



ANALYSE DES INTERVENTIONS EN SÉCURITÉ ALIMENTAIRE
AU SAGUENAY-LAC-SAINT-JEAN:
LES ACTEURS AU CŒUR DU PROCESSUS
RAPPORT FINAL DE LA PHASE 2

**L'INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE AU QUOTIDIEN:
TÉMOIGNAGES DE PERSONNES USAGÈRES OU
NON-USAGÈRES DE SERVICES D'AIDE ALIMENTAIRE**

ÉTUDE RÉALISÉE POUR LE COMPTE DE
L'AGENCE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX DU SAGUENAY-LAC-SAINT-JEAN

Sous la direction de

Pierre-André Tremblay
Université du Québec à Chicoutimi

Avec la collaboration de
Marie-Claude Clouston
Myriam Duplain
René Lapierre

Agence de la santé et des services sociaux du Saguenay-Lac-Saint-Jean, Direction de la santé publique
Joël Rouffignat
Université Laval
Mars 2006

La réalisation de ce projet a été rendue possible grâce à une subvention conjointe du ministère de la Santé et des services sociaux et de l'Agence de développement de réseaux locaux de services de santé et de services sociaux du Saguenay-Lac-Saint-Jean dans le cadre du Programme de subventions en santé publique pour projets de recherche d'étude et d'évaluation.

La reproduction de ce document, en totalité ou en partie, est autorisée sous condition d'en citer la source.

Pierre-André Tremblay, Ph.D. est membre du
Collectif IDÉES-UQAC
Département des sciences humaines
Université du Québec à Chicoutimi
555, boul. de l'Université
Chicoutimi (Québec) Canada G7H 2B1
patrembl@uqac.ca

TABLE DES MATIÈRES

TABLE DES MATIÈRES	III
LISTE DES FIGURES.....	IV
AVANT-PROPOS	1
PREMIÈRE PARTIE : ASPECTS CONCEPTUELS ET MÉTHODOLOGIQUES.....	7
LES CONCEPTS QUI ONT ENCADRÉ LA COLLECTE DE DONNÉES.....	7
LE DÉFI DE L'ÉCHANTILLON	9
UNE APPROCHE MIXTE POUR SAISIR LA RÉALITÉ.....	10
LES CHOIX D'ANALYSE.....	11
DEUXIÈME PARTIE: LE PORTRAIT DES RÉPONDANT-E-S	13
2.1. LA RÉPARTITION SPATIALE DES RÉPONDANT-E-S	13
<i>Tableau 1 : Répartition des personnes usagères selon le territoire sociosanitaire, le groupe d'âge et le genre.</i>	13
<i>Tableau 2 : Répartition des personnes non-usagères selon le territoire sociosanitaire, le groupe d'âge et le genre.</i>	14
2.2. LA SITUATION FAMILIALE DES RÉPONDANT-E-S	14
<i>Tableau 3 : Statut civil selon le type de répondant-e et le genre.</i>	14
<i>Tableau 4: Nombre d'enfants à charge selon le type de répondant-e et le genre.</i>	15
2.3. LES REVENUS DES RÉPONDANT-E-S.....	15
<i>Tableau 5 : Revenu annuel du ménage pour les 12 mois ayant précédé l'entrevue selon le type de répondant-e et le genre.</i>	15
<i>Tableau 6 : Sources de revenu selon le type de répondant-e et le genre.</i>	16
2.4. LA SCOLARITÉ DES RÉPONDANT-E-S	17
<i>Tableau 7 : Dernier niveau de scolarité atteint selon le type de répondant-e et le genre</i>	17
2.5. LE LOGEMENT DES RÉPONDANT-E-S.....	18
<i>Tableau 8 : Type d'habitation selon le type de répondant-e et le genre</i>	18
2.6. LE RECOURS À L'AIDE.....	19
<i>Tableau 9 : Nombre d'organismes fréquentés selon le type de répondant-e et le genre</i>	19
<i>Tableau 10 : Type d'aide fréquentée selon le type de répondant-e et le genre</i>	20
<i>Tableau 11 : Confiance en des intervenant-e-s d'organismes du secteur public, para/péripublique ou gouvernemental selon le type de répondant-e et le genre</i>	21
<i>Tableau 12 : Confiance en des intervenant-e-s d'organismes du secteur communautaire selon le type de répondant-e et le genre</i>	21
2.7. LE RÉSEAU SOCIAL.....	22
<i>Tableau 14 : Degré de satisfaction des relations avec les membres de la famille</i>	23
<i>Tableau 15 : Fréquence des rencontres avec les ami-e-s au cours des 12 mois ayant précédé l'entrevue selon le type de répondant-e et le genre</i>	23
<i>Tableau 16 : Degré de satisfaction des relations avec les ami-e-s selon le type de répondant-e et le genre</i>	24
<i>Tableau 17 : Fréquence du sentiment de solitude selon le type de répondant-e et le genre</i>	24
2.8. LES LOISIRS ET LES PASSE-TEMPS	25
<i>Tableau 18 : Activités de sports ou de loisirs pratiqués selon le type de répondant-e et le genre</i>	25
<i>Tableau 19 : Passe-temps pratiqués selon le type de répondant-e et le genre</i>	26
TROISIÈME PARTIE : LE POTENTIEL D'ACTEURS DES RÉPONDANT-E-S.....	29
3.1 : LA PERCEPTION DES RÉPONDANT-E-S SUR LEUR SÉCURITÉ ALIMENTAIRE.....	31
3.1.1 : <i>Se comparer aux cas extrêmes</i>	31
3.1.2 : <i>Les émotions relatives à l'alimentation</i>	32
3.1.3 : <i>L'impact des compétences en cuisine</i>	34
3.2. LES STRATÉGIES DOMESTIQUES	34

3.2.1. Planifier.....	35
3.2.2. S'adapter :.....	43
3.2.3 Se priver.....	46
3.3 LA FRÉQUENTATION DES RESSOURCES FORMELLES	51
3.3.1 <i>L'origine de la fréquentation</i>	52
3.3.2 <i>Les retombées de la fréquentation</i>	54
3.3.3 <i>Les contraintes à la fréquentation</i>	57
3.3.4 <i>La perception du réseau d'aide</i>	60
CONCLUSION.....	63
ANNEXE 1 : LETTRE EXPLICATIVE.....	69
ANNEXE 2 : FICHE D'IDENTIFICATION DE L'ENTREVUE PERSONNE.....	71
ANNEXE 3 : QUESTIONNAIRE SUR LES CONDITIONS DE VIE	73
ANNEXE 4 : CANEVAS D'ENTREVUE (PERSONNES USAGÈRES)	75
ANNEXE 5 : CANEVAS D'ENTREVUE (PERSONNES NON-USAGÈRES)	79
ANNEXE 6 : PLAN D'ÉCHANTILLONNAGE	83
ANNEXE 7 : CAHIER DE CODIFICATION.....	87

LISTE DES FIGURES

Figure 1 : Les quatre volets de la sécurité alimentaire	7
Figure 2 : Les cas-types de pauvreté	27
Figure 3 : La dynamique de sécurité alimentaire des répondant-e-s	30
Figure 4 : Les stratégies alimentaires PAP	35

AVANT-PROPOS

Ce document présente des résultats de la seconde phase d'un projet de recherche qui regroupe plusieurs partenaires des milieux communautaire, institutionnel et religieux. Tous ont en commun de poursuivre l'objectif de bâtir la sécurité alimentaire pour les populations appauvries au Saguenay-Lac Saint-Jean. Cette deuxième étape a été entreprise en janvier 2004. La phase précédente s'était déroulée de juin à décembre 2003. Deux rapports ont été produits par l'équipe durant la première phase: un *Atlas des conditions de vie et de sécurité alimentaire au Saguenay-Lac-Saint-Jean*¹ et un rapport présentant quelques résultats d'une collecte de données réalisées auprès d'intervenant-e-s au Saguenay-Lac-Saint-Jean². La troisième phase s'est poursuivie simultanément à la seconde par l'analyse des informations recueillies lors de 4 groupes de discussions réalisés auprès d'intervenant-e-s en juin 2004. Une quatrième et dernière phase s'est déroulée à l'automne 2004 par la tenue d'un second colloque régional en sécurité alimentaire le 21 octobre 2004 à Alma.

L'initiative de la recherche revient à Mme Danielle Beaudin de la Direction de santé publique de la région 02. Un premier groupe de travail composé de Joël Rouffignat, Danielle Beaudin et Pierre-André Tremblay a jeté les premières bases du devis de recherche qui a été par la suite proposé, au printemps 2003, aux représentant-e-s des organisations membres du Comité de réflexion et d'action en sécurité alimentaire pour la région 02. Un comité conseil issu de ce regroupement participe aux différentes étapes de ce projet afin d'accompagner l'équipe de recherche. Le secteur communautaire y est représenté par les organismes suivants : le Service alimentaire La Recette et le Service d'Entraide La Cigogne, alors que le secteur public y est représenté par l'Agence de développement de réseaux locaux de services de santé et de services sociaux du Saguenay-Lac-Saint-Jean – Direction de santé publique, deux Centres locaux de services communautaires et la Direction régionale de la Sécurité du revenu, qui assure les liens avec les Centres Locaux d'Emploi.

L'équipe de recherche est composée de Pierre-André Tremblay, professeur-chercheur au Département des sciences humaines à l'Université du Québec à Chicoutimi, de Joël Rouffignat, professeur collaborateur du Département de géographie de l'Université Laval, de René Lapierre, agent de recherche à la Direction de la santé publique 02, de Myriam Duplain à titre de chargée de projet et de Marie-Claude Clouston à titre d'assistante de recherche, d'abord à l'UQAC, puis à la Direction de la santé publique du Saguenay–Lac Saint-Jean³.

Ce rapport est rédigé en fonction de l'analyse des 25 entrevues réalisées auprès de 28 personnes usagères et non-usagères de services d'aide alimentaire offerts sur les 6 territoires sociosanitaires régionaux : La Baie, Chicoutimi, Jonquière, Lac St-Jean Est, Maria-

¹ Tremblay, Pierre-André et al., *Atlas des conditions de vie et de sécurité alimentaire au Saguenay-Lac-Saint-Jean*, rapport de recherche remis à la Direction de Santé Publique, RRSSS-02, Chicoutimi, Collectif IDÉES-UQAC, janvier 2004, CD-ROM, 84 cartes, 91 pages. (disponible au GRIR)

² Tremblay, Pierre-André et al., *L'analyse des intervention en sécurité alimentaire au Saguenay Lac-Saint-Jean : les acteurs au cœur du processus Phase 1 Rapport sur les entrevues avec les intervenant-e-s*, rapport de recherche remis à la Direction de Santé Publique, RRSSS-02, Chicoutimi, Collectif IDÉES-UQAC, 36 pages.

³ Madame Louise LeBel a effectué la retranscription des entrevues.

Chapdelaine, Domaine-du-Roy. Pour le recrutement des participant-e-s de cette deuxième phase, l'équipe a pu compter sur la collaboration de nombreuses personnes rattachées à divers organismes communautaires, institutionnels et religieux en plus de l'appui constant des membres du comité régional en sécurité alimentaire. De sincères remerciements s'adressent à tous ces gens qui ont permis l'avancement de ce projet, en particulier, aux participant-e-s qui ont si généreusement accepté de témoigner de leur situation personnelle et familiale bien qu'elle soit difficile très souvent. Notre engagement sur la confidentialité des données nous constraint toutefois à les laisser dans l'anonymat.

