Mapping Actions for Food Security and Nutrition (MAFSAN) : <http://www.mafsan.org>

PROOF Research to identify policy options to reduce food insecurity:
<http://nutritionalsciences.lamp.utoronto.ca/>



Notre mission est de promouvoir le droit à la sécurité alimentaire par le soutien aux organismes membres dans la mise en œuvre de programmes efficaces d'aide et d'entraide alimentaires dans la perspective du développement social pour contrer la faim.

180 Boulevard Mont-Bleu,
Gatineau
819-771-8391 poste 244
direction@tcfdso.org
tcfdso.org