INTRODUCTION

Cette deuxième phase du projet de recherche fait suite aux résultats présentés dans les deux premiers rapports. Ces derniers constituent un premier effort régional pour établir un diagnostic de la problématique de la sécurité alimentaire.⁴ L'*Atlas des conditions de vie et de sécurité alimentaire* identifie les zones où se trouvent des populations vulnérables au plan de la sécurité alimentaire.⁵ Les cartes sont conçues selon les statistiques socioéconomiques les plus révélatrices des conditions de vie : emploi, revenu, logement, statut civil, etc. Plusieurs cartes révèlent que les populations les plus fragilisées se retrouvent dans les zones urbaines centrales et dans plusieurs zones rurales.

Le second rapport de la phase 1 a été produit sur la base d'entrevues réalisées auprès de 19 intervenant-e-s dont les expertises sont liées de près ou de loin aux questions de pauvreté et/ou de sécurité alimentaire⁶. Il a permis de soulever certains enjeux sur l'état actuel de ce phénomène dans la région du Saguenay–Lac Saint-Jean. Parmi ceux-ci, on retient notamment la difficulté de remonter aux causes de la pauvreté. Ce constat explique, en partie, pourquoi de nombreux organismes impliqués dans l'aide alimentaire sont contraints d'œuvrer perpétuellement dans l'urgence. De plus, ces données révèlent que plusieurs répondant-e-s perçoivent les personnes et les familles appauvries selon un éventail de caractéristiques négatives, laissant ainsi bien peu d'espace au potentiel d'acteur de ces personnes.

La première phase poursuivait l'objectif de décrire la situation régionale actuelle selon le point de vue de professionnels qui œuvrent dans des organisations qui luttent directement ou indirectement contre l'insécurité alimentaire. Les résultats ont démontré que les différentes expertises de la région opèrent dans un contexte où des segments de la population ne sont pas en mesure d'atteindre un état de sécurité alimentaire. Comme notre recherche est centrée sur les acteurs, cette seconde phase vise à comprendre comment d'autres acteurs, en l'occurrence des personnes et des familles directement touchées, à des degrés divers, par le phénomène d'insécurité alimentaire, cherchent à améliorer leur situation.

En d'autres termes, la question essentielle est : *quels sont les parcours et les stratégies déployés par ces personnes pour atteindre un état de sécurité alimentaire ou pour réduire une situation ou des épisodes d'insécurité alimentaire ?* Cette question découle logiquement de l'intention de considérer les personnes rencontrées au cœur du processus de production de la sécurité alimentaire. C'est en effet la capacité à identifier des objectifs, à cerner des moyens de les atteindre et à les mettre en œuvre – trois composantes essentielles de la notion de stratégie – qui permettent de parler de potentiel d'acteur. Faute de quoi on aura affaire non à une action sociale, mais à un pur déterminisme ne laissant guère de marge de manœuvre aux individus et aux groupes.

⁴ Parallèlement à ce projet de recherche, le Comité de réflexion et d'action en sécurité alimentaire 02 a produit un recueil d'expériences en aide alimentaire pour l'ensemble du territoire du Saguenay–Lac Saint-Jean.

⁵ L'Institut national de santé publique a terminé l'évaluation de la défavorisation des communautés locales pour l'ensemble du territoire québécois. Les résultats peuvent être consultés sur le site suivant : www.inspq.qc.ca/defavorisationCLSC/

⁶ Le terme intervenant n'est pas réservé à une expertise en travail social. Il réfère à des personnes qui travaillent dans des organismes ou institutions qui offrent des services ou des activités visant à réduire les conséquences de la pauvreté ou à lutter directement contre l'insécurité alimentaire.

L'orientation générale du projet s'inspire des travaux de Joël Rouffignat qui situe la sécurité alimentaire sous son rapport avec l'«*empowerment*» et le «*développement social*» des communautés.⁷ L'*empowerment* est un processus de dynamisation et d'autonomisation des personnes et/ou des milieux afin de contrôler les ressources de leur environnement. Ninacs⁸ comprend ce processus complexe comme le produit d'une démarche comportant quatre dimensions concurrentes : 1) la participation, 2) l'acquisition de compétences, 3) l'estime de soi et 4) la conscience critique. Les travaux de l'équipe s'inscrivent donc dans une volonté de contribuer au développement social des collectivités, c'est-à-dire à un effort pour mettre sur pied et consolider des services collectifs (des « infrastructures sociales ») permettant de répondre à des besoins réels et améliorer ainsi les conditions de vie des populations concernées.

Le rapport de cette deuxième phase concerne donc les entrevues réalisées auprès de personnes usagères ou non-usagères d'organismes œuvrant dans le domaine de la sécurité alimentaire. Il est rédigé en quatre sections : la première partie présente la méthodologie et donne des précisions sur les concepts, les stratégies de recherche, le type de données et le genre d'analyse. La partie suivante présente un profil des répondant-e-s. La troisième partie présente des résultats d'analyse des entrevues. Elle est plus soutenue que la section précédente car elle est au centre des objectifs de cette phase. La conclusion soulève les enjeux les plus évidents et suggère quelques pistes aptes à guider la recherche future. L'intention n'est pas de présenter la totalité des informations recueillies, ni d'en fournir un quelconque résumé. Le contenu de ce document, comme les autres résultats présentés dans les précédents rapports, vise à dégager les thématiques qui seront retenues pour bonifier le travail des nombreuses organisations régionales qui développent des services et des activités d'accompagnement pour leur communauté⁹.

⁷ Rouffignat J., Dubois L; Panet-Raymond, J.; Lamontagne, P.; Cameron, S, Girard, M. (2001) *De la sécurité alimentaire au développement social*. Rapport synthèse, Université Laval, septembre 2001, 181p.

Beeman, J.; Panet-Raymond, J.; Racine, S.; Rhéault, J. et Rouffignat, J. (1997) « Les groupes d'aide alimentaire pour les personnes défavorisées: lieux de sociabilité ou de gestion de la pauvreté. » *Cahiers de recherches sociologiques*, N°29, novembre 1997, p.43-58.

⁸ Ninacs, William A. (2002), *Types et processus d'empowerment dans les initiatives de développement économique communautaire au Québec*, Université Laval : Thèse Ph.D., École de service social.

⁹ Présenter une revue compréhensive de la littérature n'entrait pas non plus dans les visées de ce rapport. Nous nous sommes cependant appuyés sur les documents suivants :

Beeman, J.; J. Panet-Raymond et al. (1997) «Les groupes d'aide alimentaire pour les personnes défavorisées: lieux de sociabilité ou de gestion de la pauvreté?», *Cah. de rech. sociol.*, 29: 43-58. Chen, J. ; J. Chen (2001) «L'insécurité alimentaire dans les ménages canadiens», *Rapports sur la santé*, 12,4: 11-24 Ottawa: Stats-Can. ; Deschamps, Carole (2001) *Le rôle et la contribution des organismes communautaires dans la sécurité alimentaire des aînés*, Ottawa: Sante Canada-AQCCA-QASC. ; Hamelin, Anne-Marie; N. Bolduc (2003) «La sécurité alimentaire à l'agenda politique québécois», *Service social*, 50,1: ; Le Bihan, Geneviève; F. Delpeuch; B. Maire (2002) *Nutrition et politiques publiques. Propositions pour une nouvelle approche des enjeux alimentaires*, Paris. Institut de recherche pour le développement: Ed. Charles Léopold Mayer. ; Leroux, R.; W. Ninacs; S. Racine (1999) *L'empowerment et l'action des cuisines collectives*, Québec: Moisson-Québec, Coopération de consultation en développement. ; Mercier, Clément; Annick Métivier ; avec la coll. Charles Coulombe (2003) *Action intersectorielle et développement local à Sherbrooke : impacts et perspectives pour l'action communautaire*, Sherbrooke: Moisson-Estrie : Université de Sherbrooke. ; Rouffignat, J. et al. (2002) *Agir pour la sécurité alimentaire. Soutenir des pratiques d'intervention favorisant le développement social*, Québec, U. Laval: Dépt. de géographie. ; Sabourin, Paul, Roch Hurtubise et Josée Lacourse (2000) *Citoyens*,

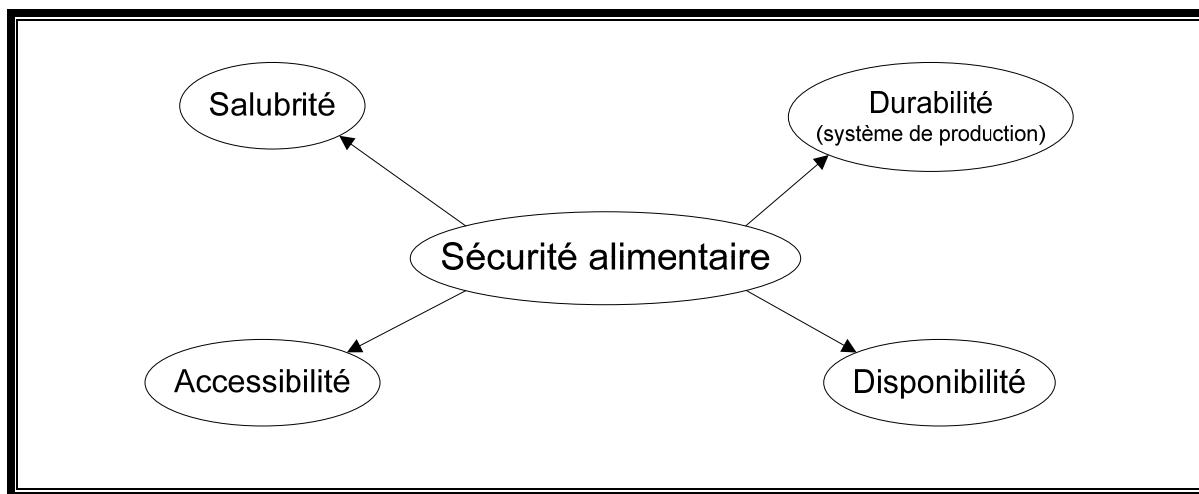
PREMIÈRE PARTIE : ASPECTS CONCEPTUELS ET MÉTHODOLOGIQUES

Cette section présente les principaux concepts ayant influencé l'équipe de recherche. Premièrement, la position de l'équipe quant à la définition de la sécurité alimentaire y est précisée. On passera ensuite à la stratégie générale de recherche, qui combine méthodes quantitative et qualitative. Les détails sur la technique d'échantillonnage révèlent le niveau de difficulté qui touche le recrutement de participant-e-s pour cette phase. Cette première partie se termine par des précisions sur le traitement des données afin de produire les résultats exposés dans la deuxième et la troisième partie du rapport.

Les concepts qui ont encadré la collecte de données

Depuis quelques années, le concept de **sécurité alimentaire** est considéré selon quatre grands volets de recherche et d'intervention qui sont illustrés par la figure 1.

Figure 1
Les quatre volets de la sécurité alimentaire



Source : Joël Rouffignat, figure présentée lors du 8^{ème} colloque annuel en sécurité alimentaire organisé par Moisson-Québec en octobre 2003, Québec.

Le volet **Salubrité** renvoie directement aux méthodes de production des denrées alimentaires par le contrôle de la qualité en raison des répercussions possibles sur la santé des populations. Par exemple, certains pays occidentaux ont connu des épisodes de la maladie de la vache folle et son pendant humain, la maladie de Creutzfeldt-Jacob alors que l'Asie est présentement touchée par la grippe aviaire. Depuis la dernière année, le Canada et le Québec ne sont pas épargnés par ce type de problème qui bouscule les producteurs bovins en particulier.

Le volet **Durabilité du système de production** concerne les préoccupations actuelles basées sur le principe de développement durable. Il s'agit, entre autres, de protéger les écosystèmes menacés par l'utilisation d'organismes génétiquement modifiés (OGM). À titre d'exemple, au Québec, certains groupes environnementalistes font pression auprès des autorités gouvernementales pour un étiquetage obligatoire de tous les produits alimentaires. La production agroalimentaire de type industriel est aussi l'objet de critiques virulentes.

Le volet **Disponibilité** concerne tout particulièrement les pays pauvres situés en Afrique, en Asie et en Amérique du Sud. Ces populations sont confrontées au manque de denrées alimentaires en raison de l'absence d'équipements adéquats, de sols épuisés, de guerres, de famines, etc.

Le volet **Accessibilité**, tel que présenté dans ce rapport, touche certaines populations vivant dans les pays riches qui se trouvent pénalisées pour des raisons de pauvreté. L'équipe s'inscrit dans cette quatrième orientation et elle s'appuie sur la définition proposée par l'OMS, laquelle est reprise par l'Ordre professionnel des diététistes du Québec pour poursuivre ses travaux :

Pour que la sécurité alimentaire existe il faut que...

« ...toute une population ait accès, en tout temps et en toute dignité, à un approvisionnement alimentaire suffisant et nutritif, à coût raisonnable et acceptable aux points de vue social et culturel, que les individus aient un pouvoir d'achat adéquat et qu'ils aient accès à une information simple et fiable qui confère des habiletés et qui permet de faire des choix éclairés ». (Gauvin, J.L. et al, 1996, *Agir ensemble pour contrer l'insécurité alimentaire du Québec*, Ordre professionnel des diététistes du Québec, 35 pages.)

Il y a insécurité alimentaire quand on manque d'aliments, quand on a peur d'en manquer ou quand on subit des contraintes dans les choix des aliments, contraintes qui affectent la qualité nutritionnelle du régime. *L'Enquête nationale sur la santé de la population* de Statistique Canada effectuée en 1998 estime que 10% des Canadien-nes vivaient dans un ménage en situation d'insécurité alimentaire¹⁰. Cette proportion a sans doute augmenté depuis.

Au Québec, les populations touchées par la pauvreté et l'insécurité alimentaire ont la possibilité de fréquenter des ressources qui développent des services et des activités variées afin de réduire les conséquences négatives d'une condition socioéconomique défavorisée. Parmi ces services, ceux qui concernent directement l'**aide alimentaire**, connaissent une croissance et une diversification importantes. De plus, ils sont parfois offerts par des organismes dont la mission n'est pas exclusivement consacrée à la sécurité alimentaire. La région du Saguenay-Lac-Saint-Jean n'échappe pas à cette tendance et compte plusieurs organismes qui offrent des services d'aide alimentaire. Ces derniers sont classés à partir de 5 types d'action suivants :

¹⁰ H. Gauthier, S. Jean (coord.) (2005) *Inventaire des indicateurs de pauvreté et d'exclusion sociale*, Québec : Institut de la Statistique du Québec-Ministère de l'Emploi et de la Solidarité sociale, p. 69.

- Amélioration des disponibilités alimentaires. Par exemple, des jardins collectifs et communautaires.
- Amélioration de l'accès économique et physique aux aliments par un approvisionnement alternatif. Par exemple, des cuisines collectives, des clubs d'achat économique, des magasins d'alimentation sans but lucratif, des magasins partage.
- Amélioration de l'accès économique et physique aux aliments par l'intégration sociale et l'insertion dans le marché du travail. Par exemple, le développement de l'employabilité, la formation à l'emploi, les cours de recherche d'emploi, le développement personnel et social.
- Amélioration des connaissances et habiletés en alimentation. Par exemple, des cours de cuisine, des groupes de surveillance des aubaines, des pratiques d'achat alimentaire, des dégustations, l'administration du budget familial, des échanges de recettes entre usagers, des feuilles volantes/brochures d'idées de recettes économiques et nutritives.
- Services de dépannage alimentaire. Par exemple, des sacs d'aliments, les popotes roulantes, les bons de nourriture, les repas ou collation en milieu scolaire, les repas ou collation en camps d'été, les restaurants populaires, les soupes populaires, les banques alimentaires.

Le défi de l'échantillon

Les vingt-huit participant-e-s (ou répondant-e-s) de cette deuxième phase ont été regroupé-e-s en deux catégories: des **personnes usagères** et des **personnes non-usagères**. On définit les personnes usagères par leur fréquentation d'une ou plusieurs ressources d'aide alimentaire au moment de l'enquête. Les personnes non-usagères n'ont jamais fréquenté de ressources d'aide alimentaire. Cependant, la définition de cette deuxième catégorie de répondant-e-s a dû être élargie en raison des difficultés de recrutement que nous exposons plus loin. Suite à cet ajustement conceptuel, on doit considérer la catégorie des personnes non-usagères en y intégrant des personnes «ex-usagères», c'est-à-dire des personnes qui ont fréquenté des ressources dans le passé mais qui n'en fréquentent plus depuis environ un an. Quatre personnes non-usagères répondent à cette définition élargie et leurs témoignages sont révélateurs quant à leur décision de ne plus aller vers les ressources d'aide alimentaire.

L'échantillon constitué des 28 personnes usagères et non-usagères appartient à la catégorie de l'échantillonnage «*d'acteurs stratégiques*»¹¹, ce qui signifie que les personnes recrutées sont directement affectées par la problématique de sécurité alimentaire. L'échantillon respecte la répartition de la population pour chacune des sous-régions (60% pour le Saguenay et 40% pour le Lac Saint-Jean). Toutefois, il ne correspond pas exactement au plan d'échantillonnage conçu préalablement par l'équipe

¹¹ Selon le terme de A. Pires (1997) « Échantillonnage et recherche qualitative : essai théorique et méthodologique », pp. 113-173 dans J. Poupart et al., *La recherche qualitative. Enjeux épistémologiques et méthodologiques*, Boucherville; Gaëtan Morin.

(voir Annexe 6). En effet, diverses difficultés sont apparues malgré les quatre principales méthodes de recrutement déployées à partir de janvier 2004. On en trouvera le récit à la fin de l'Annexe 6. Il est important de rappeler que ce type d'échantillon n'est pas – ni ne cherche à être – représentatif au sens statistique. On ne peut pas le considérer comme la « reproduction en petit » de la population composant l'univers de la recherche. Il a été construit afin de faire ressortir certains traits vus, par hypothèse, comme particulièrement intéressants, c'est-à-dire, en l'occurrence, la distinction entre personnes usagères et non-usagères. Les témoignages et les énoncés produits par les informateurs-trices intéressent la recherche non parce qu'ils sont comparables ou similaires à ceux des autres, mais parce qu'ils sont uniques et instructifs. Glaser et Strauss parlaient d'un échantillon théoriquement construit¹².

Cette recherche d'exemplarité est typique des méthodologies qualitatives. Elle explique pourquoi l'analyse ne procède pas en comptant les réponses. Pour que cette approche statistique soit admissible, il faudrait considérer les réponses comme qualitativement équivalentes ou, si on préfère, comme similaires. Sans cette condition, on ne peut pas plus les additionner qu'on ne pourrait additionner des pommes et des oranges. Comme nous cherchons à conserver ce que chacune a de *qualitativement* différent, l'analyse ne se base pas sur le fait qu'une certaine quantité de répondant-e-s ont répondu ceci ou cela. Elle se base sur le fait que les informateurs illustrent, chacun à leur façon, une position possible dans l'espace socialement défini de l'insécurité alimentaire. L'analyse aura atteint son but si elle produit un portrait convaincant et cohérent de la situation étudiée. La généralisation pourra alors être faite en formulant un énoncé plus large à partir des données présentées¹³.

L'analyse procède donc en considérant chaque personne comme un cas unique apportant un éclairage particulier sur le sujet qui nous intéresse. C'est en prenant l'ensemble de ces éclairages qu'on arrive à comprendre, plutôt qu'à expliquer, ou même simplement à décrire l'éventail des positions possibles. Nous cherchons à mettre à jour des logiques, des perceptions, des agencements de pratiques, des points de vue. Nous ne cherchons pas à savoir quelle proportion de l'échantillon (ou de la population) participe à telle ou telle de ces logiques, ni quelles sont les variables affectant les positions dans ces logiques. L'analyse est donc largement inductive et c'est pourquoi on ne trouvera pas, dans ce rapport, d'hypothèse à vérifier, ni de démarche opposant, sur un mode déductif, des variables indépendantes à des variables dépendantes.

Une approche mixte pour saisir la réalité

Cette deuxième phase du projet de recherche a été réalisée selon une combinaison de méthodes quantitative et qualitative et ce rapport regroupe les deux types de résultats qui

¹² B. Glaser, A.L. Strauss (1967), *The discovery of grounded theory*, Chicago : Aldine.; A.L. Strauss (1987), *Qualitative analysis for social scientists*, Cambridge: Cambridge U.P.

¹³ Ce mode de généralisation se distingue donc d'une généralisation fonctionnant en appliquant les résultats à une *population* plus large que celle qui a été utilisée dans la recherche. Sur cette question, voir I. Dey (1993) *Qualitative data analysis*, London : Routledge.

y sont associés. Comme les règles d'éthique s'appliquent à toute recherche, la collecte de données a été précédée par la présentation et la signature du formulaire de consentement afin de s'assurer d'une participation pleinement volontaire (Annexe 1). La partie 2 présente le profil des répondant-e-s sur la base de statistiques descriptives selon les informations obtenues par deux outils de collecte : la *fiche d'identification de la personne* et le *questionnaire des conditions de vie* (Annexes 2 et 3). Ces données ont été compilées et analysées avec le logiciel SPSS et les résultats sont exposés sous forme de tableaux.

La partie 3 présente les résultats d'analyse des entrevues réalisées auprès des personnes usagères et non-usagères. Les entrevues sont de type semi-dirigé; c'est-à-dire qu'elles sont menées selon un schéma qui prévoit des discussions relativement ouvertes sur trois thématiques: la situation budgétaire, le recours à l'aide et la vision de l'aide. Des schémas d'entrevue distincts ont été utilisés selon qu'il s'agissait des personnes usagères ou non-usagères (Annexes 4 et 5). La version finale du canevas de base servant pour les discussions a été déterminée après 3 entrevues pré-test. Les 25 entrevues (15 auprès de personnes usagères et 10 auprès de personnes non-usagères) ont été réalisées entre le 12 janvier et le 6 juin 2004 au domicile des participant-e-s ou dans un organisme. De ce nombre, on compte 22 entrevues individuelles et 3 entrevues avec deux répondant-e-s. La durée des enregistrements varie de 35 minutes à 2 heures. À cela, il faut ajouter une période de mise en confiance au début de la rencontre et le temps requis pour compléter le questionnaire des conditions de vie en fin de rencontre. On peut estimer que la plupart des rencontres ont demandé une collaboration d'une demi-journée de la part des participant-e-s. La retranscription intégrale des verbatims totalise 784 pages. Toutes les entrevues ont été traitées avec le logiciel Nudist NVIVO.

L'analyse touche tout le contenu des entrevues, ce qui implique les 5 étapes suivantes :

1. Étape de retranscription intégrale des données audio (moyenne de 6.5 heures de retranscription par entrevue).
2. Étape de lecture libre pour une première appropriation du discours des participant-e-s.
3. Étape de codification des entrevues selon les thématiques recensées (voir le cahier de codification, annexe 7).
4. Étape d'analyse des entrevues afin de dégager des thématiques communes et singulières, ce qui produit ce que nous appellerons un « noyau de sens ».
5. Étape d'interprétation des entrevues afin de produire les premiers résultats.
Interventions pour rendre les données anonymes.

Les choix d'analyse

Dans la seconde partie de ce rapport, les informations recueillies ont été analysées uniquement selon la fréquence des réponses dans une perspective de statistique descriptive en raison de la taille et du type d'échantillon. Dans ce cas, il est impossible d'établir des liens de corrélation comme le permettrait un échantillon représentatif. Cette partie de la base de données sert donc exclusivement à dresser le profil socioéconomique des personnes rencontrées en fonction de huit thématiques et n'a pas la prétention de

représenter les conditions de vie globales des personnes en situation d'insécurité alimentaire, ni de reproduire « à petite échelle » l'ensemble de cette catégorie de personnes. Les résultats sont présentés dans des tableaux suivis de commentaires explicatifs.

La rédaction de la troisième partie s'appuie sur l'analyse détaillée des entrevues dans une perspective qualitative. Cependant, étant donné l'envergure du corpus et des objectifs de la deuxième phase, l'analyse est centrée autour des thèmes qui permettent de traduire le processus de sécurité alimentaire tel qu'il est produit par les répondant-e-s. Certaines informations relatives au contexte économique régional n'ont pas été traitées, bien qu'elles aient été codifiées. Cette orientation est justifiée par la volonté de comprendre les *stratégies* développées par les personnes rencontrées pour arriver à maintenir ou atteindre un état de sécurité alimentaire selon qu'elles fréquentent ou non des ressources d'aide alimentaire.

Chacune des 25 entrevues est considérée comme un cas particulier et les interprétations tirées de l'analyse ne permettent pas de généraliser les conclusions à l'ensemble de la population potentielle, sur le mode de la généralisation statistique. Les travaux issus de cette position méthodologique visent essentiellement à approfondir les démarches individuelles et familiales dans la question de la sécurité alimentaire afin de dégager une certaine modélisation des stratégies. On pourrait en parler comme d'une « montée en généralité » ou en abstraction. À cet égard, les différences d'expériences, de comportements ou d'attitudes entre des personnes usagères et non-usagères servent à proposer certaines pistes d'explications. Ces dernières sont regroupées autour des trois dimensions suivantes : la perception qu'ont les répondant-e-s de leur sécurité alimentaire, les stratégies de l'espace domestique et la fréquentation des ressources formelles.

DEUXIÈME PARTIE: LE PORTRAIT DES RÉPONDANT-E-S

Cette section du rapport dresse le portrait des personnes rencontrées au cours de cette deuxième phase de la recherche. Elle a été rédigée à partir de données compilées dans la fiche d'identification de la personne et du questionnaire des conditions de vie (voir les annexes 2 et 3). Au total, vingt-huit personnes ont pris part aux vingt-cinq entrevues. Les dix-neuf tableaux présentés dans cette deuxième partie font état de données concernant le nombre total de personnes ayant participé aux entrevues. Ils sont associés à huit types de variables qui donnent des précisions sur les conditions socioéconomiques des répondant-e-s. Nous considérerons successivement : la répartition des répondant-e-s selon le territoire, le groupe d'âge et le genre, puis leur situation familiale, leurs revenus, leur scolarité, leur situation de logement, le recours à l'aide, le réseau social, et, enfin, les loisirs et passe-temps.

2.1. La répartition spatiale des répondant-e-s

Tableau 1 : Répartition des personnes usagères selon le territoire sociosanitaire, le groupe d'âge et le genre.

Territoire sociosanitaire	Personnes usagères						
	18-34 ans		35-54 ans		55 ans et plus		
	Femmes	Hommes	Femmes	Hommes	Femmes	Hommes	Total
La Baie	1	0	3	1	0	0	5
Chicoutimi	1	0	0	0	1	3	5
Jonquière	1	0	1	1	0	0	3
Lac-Saint-Jean Est	1	0	0	0	0	1	2
Maria-Chapdelaine	0	1	0	0	0	0	1
Domaine-du-Roy	0	0	1	1	0	0	2
Total	4	1	5	3	1	4	18

Au total, dix femmes et huit hommes qui fréquentent des ressources d'aide alimentaire ont participé aux entrevues. Près de la moitié des personnes usagères rencontrées sont âgées entre 35 et 54 ans (8 sur 18). Les autres groupes d'âge comptent chacun cinq répondant-e-s. Plus de la moitié de ces personnes résident à de Ville de Saguenay, cinq de La Baie, cinq de Chicoutimi et trois de Jonquière. Cette répartition, tel qu'évoqué précédemment dans la section méthodologie, respecte la distribution de la population sur le territoire régional. Pour des raisons de difficultés de recrutement, aucune personne habitant les villages du Bas-Saguenay n'a été rencontrée.

Tableau 2 : Répartition des personnes non-usagères selon le territoire sociosanitaire, le groupe d'âge et le genre.

	Personnes non-usagères							
	18-34 ans		35-54 ans		55 ans et plus		Total	
	Territoire sociosanitaire	Femmes	Hommes	Femmes	Hommes	Femmes	Hommes	
La Baie	1	0	0	0	0	0	0	1
Chicoutimi	0	0	0	0	1	0	0	1
Jonquière	1	0	0	0	0	0	0	1
Lac-Saint-Jean Est	0	1	1	0	0	0	0	2
Maria-Chapdelaine	0	0	0	1	0	0	0	1
Domaine-du-Roy	0	2	1	0	1	0	0	4
Total	2	3	2	1	2	0	10	

Pour les personnes non-usagères, six femmes et quatre hommes ont été rencontré-e-s. Comparativement aux personnes usagères, la moitié de ces répondant-e-s ont entre 18 et 34 ans. Quatre personnes sur dix proviennent du territoire sociosanitaire de Domaine-du-Roy. La concentration des répondant-e-s sur ce territoire peut être en partie expliquée par les difficultés de recrutement qui ont rendue nécessaire la modification du plan d'échantillonnage original (voir annexe 6).

2.2. La situation familiale des répondant-e-s

Tableau 3 : Statut civil selon le type de répondant-e et le genre.

	Type de répondant-e				
	Personnes usagères		Personnes non-usagères		
Statut civil	Femmes	Hommes	Femmes	Hommes	Total
Célibataire	2	3	3	1	9
Monoparental-e	2	0	0	0	2
Conjoint-e de fait	3	1	1	2	7
Marié-e	3	1	0	0	4
Divorcé-e/séparé-e	0	3	2	1	6
Veuf-ve	0	0	0	0	0
Total	10	8	6	4	28

Onze des vingt-huit personnes rencontrées vivaient en couple au moment de l'entrevue (7 conjoints de fait et 4 personnes mariées). À l'inverse, dix-sept personnes vivaient seules : neuf personnes étaient célibataires, six personnes étaient divorcées ou séparées et deux personnes étaient monoparentales. Cette réalité se remarque particulièrement chez les

hommes où huit répondants étaient soit célibataires (4 sur 12), soit divorcés ou séparés (4 sur 12).

Tableau 4: Nombre d'enfants à charge selon le type de répondant-e et le genre.

	Type de répondant-e				
	Personnes usagères		Personnes non-usagères		
Nombres d'enfants	Femmes	Hommes	Femmes	Hommes	Total
0	4	6	5	3	18
1	4	1	0	0	5
2	0	0	1	0	1
3	0	0	0	0	0
4	1	1	0	0	2
5	1	0	0	1	2
Total	10	8	6	4	28

Cinq personnes, toutes usagères, affirment avoir un seul enfant à charge. Ce tableau nous révèle donc que la majorité des informateurs et informatrices (18 sur 28) n'ont pas d'enfant sous leur responsabilité. Cette caractéristique est plus frappante chez les non-usager-e-s où 8 des 10 personnes disent n'en avoir aucun. Six des huit hommes usagers sont également dans cette situation. Il faut toutefois préciser que ces personnes ne sont pas nécessairement sans enfant. Leurs enfants pouvaient effectivement avoir atteint l'âge de la majorité ou être sous la responsabilité d'une autre personne. Ces enfants n'ont pas été comptabilisés.

2.3. Les revenus des répondant-e-s

Tableau 5 : Revenu annuel du ménage pour les 12 mois ayant précédé l'entrevue selon le type de répondant-e et le genre.

	Type de répondant-e				
	Personnes usagères		Personnes non-usagères		
Revenu annuel (\$)	Femmes	Hommes	Femmes	Hommes	Total
Moins de 5 000\$	0	0	0	0	0
5 000 à 9 999\$	5	4	3	2	14
10 000 à 14 999\$	2	2	1	0	5
15 000\$ à 19 999\$	0	0	1	1	2
20 000\$ à 24 999\$	2	2	1	1	6
25 000\$ et plus	1	0	0	0	1
Total	10	8	6	4	28

En ce qui concerne le revenu annuel des ménages, quatorze personnes rencontrées ont un revenu annuel qui varie entre 5 000\$ et 9 999\$. Ces personnes représentent la moitié de chacun des types de répondant-e-s, soit 9 des 18 usager-e-s et 5 des 10 non-usager-e-s. Notons qu'une seule personne affirme avoir un revenu de plus de 25 000\$ et qu'aucune ne déclare un revenu annuel de moins de 5 000\$. On peut affirmer qu'en majorité, les répondant-e-s et leur famille doivent composer avec des revenus annuels qui varient entre 5 000\$ et 24 999\$, sommes qui sont en deçà des seuils de faible revenu établis par Statistique Canada¹⁴.

Tableau 6 : Sources de revenu selon le type de répondant-e et le genre.

	Type de répondant-e				
	Personnes usagères		Personnes non-usagères		
Sources de revenus	Femmes	Hommes	Femmes	Hommes	Total
Assurance-emploi ou CSST	0	0	1	0	1
Emploi	0	2	1	1	4
Emploi et allocations familiales	1	0	0	0	1
Sécurité du revenu	1	2	2	2	7
Sécurité du revenu et allocations familiales	5	2	0	1	8
Sécurité du revenu et sécurité vieillesse	0	1	1	0	2
Sécurité du revenu et assurance emploi/CSST	1	0	1	0	2
Sécurité du revenu et emploi	1	1	0	0	2
Sécurité vieillesse, régime des rentes et REER	1	0	0	0	1
Total	10	8	6	4	28

CSST : Commission de la santé et sécurité au travail.

REER : Régime enregistré d'épargne et de retraite.

En ce qui a trait aux sources de revenu, sept personnes mentionnent la Sécurité du revenu comme unique source tandis que huit autres personnes la combinent avec des allocations familiales. Au total, vingt et une personnes (14 usager-e-s et 7 non-usager-e-s) comptent la Sécurité du revenu parmi leurs différentes sources de revenus. Enfin, sept personnes, dont trois femmes et quatre hommes, déclarent un revenu d'emploi.

¹⁴ Les seuils de faible revenu varient selon la taille de l'unité familiale et de la communauté. Pour des explications supplémentaires, voir le document : Statistique Canada, *Les seuils de faible revenu de 1994 à 2003 et les mesures de faibles revenu de 1992 à 2001*, Série de documents de recherche – Revenu, no 2, 9 mars 2004, 39 p.

2.4. La scolarité des répondant-e-s

Tableau 7 : Dernier niveau de scolarité atteint selon le type de répondant-e et le genre

	Type de répondant-e				
	Personnes usagères		Personnes non-usagères		
Niveau de scolarité	Femmes	Hommes	Femmes	Hommes	Total
Études primaires	0	0	2	0	2
Sans diplôme d'études secondaires	6	5	0	1	12
Études secondaires en cours	1	1	0	0	2
DES ou DEP	1	1	4	1	7
Collégial	1	1	0	1	3
Universitaire	0	0	0	1	1
Total	9	8	6	4	27

Note : information manquante pour une personne.

DES : diplôme d'études secondaires.

DEP : diplôme d'études professionnelles.

Pour ce qui est de la scolarité, plusieurs informateurs et informatrices (12 sur 28) n'ont pas complété leurs études secondaires. C'est notamment le cas pour 11 des 18 personnes usagères. Pour leur part, la majorité des personnes non-usagères (7 sur 10) ont complété des études de niveau secondaire/professionnelle ou supérieur : cinq personnes ont un diplôme d'études secondaires ou professionnelles (DES ou DEP), une personne a un diplôme de niveau collégial et une autre personne a un diplôme de premier cycle universitaire.

2.5. Le logement des répondant-e-s

Tableau 8 : Type d'habitation selon le type de répondant-e et le genre

	Type de répondant-e				
	Personnes usagères	Personnes non-usagères			
Type d'habitation	Femmes	Hommes	Femmes	Hommes	Total
Propriété	2	1	0	0	3
Location	4	5	6	1	16
Logement social (HLM, RPA)	4	1	0	2	7
Coopérative d'habitation	0	0	0	0	0
Avec de la famille	0	1	0	1	2
Total	10	8	6	4	28

HLM : habitation à loyer modique.

RPA : résidence pour personnes âgées.

Plus de la moitié des personnes rencontrées (16 sur 28) habitaient en logement locatif au moment de l'entrevue. C'était du moins le cas pour 9 usager-e-s sur 18 et 7 non-usager-e-s sur 10. Sept autres personnes, dont 5 usager-e-s sur 18 et 2 non-usager-e-s sur 10, avaient privilégié le HLM comme type d'habitation. Aucune des personnes interrogées n'habitait dans une coopérative d'habitation. Il faut également souligner que l'information présentée dans ce tableau est sujette à plusieurs variations. En effet, au moment de réaliser les entrevues, certaines des personnes rencontrées habitaient dans leur logement depuis seulement quelques mois alors que d'autres y résidaient depuis plusieurs années. En moyenne, les répondant-e-s ont déménagé 2,7 fois au cours des 10 dernières années. Cette moyenne n'est qu'une estimation puisque les réponses compilées au sujet du nombre de déménagements effectués au cours des 10 dernières années étaient approximatives. On peut tout de même avancer l'hypothèse voulant que les personnes rencontrées soient relativement mobiles au point de vue résidentiel.

2.6. Le recours à l'aide

Tableau 9 : Nombre d'organismes fréquentés selon le type de répondant-e et le genre

Nombre d'organismes	Types de répondant-e				
	Personnes usagères		Personnes non-usagères		Total
	Femmes	Hommes	Femmes	Hommes	
Aucun	0	0	4	2	6
1 organisme	4	5	1	2	12
2 organismes	3	1	1	0	5
3 organismes	0	0	0	0	0
4 organismes	2	1	0	0	3
5 organismes	1	1	0	0	2
Total	10	8	6	4	28

Douze personnes rencontrées, dont 9 usager-e-s et 3 non-usager-e-s, fréquentaient un seul organisme d'aide (alimentaire ou autre) au moment de l'entrevue. Inversement, et de façon prévisible, 6 personnes, toutes non-usagères, ne fréquentaient aucun organisme.

Tableau 10 : Type d'aide fréquentée selon le type de répondant-e et le genre

Types d'aide	Types de répondant-e				Total
	Personnes usagères		Personnes non-usagères		
	Femmes	Hommes	Femmes	Hommes	
Disponibilité alimentaire (jardins communautaires, collectifs)	0	0	0	0	0
Accès économique et physique par un approvisionnement alternatif	1	2	0	0	3
Accès économique par intégration sociale et au marché du travail	0	0	1	0	1
Connaissances et habiletés	0	0	0	0	0
Dépannage alimentaire uniquement	1	1	0	1	3
Aide vestimentaire uniquement	0	0	0	0	0
Aide budgétaire uniquement	0	0	0	0	0
Aide psychosociale	0	0	0	1	1
Dépannage alimentaire et aide vestimentaire	2	1	0	0	3
Accès économique et physique alternatif et aide vestimentaire	0	1	0	0	1
Accès économique et physique alternatif et dépannage alimentaire	0	2	0	0	2
Accès économique et physique alternatif, dépannage alimentaire et aide vestimentaire	5	0	0	0	5
Accès économique et physique alternatif, dépannage alimentaire, aide vestimentaire, budgétaire et psychosociale	1	1	0	0	2
Accès économique par intégration sociale et au marché du travail et aide vestimentaire	0	0	1	0	1
Sans aide	0	0	4	2	6
Total	10	8	6	4	28

Les personnes rencontrées ont recours à une aide variée. Quatorze répondant-e-s fréquentent effectivement plus d'un type d'aide. Les ressources de dépannage alimentaire sont les plus populaires avec quinze personnes au total qui fréquentent ce type de service. Les services d'accès économique et physique aux aliments par un approvisionnement alternatif sont pour leur part fréquentés par treize répondant-e-s. En outre, neuf personnes fréquentent des ressources d'aide vestimentaire. Au total, 5 usager-e-s sur 18 combinent ces trois formes d'aide. Par ailleurs, la majorité des non-usager-e-s n'ont recours à aucune forme d'aide qu'elle soit alimentaire ou autre. Un seul non-usager a reçu du dépannage alimentaire 10 mois avant l'entrevue. Les autres non-usager-e-s ont plutôt fait appel à des services d'aide non alimentaire, soient des services d'accès économique par intégration sociale et au marché du travail ou des services d'aide vestimentaire et d'aide psychosociale. Évidemment, il est possible qu'un organisme offre plus d'un service d'aide.

Tableau 11 : Confiance en des intervenant-e-s d'organismes du secteur public, para/péripUBLIC ou gouvernemental selon le type de répondant-e et le genre

	Types de répondant-e-s				
	Personnes usagères		Personnes non-usagères		
Confiance organismes publics	Femmes	Hommes	Femmes	Hommes	Total
Oui	4	6	4	2	16
Non	6	2	2	2	12
Total	10	8	6	4	28

Seize personnes affirment avoir confiance en au moins un-e intervenant-e oeuvrant dans le secteur public, para/péripUBLIC ou gouvernemental (Centre Local d'Emploi, Carrefour Jeunesse Emploi, Centre Local de Services Communautaires, école, etc.). Six personnes non-usagères ont répondu par l'affirmative à cette question tout comme 10 des 18 usager-e-s. Il en va de même pour 8 des 12 hommes interviewés. De leur côté, la moitié des femmes rencontrées (8 sur 16) ont confiance en au moins un-e intervenant-e de ce secteur. Seulement 4 des 10 femmes usagères sont dans cette situation, contrairement aux femmes non-usagères qui ont répondu « Oui » dans une proportion de 4 sur 6.

Tableau 12 : Confiance en des intervenant-e-s d'organismes du secteur communautaire selon le type de répondant-e et le genre

	Types de répondant-e				
	Personne usagères		Personnes non-usagères		
Confiance organismes communautaire	Femmes	Hommes	Femmes	Hommes	Total
Oui	9	6	2	1	18
Non	1	2	0	0	3
Ne s'applique pas	0	0	4	3	7
Total	10	8	6	4	28

Dans le même ordre d'idées, dix-huit personnes disent avoir confiance en au moins un-e intervenant-e du secteur communautaire. Seulement trois personnes n'ont pas été en mesure de nommer un organisme communautaire où elles pouvaient trouver un-e intervenant-e sur qui compter en tout confiance. Il faut souligner que l'information ne s'applique pas pour sept non-usager-e-s qui ne fréquentent aucun organisme communautaire.

2.7. Le réseau social

Tableau 13 : Fréquence des rencontres avec la famille au cours des 12 mois ayant précédé l'entrevue selon le type de répondant-e et le genre

	Types de répondant-e				Total
	Personnes usagères		Personnes non-usagères		
Fréquence des rencontres	Femmes	Hommes	Femmes	Hommes	Total
Plus d'une fois par semaine	2	3	2	1	8
Une fois par semaine	4	2	4	0	10
Au moins une fois par mois	0	0	0	2	2
Quelques fois par année	1	1	0	0	2
Uniquement lors d'occasions spéciales	2	0	0	0	2
Jamais	1	2	0	1	4
Total	10	8	6	4	28

Au moment de compléter le questionnaire sur les conditions de vie, dix-huit informateurs et informatrices ont affirmé voir les membres de leur famille au moins une fois par semaine. De ce nombre, onze sont des usager-e-s et sept des non-usager-e-s. À l'opposé, quatre personnes affirment ne jamais voir aucun des membres de leur famille. Aussi, quatre répondant-e-s ne les fréquentent que quelques fois par année ou uniquement lors d'occasions spéciales. Même si les rencontres se font rares, cela n'implique pas nécessairement que ces personnes soient en mauvais termes avec leur famille. Quelques personnes nous ont d'ailleurs affirmé avoir des contacts réguliers avec leur parenté par le biais du téléphone ou d'Internet. Aussi, quelques répondant-e-s ne sont pas originaires de la région. Les coûts d'un voyage étant élevés, ces dernier-e-s ne peuvent se déplacer que rarement pour visiter les parents qui n'habitent pas au Saguenay-Lac-Saint-Jean.

Il faut également ajouter que la définition de « famille » varie selon les personnes. Alors que certains répondaient en fonction de leurs enfants qui ne sont plus à charge, d'autres répondaient plutôt par rapport à leur père, à leur mère ou leurs frères et sœurs. La fréquence des rencontres pouvait également varier en fonction des membres de la famille. Par exemple, si quelques répondant-e-s sont en bons termes avec la plupart des membres de la famille, il en va autrement pour quelques frères et sœurs avec lesquels ils se disent en conflit. Lorsque de tels cas se présentaient, la réponse concernant la fréquence des rencontres avec la majorité des membres de la famille était conservée pour ce portrait.

Tableau 14 : Degré de satisfaction des relations avec les membres de la famille selon le type de répondant-e et le genre.

	Types de répondant-e-s				
	Personnes usagères		Personnes non-usagères		
Degrés de satisfaction	Femmes	Hommes	Femmes	Hommes	Total
Très satisfaisante	7	6	5	2	20
Plutôt satisfaisante	1	0	1	1	3
Plutôt insatisfaisante	0	0	0	0	0
Très insatisfaisante	2	1	0	1	4
Total	10	7	6	4	27

Note : Information manquante pour une personne.

Sur ce point, vingt personnes sont très satisfaites des relations qu'elles entretiennent avec leur famille. Cette majorité représente 13 des 18 usager-e-s et 7 des 10 non-usager-e-s. En revanche, quatre personnes interviewées se disent très insatisfaites des relations avec leur parenté. Bien entendu, comme c'était le cas précédemment, la définition du concept de famille peut varier selon les répondant-e-s. Les personnes rencontrées répondaient effectivement en fonction de ceux qu'elles considéraient comme étant les membres de leur famille.

Tableau 15 : Fréquence des rencontres avec les ami-e-s au cours des 12 mois ayant précédé l'entrevue selon le type de répondant-e et le genre

	Types de répondant-e-s				
	Personnes usagères		Personnes non-usagères		
Fréquence des rencontres	Femmes	Hommes	Femmes	Hommes	Total
Plus d'une fois par semaine	6	5	0	3	14
Une fois par semaine	4	2	3	0	9
Au moins une fois par mois	0	0	1	0	1
Quelques fois par année	0	0	1	0	1
Uniquement lors d'occasions spéciales	0	0	0	0	0
Jamais	0	0	0	0	0
Total	10	7	5	3	25

Au total, vingt-cinq répondant-e-s (17 usager-e-s sur 18 et 8 non-usager-e-s sur 10) mentionnent la présence d'ami-e-s dans leur entourage. Vingt-trois personnes déclarent côtoyer au moins une fois par semaine. C'est notamment le cas pour la totalité des usager-e-s ayant répondu « oui » à l'affirmation : « J'ai des ami-e-s dans mon entourage ». Par ailleurs, aucune des femmes non-usagères ayant répondu « oui » à cette même affirmation ne fréquente leurs ami-e-s plus d'une fois par semaine.

Tableau 16 : Degré de satisfaction des relations avec les ami-e-s selon le type de répondant-e et le genre

	Types de répondant-e-s				
	Personnes usagères		Personnes non-usagères		
Degrés de satisfaction	Femmes	Hommes	Femmes	Hommes	Total
Très satisfaisante	8	4	5	2	19
Plutôt satisfaisante	2	3	0	1	6
Plutôt insatisfaisante	0	0	0	0	0
Très insatisfaisante	0	0	0	0	0
Total	10	7	5	3	25

À propos du degré de satisfaction des relations avec les ami-e-s, 19 des 25 personnes ayant mentionné la présence d'ami-e-s dans leur entourage les considèrent très satisfaisantes. Les six autres personnes (5 usager-e-s et 1 non-usager) les évaluent comment étant plutôt satisfaisantes.

Tableau 17 : Fréquence du sentiment de solitude selon le type de répondant-e et le genre

	Types de répondant-e-s				
	Personnes usagères		Personnes non-usagères		
Fréquences du sentiment de solitude	Femmes	Hommes	Femmes	Hommes	Total
Toujours (sentiment permanent)	1	1	0	1	3
Souvent (4-5 jours par semaine)	2	2	1	1	6
Quelques fois (1-2 jours par mois)	4	2	0	1	7
Rarement (quelques jours par année)	1	2	4	1	8
Jamais	2	1	1	0	4
Total	10	8	6	4	28

Relativement à la fréquence à laquelle les répondant-e-s affirment souffrir de solitude, les réponses semblent partagées. En effet, une faible proportion de 8 personnes sur 28 ne souffre que rarement de solitude. La moitié des non-usager-e-s (5 sur 10) sont dans cette situation. Les autres réponses les plus fréquentes sont « Quelques fois » (7 sur 28) et « Souvent » (6 sur 28). Évidemment, la définition du mot « solitude » peut varier d'une personne à l'autre. Si pour certains la solitude signifie «se sentir seul-e », elle peut également vouloir dire « se sentir incompris-e », « ne pas trouver d'aide dans les moments difficiles », « se sentir loin de sa famille » ou « se sentir isolé-e ». Pour quelques personnes, la solitude est un état positif puisqu'elles se définissent comme étant plutôt solitaires. Par conséquent, ces personnes affirment vivre des moments de solitude, mais elles n'en « souffrent » pas.

2.8. Les loisirs et les passe-temps

Tableau 18 : Activités de sports ou de loisirs pratiqués selon le type de répondant-e-s et le genre

	Types de répondant-e-s				Total
	Personnes usagères		Personnes non-usagères		
Activités de sports ou de loisirs	Femmes	Hommes	Femmes	Hommes	
Billard	0	0	1	0	1
Conditionnement physique	0	1	0	1	2
Dard	0	0	1	0	1
Marche	5	2	3	2	12
Natation	1	0	0	0	1
Patin	1	0	0	0	1
Pêche	1	2	0	0	3
Ski de fond	1	0	0	0	1
Snowblade (Patin ski)	0	1	0	0	1
Soccer	0	0	0	1	1
Vélo	0	1	1	2	4
Volley-ball	1	0	0	0	1
Total	10	7	6	6	29

Dix-neuf des 28 personnes ayant participé aux entrevues pratiquent différentes activités de sports ou de loisirs (11 usager-e-s et 8 non-usager-e-s). Des 9 personnes qui n'en pratiquent pas, quelques personnes affirment que cela est dû à leur condition de santé. Les activités de sports et de loisirs pratiquées par ces personnes sont très variées. Néanmoins, on peut remarquer que 12 personnes pratiquent la marche, 4 personnes font du vélo et 3 personnes s'adonnent à la pêche. Quelques personnes nous ont avoué ne pas pouvoir pratiquer certaines activités, par exemple le ski, en raison du manque de moyens financiers. Aussi, comme les personnes pouvaient nommer plus d'une activité, seules les deux principales ont été considérées pour ce portrait. Ce fait explique le nombre plus élevé de réponses que de répondant-e-s dans le tableau présenté ci-dessus.

Tableau 19 : Passe-temps pratiqués selon le type de répondant-e et le genre

	Types de répondant-e-s				
	Personnes usagères		Personnes non-usagères		
Passe-temps	Femmes	Hommes	Femmes	Hommes	Total
Ballade en voiture	1	0	0	0	1
Bricolage	0	1	0	0	1
Bénévolat	0	1	0	0	1
Jouer aux cartes	0	1	0	0	1
Casse-tête	1	0	0	0	1
Cinéma	0	0	0	1	1
Cuisiner	1	0	0	0	1
Dessin	1	1	0	1	3
Écriture	0	0	0	1	1
Écrire des livres de recette	1	0	0	0	1
Fumer	0	1	0	0	1
Internet	2	0	1	1	4
Jouer d'un instrument	0	0	1	0	1
Lecture	5	1	4	0	10
Magasinage (Lèche-vitrines)	0	0	1	0	1
Mots-croisés/Mots-Mystères	1	2	0	0	3
Peinture	1	1	0	0	2
Playstation	0	1	0	0	1
Tricot	1	0	1	0	2
Télévision	1	0	0	0	1
Total	16	10	8	4	38

Du côté des passe-temps, une forte majorité de 25 répondant-e-s sur 28 disent en avoir (16 usager-e-s et 9 non-usager-e-s). La distribution des passe-temps rappelle celle des activités de sports et de loisirs, car elle est tout aussi variée. Toutefois, on peut constater qu'une majorité de personnes (10 sur 28) mentionne la lecture. De ces 10 personnes, 9 sont des femmes dont 5 usagères et 4 non-usagères. Les autres passe-temps les plus populaires sont l'Internet (clavardage, Web, etc.) avec 4 personnes, le dessin avec 3 personnes et les mots-croisés/mots-mystères comptant également 3 personnes. Comme c'était le cas pour les activités de sports ou de loisirs, quelques informateurs et informatrices nous ont avoué ne pas s'adonner à certains passe-temps tels que le bricolage ou la rénovation, en raison des coûts élevés de ce genre d'activités. De plus, les répondant-e-s pouvant nommer plus d'un passe-temps, nous n'avons conservé dans ce portrait que les deux principaux. Cela explique le nombre plus élevé de réponses que de personnes ayant participé aux entrevues.

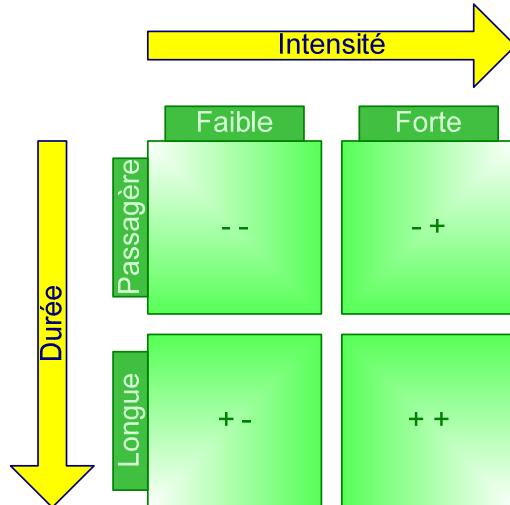
De façon générale, nos répondant-e-s demeurent principalement au Saguenay, ce qui est aussi le cas de la plupart des personnes usagères que nous avons rencontrées. Cet échantillon reproduit donc, grossièrement, la répartition de la population générale de la région, mais nous ignorons si cela est le cas pour l'ensemble des personnes utilisant les ressources d'aide alimentaire. Toute généralisation de type statistique ne pourra donc se

faire qu'avec la plus grande prudence. La moitié des personnes de notre échantillon ayant des revenus inférieurs à \$10 000 et la quasi-totalité ayant des revenus de moins de \$25 000 par an, il est évident que nous avons rencontré des personnes appauvries. Elles partagent plusieurs des traits qui sont généralement associés à cette condition socio-économique. Ainsi, peu d'entre elles occupaient un emploi au moment où nous les avons rencontrées, près de la moitié ont peu de scolarité (moins qu'un Secondaire V) et presque toutes sont locataires avec une mobilité résidentielle assez forte.

Il est cependant remarquable que bien que la majorité déclarent vivre seules et qu'une minorité aient un ou des enfants à charge, elles ne semblent pas isolées ni ressentir le manque d'intégration à des réseaux sociaux. La plupart ont des contacts relativement fréquents avec des membres de leur famille et/ou avec des amis et, ce qui est tout aussi importants, la qualité et la satisfaction de ces contacts sont évaluées positivement. Il n'est donc pas surprenant qu'une minorité déclare se sentir esseulée, alors que près de la moitié nous disent ne jamais ressentir de solitude. Si elles entretiennent leurs réseaux sociaux, elles sont aussi actives sur les autres plans de la vie quotidienne : elles ont des activités physiques et des passe-temps, bien que la popularité de la lecture fasse croire que les passe-temps les plus répandus sont plutôt solitaires. Elles utilisent des organismes d'aide (pas nécessairement pour de l'aide alimentaire) et elles semblent avoir une relation plutôt bonne avec les intervenants sociaux, ceux provenant du milieu communautaire semblant être un peu mieux appréciés que ceux appartenant au réseau péri/parapublic ou public.

Au total, si nous reprenons la classification établie par les intervenants rencontrés lors de la première phase de cette recherche (voir Figure 2), les personnes que nous avons interviewées pour la deuxième phase n'appartiennent pas à la catégorie la plus défavorisée.

Figure 2
Les cas-types de pauvreté



Pour la plupart d'entre elles, la pauvreté est sévère mais pas catastrophique et, bien que nous n'ayons pas d'information fiable sur la durée des épisodes de pauvreté, la présence de

réseaux sociaux et familiaux tend à faire croire qu'elles ne subissent pas un degré d'exclusion maximum. Ces caractéristiques doivent être gardées en mémoire pour mieux comprendre les perceptions et les comportements présentés dans la section suivante.

TROISIÈME PARTIE : LE POTENTIEL D'ACTEURS DES RÉPONDANT-E-S

Cette section du rapport présente des résultats tirés de l'analyse des entrevues réalisées auprès des vingt-huit répondant-e-s dont le profil a été tracé dans la section précédente. Les entrevues ont été menées autour des trois thématiques suivantes : la situation budgétaire, le recours à l'aide et la vision de l'aide (voir les Annexes 4 et 5). Notre but n'est pas de présenter l'*ensemble* du discours, qui est bien trop complexe pour pouvoir être condensé dans les quelques pages qui suivent. Pour l'essentiel, cette partie de la collecte de données vise à saisir la dynamique de sécurité alimentaire dans laquelle s'inscrivent les personnes rencontrées, qu'elles soient ou non usagères de services d'aide alimentaire. Plus spécifiquement, nous cherchons à comprendre les comportements et les attitudes de ces personnes afin d'en modéliser les stratégies.

Ainsi, nous avons retenu ce qui semblait le plus directement pertinent pour les buts de notre recherche. Ces informations sont regroupées sous trois rubriques principales (**3.1**, **3.2** et **3.3**) qui sont les trois « noyaux de sens » autour desquels s'organisent nos interprétations de la dynamique de la gestion de la sécurité alimentaire pour l'ensemble des personnes nous ayant accordé une entrevue¹⁵. Un « noyau de sens » est un ensemble organisé de concepts traduisant ou synthétisant un aspect particulier des démarches des répondant-e-s. Le premier noyau concerne la *perception qu'ont des répondant-e-s de leur sécurité alimentaire*¹⁶. Le deuxième noyau renvoie aux *stratégies domestiques des répondant-e-s* et le troisième touche à la *fréquentation des ressources formelles*. La **Figure 3** schématisse l'organisation de ces trois noyaux de sens dans cette troisième partie.

En tête de cette figure se trouvent les personnes rencontrées. La première raison nous conduisant à utiliser l'expression «acteur social» pour les définir découle de notre stratégie de recherche. Comme le titre du projet l'indique, nous avons placé les acteurs au centre de nos préoccupations pour toutes les étapes de cette recherche. Et comme la première phase était réservée aux intervenant-e-s, nous avons voulu comprendre la place occupée par des personnes directement touchées par le phénomène de d'insécurité alimentaire.

La seconde raison qui nous amène à mettre les personnes usagères et non-usagères au centre de nos résultats est plus théorique mais nous semble fondamentale. Ainsi qu'on a pu le voir dans le premier rapport d'étape, les intervenant-e-s tendent à se centrer sur les *services offerts* et à analyser les composantes des situations en fonction de ces services. Ainsi, plusieurs intervenant-e-s distinguent des services passifs, par exemple le

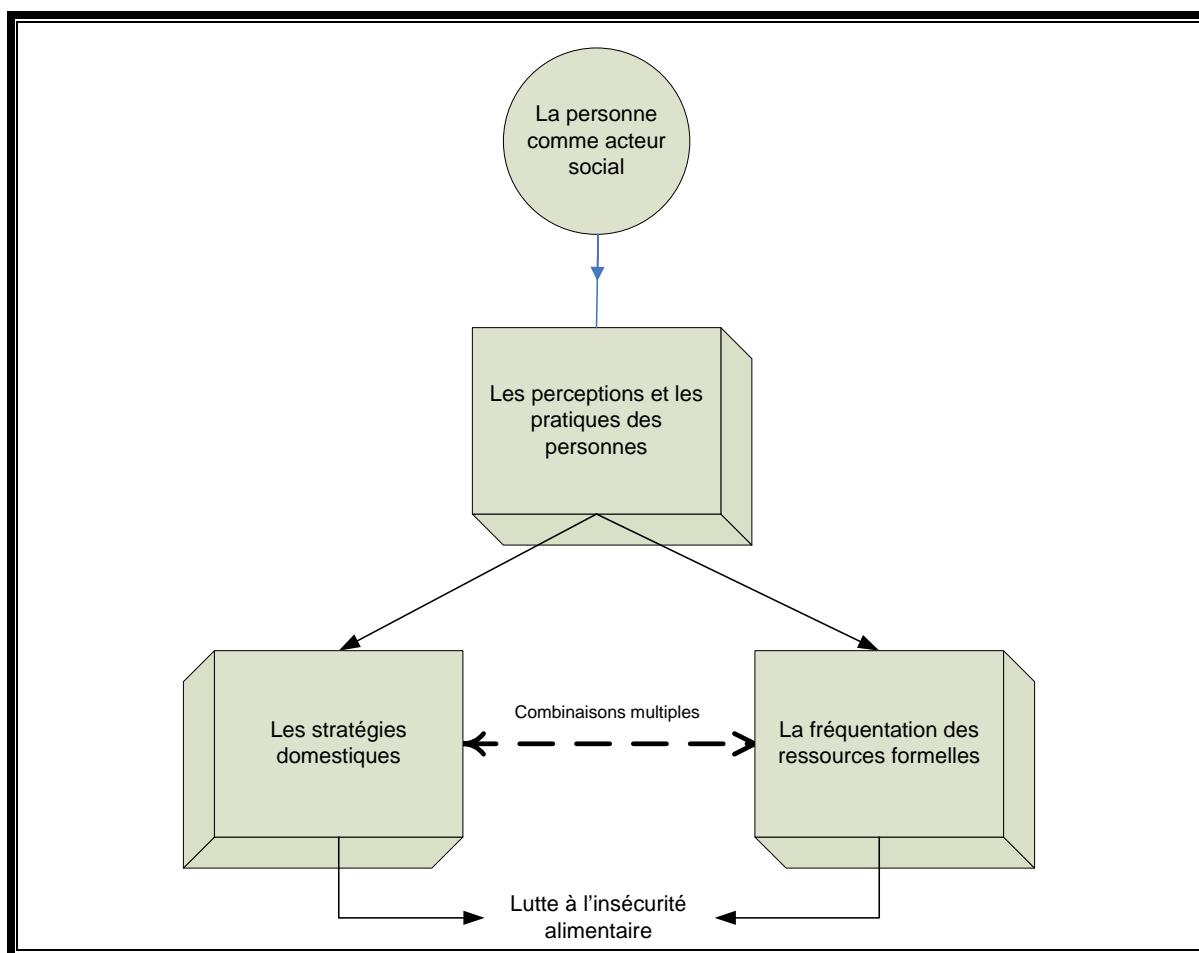
¹⁵ L'équipe ne prétend aucunement fournir des explications complètes et définitives sur le phénomène de la sécurité alimentaire.

¹⁶ Plutôt que de perception, on pourrait aussi parler d'interprétation ou de réflexion. Ces termes ont l'avantage d'éviter la nuance biologique ou physique du terme « perception », car il est évident qu'il ne s'agit pas ici de percevoir son insécurité comme on perçoit un bruit ou une odeur. Mais comme ils sont moins fréquemment utilisés, nous avons décidé de conserver le terme de perception.

dépannage alimentaire consistant en la remise de sacs d'épicerie, et des services plus proactifs, par exemple les cuisines collectives ou les jardins communautaires. Ceux-ci demandent une plus grande implication des participant-e-s et leur succès dépendra de leur participation.

C'est *en fonction* de cette typologie que les intervenant-e-s interprètent le comportement des personnes. Le premier type de service les relègue à l'attente (recevoir de l'aide), le second leur permet de produire leur condition de sécurité alimentaire (participer à l'aide). Plusieurs des intervenants rencontrés distinguaient donc entre les usagers actifs et passifs, ceux-ci étant plus nombreux que ceux-là. Cependant, les entrevues réalisées auprès des personnes usagères ou non-usagères nous ont fait entrevoir une autre réalité et les 3 noyaux de sens développés plus bas apportent certaines réserves à cette typologie binaire des personnes et de leurs comportements. En effet, ils sont révélateurs quant à la place et à l'énergie déployée par les répondant-e-s dans toute cette dynamique de sécurité alimentaire, et ce, même pour avoir accès aux services de dépannage alimentaire. Nous avons donc tenté de recentrer nos explications sur la richesse et la subtilité de leur potentiel d'acteur.

Figure 3
La dynamique de sécurité alimentaire des répondant-e-s



3.1 : La perception des répondant-e-s sur leur sécurité alimentaire

Avant d'aborder directement les questions de recours à l'aide et de vision de l'aide, certaines relances dans les entrevues visaient à saisir comment les personnes rencontrées percevaient leur état de sécurité alimentaire en fonction de leur situation budgétaire (thème 1). Les informations obtenues nous indiquent clairement qu'une grande partie de notre échantillon vit un état permanent ou des épisodes d'insécurité alimentaire, du moins selon la définition proposée précédemment dans ce rapport. *Paradoxalement, bon nombre de ces personnes n'associent pas leurs difficultés à une perception d'insécurité alimentaire.* Selon nos données, leur perception est influencée par 3 éléments particuliers que sont :

- 1) les cas limites où l'insécurité alimentaire se manifeste dans des images spectaculaires;
- 2) les émotions face à l'alimentation;
- 3) les compétences en cuisine.

Nous les aborderons successivement.

Cette différence de regard pourrait fournir une première piste d'explications du refus ou de l'hésitation à fréquenter les ressources formelles. Notre cadre méthodologique ne nous permet pas de vérifier cette hypothèse mais il nous semble que plusieurs répondant-e-s nient, sous-estiment ou encore banalisent leur niveau d'insécurité alimentaire.

3.1.1 : Se comparer aux cas extrêmes

Les perceptions de nos répondant-e-s sont souvent liées à des situations limites qui ne correspondent pas à leur expérience personnelle et cette remarque s'applique tant aux personnes usagères qu'au personnes non-usagères: « *il y en a des pires que moi* », « *c'est pour les gens qui en ont vraiment besoin* », « *j'aurais l'impression d'enlever une place à quelqu'un d'autre* », « *c'est pour les gens qui ne travaillent pas* », etc. De ce point de vue, selon des personnes non-usagères, il faudrait atteindre une situation de déchéance totale avant de justifier le recours à l'aide. Et bien qu'elles apprécient l'aide reçue, certaines personnes usagères ressentent de la culpabilité à fréquenter des ressources formelles d'aide alimentaire en précisant le caractère temporaire ou ponctuel de leur démarche d'aide. Malheureusement, nos données ne nous permettent pas de comprendre qu'elle est la source de cette comparaison aux cas extrêmes. Relève-t-elle des images à sensation véhiculées par les médias? Peut-on y voir un processus d'autoprotection d'ordre psychologique ou émotionnel pour nier ou réduire la douleur provoquée par un constat d'insécurité alimentaire?

«je laisse la chance aux autres. T'sé maintenant j'ai pu de problème tout ça fa que... je laisse la chance aux autres qui sont dans plus besoin que nous autres. Je dis pas que... un moment donné oui on en parle moé pis mon copain d'y aller.»

(entrevue 17, personne usagère)

«Peut-être que j'en aurais besoin, mais moé dans ma tête j'en avais pas besoin. Parce que moé j'ai vécu avec du monde autour de moé qui... qui sondaient pas trop en abondance. Ça fa que moé je trouvais que j'avais tout pour moé t'sé... J'avais tout ce qu'il faut pour me nourrir pis euh... Ceux-là à côté, ben je les envoyais.

(entrevue 19, personne non-usagère)

«H : Ben je vais dire comme on dit... on va en faire participer d'autres. Il y en a d'autres qui sont plus mal pris que nous autres certains. Fa que pour nous autres, on s'arrange avec ce qu'on a pis euh...»

(entrevue 21, duo de personnes ex-usagères)

«Ben t'sé pas à ma place quand t'es capable de t'arranger autrement. T'sé quand tu vois une femme avec 2 enfants qui est enceinte d'un troisième pis qui est là, tu dis : ouin! Je vas y en laisser à elle...»

(entrevue 22, personne non-usagère)

3.1.2 : Les émotions relatives à l'alimentation

Malgré cette tendance à relativiser leur situation en fonction de cas extrêmes, les répondant-e-s ont livré un vaste éventail d'émotions relatives à l'alimentation personnelle ou familiale. Ces réactions varient de l'inquiétude ponctuelle à l'angoisse permanente sur la question de la nourriture. Plusieurs personnes témoignent des répercussions sur des problèmes de santé, leurs activités sociales et les relations familiales. La moitié des répondant-e-s se sont exprimé-e-s sur l'inquiétude générée par la peur de manquer de nourriture (quantité des denrées alimentaires). Les extraits qui suivent illustrent le genre d'émotions ressenties ainsi que de la priorité accordée aux enfants.

(à propos de l'inquiétude du manque de nourriture)

«F : Oui, très souvent. Nous empêcher de dormir, pleurer, faire les cent pas dans la maison, oui.

H : Quand tu te vois que le chèque arrive mettons le premier et qu'il te reste 4, 5 jours et que tu n'as plus rien partout là...

F : Ou encore des fois 10 jours et tu ouvres ton frigidaire et tu n'as plus rien que la moitié d'une pinte de lait dans ton frigidaire mais tu n'as pas l'argent là... C'est frustrant »

(entrevue 4, duo de personnes usagères)

«J'étais inquiète que le petit manque de rien... il faut que je mange, il faut que je m'arrange pour que le petit il manque de rien. [...] Ah! J'avais peur me faire enlever le petit à cause que je n'aurais pas été capable de le nourrir.... C'est inquiétant ça là! [...] Ah oui! Tu te sens nerveuse, angoissée... [...] T'en dors plus tellement c'est inquiétant pour toi... les nuits sont longues à penser à tout le temps et te casser la tête... c'est pas

croyable l'angoisse que tu fais... la peur que tu... que ça aille pas, que l'enfant manque de quelque chose. Moi ça me fait rien de manquer de quelque chose... mais c'est mon petit gars que je veux pas qu'il manque de rien. »

(entrevue 11, personne usagère)

C'est d'en manquer oui parce que... quand on demandait un dépannage c'est parce que on était vraiment bas... On ne demande pas des dépannages pour le fun parce que c'est assez gênant pareil d'en demander là... »

(entrevue 18, personne ex-usagère)

« Ben je me sens dépourvu. Je vois...je vois que je peux pas rien acheté fa que si je vais à l'épicerie, il faut que je prenne ce qui est en spécial, il faut que j'étire, il faut que... Il faut que je pense que j'ai tant de repas qu'il me reste à faire avant la fin, avant l'arrivée du chèque. [...] Je le sais pas où aller. Je le sais pas où aller pis je ... j'aime mieux m'en passer que de ... Mais la pire des choses qui peut t'arriver dans ta vie c'est d'avoir faim. [...] C'est la pire des choses qui peut t'arriver. Quand t'as faim là, j'te jure que tu te cherches de l'ouvrage, ça pas de sens! T'as beau dire j'veais me coucher sur ma faim... mais tu te réveilles avec ta faim. Et là t'es... Quand t'as ton pain pis tu dis il me reste tant de jours, il faut que je calcule le nombre de tranches de pain parce que là... Si j'en prends une il va m'en manquer une...»

[...]

« Parce que là je me dis j'ai tant de repas, mais j'arrive jamais. À la fin là c'est toujours...les armoires sont vides, le frigidaire est vide, il y a de l'écho... »

(entrevue 20, personne non-usagère)

« L'angoisse vraiment pis là tu te poses... jusqu'à aller peut-être un peu d'insomnie aussi, de la misère à dormir. »

(entrevue 23, personne non-usagère)

Au-delà du manque de denrées alimentaires, une autre forme d'inquiétude concerne plus spécifiquement la difficulté de varier l'alimentation (la qualité des denrées alimentaires). Pour plusieurs des personnes rencontrées, la sécurité alimentaire, en terme de quantité, est assurée à condition de manger souvent la même chose (pâtes, petites nouilles Ramen, pain, etc.). Mais l'aspect qualité de l'alimentation demeure un élément préoccupant de leur situation. On comprendra un peu plus loin au point 3.2 toute la portée de cette deuxième dimension de la sécurité alimentaire.

« Oui. Ah oui! Ça c'est sûr! J'aimerais plus manger que ça. J'aimerais pouvoir avoir un déjeuner avec des œufs, des toasts, tout le kit... Le midi, manger un gros steak avec tout ce que tu veux. Et le soir manger un autre bon repas. »

(entrevue 6, personne usagère)

« Ben la variation d'aliments, c'est ce qui m'inquiète le plus parce que je sais que j'en manquerai pas. »

(entrevue 13, personne non-usagère)

« Manquer de bonne nourriture surtout. [...] Ouin.. t'sé des fois... souvent à la fin il te reste euh... des affaires plates à manger là... des Ramen... ça fais 5 fois en ligne que tu manges des pâtes pis c'est tout ce qu'il te reste... Ou bien rien que du pain. Ça c'est déjà arrivé là. Ça c'est plate. Ça j'aime vraiment pas ça là. »

(entrevue 22, personne non-usagère)

3.1.3 : L'impact des compétences en cuisine

Le dernier élément qui influence la perception de la sécurité alimentaire chez les répondant-e-s est lié aux compétences en cuisine. Les personnes qui maîtrisent les techniques culinaires sont en meilleure position et ont un contrôle plus évident de leur alimentation malgré de nombreuses frustrations sur la qualité des denrées. Elles vivent moins d'angoisse face à leur insécurité alimentaire car elles développent et mettent en pratiques plusieurs techniques d'achat, de conservation et de récupération des denrées de base. Elles arrivent également à une plus grande variété de menus. Certaines personnes rencontrées ont acquis ces compétences par une formation ou une expérience professionnelle en cuisine alors que d'autres les ont acquises par culture personnelle. Par ailleurs, les répondant-e-s qui ne possèdent pas de compétences minimales en cuisine sont complètement démunis devant le défi de leur alimentation quotidienne. L'alimentation de ces personnes est caractérisée par le manque de variété et les menus répétitifs ainsi que par une plus grande présence de plats cuisinés ou de conserves. De plus, ces personnes sont souvent peu ou mal équipée en matériel de base (denrées ou équipements).

3.2. Les stratégies domestiques

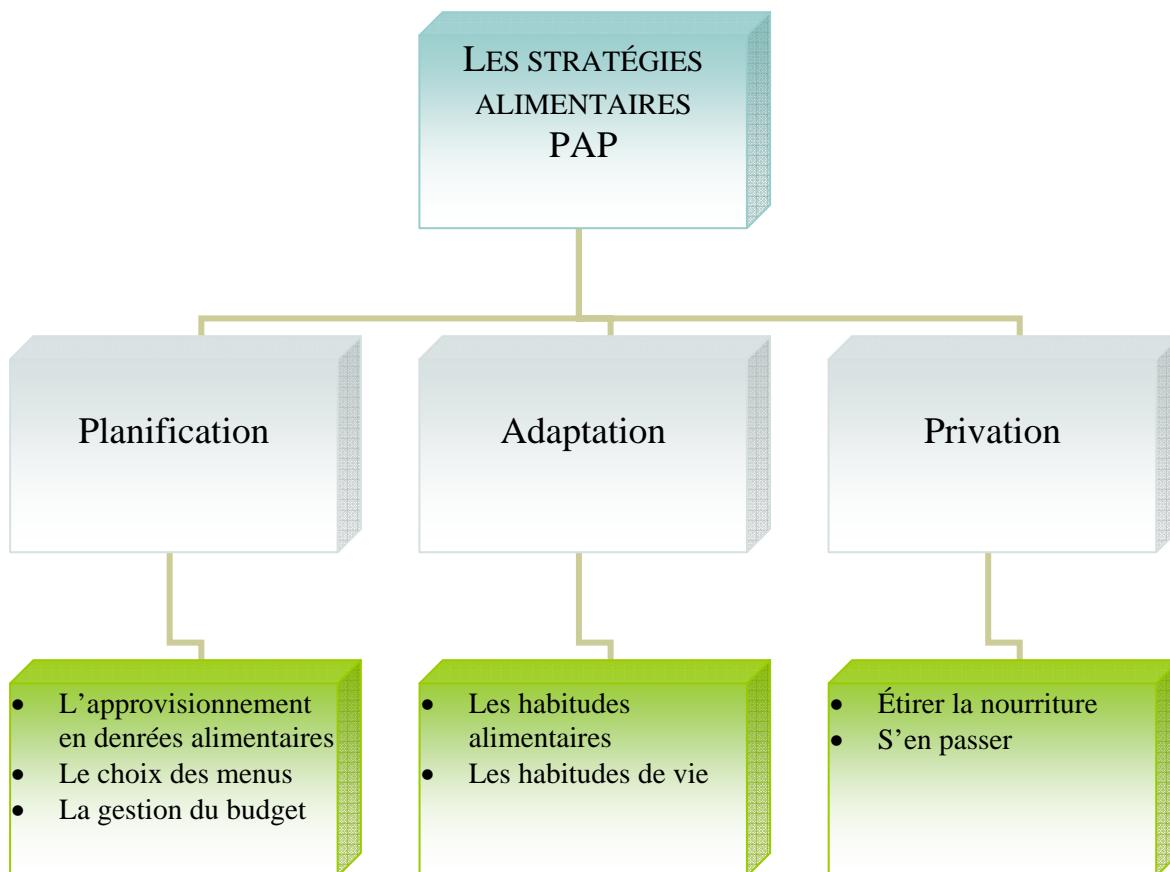
Dans le but de réduire les épisodes d'insécurité alimentaire, les personnes à faible revenu doivent faire preuve d'imagination en développant différentes stratégies de survie. Ces stratégies peuvent certes se traduire par la fréquentation de ressources formelles et organisées¹⁷, mais elles peuvent également émerger de la sphère domestique. Les personnes rencontrées au cours de cette phase ont développé un ensemble de moyens en dehors de la fréquentation d'organismes d'aide alimentaire pour assurer leur survie. Ces stratégies demandent des efforts quotidiens et requièrent parfois tellement d'énergie qu'il en reste bien peu à consacrer à d'autres activités.

Complexes et variées, ces stratégies peuvent être regroupées sous trois grandes catégories: *planifier, s'adapter et se priver*. Sur le plan logique, ces trois types de

¹⁷ La fréquentation des ressources formelles et organisées sera traitée à la section 3.3.

stratégies témoignent d'une gradation des solutions misent de l'avant par les personnes rencontrées, qu'elles soient ou non usagères de services d'aide alimentaire. En effet, on peut concevoir que ces dernières commencent d'abord par planifier. Lorsque la planification ne suffit plus, elles doivent adapter leurs habitudes de vie en fonction de leur situation personnelle ou familiale. Dans le cas où ces deux stratégies ne permettent plus de réduire suffisamment les épisodes d'insécurité alimentaire, elles doivent avoir recours à la privation. Cette gradation est cependant conceptuelle et ne semble pas se manifester de la même façon sur le plan empirique. En fait, ces trois stratégies sont interdépendantes et, généralement, utilisées de façon concurrente et non séquentielle. Une même personne peut avoir recours à des combinaisons multiples des stratégies inventoriées selon le contexte personnel ou familial et selon le calendrier. Dans cette section, nous verrons plus en détails ce qu'implique chacune des stratégies.

Figure 4: Les stratégies alimentaires PAP



3.2.1. Planifier

Faisant face à un revenu la plupart du temps insuffisant pour combler les besoins nécessaires à la survie, les personnes et les familles interviewées ont développé différentes stratégies de planification. Ces stratégies regroupent un ensemble de moyens utilisés pour améliorer l'accessibilité aux denrées alimentaires en fonction des revenus disponibles et de leur répartition mensuelle. Il apparaît que l'alimentation constitue la

deuxième priorité de nos répondant-e-s après le logement. D'autres dépenses domestiques sont l'objet d'arrangements avec des compagnies comme Hydro-Québec ou avec l'entourage immédiat. Ces arrangements semblent toutefois difficiles avec Bell Canada. Les répondant-e-s qui consacrent une large proportion de leur revenu pour le logement doivent limiter considérablement le budget accordé à leur alimentation. Nous avons rencontré deux jeunes personnes vivant seule et qui reçoivent des prestations d'aide sociale au montant approximatif de 550\$ par mois. Comme le coût mensuel de leur logement s'élève à 350\$, ceci sans compter les dépenses d'électricité et de téléphone, la part du budget mensuel pour l'alimentation s'élève autour de 100\$.

Au niveau de l'alimentation, la planification est le premier ensemble de moyens déployés par ces personnes pour satisfaire les besoins alimentaires. La planification est une tâche quotidienne qui touche trois aspects : l'approvisionnement en denrées alimentaires, le choix des menus et la gestion du budget.

3.2.1.1. Planifier l'approvisionnement en denrées alimentaires

L'approvisionnement en denrées alimentaires est une préoccupation constante pour les personnes en état d'insécurité alimentaire. Des revenus insuffisants les obligent à planifier et à choisir judicieusement chacun de leurs achats. Consulter les circulaires, utiliser les coupons-rabais et privilégier les spéciaux font partie intégrante du quotidien. Chaque sou épargné peut faire la différence et toutes les économies doivent être considérées. Il n'est donc pas rare qu'une même personne puisse fréquenter plus d'un commerce afin d'économiser sur un plus grand nombre d'articles.

À chaque semaine je m'assois chez moi et je regarde les spéciaux. Chaque semaine sans exception. Si... je vais m'organiser durant la semaine parce que je passe toujours proche d'une épicerie... bon! Cette semaine telle affaire à telle place. Je vais aller l'acheter. Si j'en ai pas de besoin pour le moment présent, je vais le congeler. Il va me servir durant l'autre semaine. Si c'est pas cette semaine, ça sera la semaine prochaine. Je visualise les spéciaux que ce soit dans les légumes, dans les fruits, dans la viande et je fonctionne en fonction de ça. Puis durant la semaine je peux aller une fois, deux fois à l'épicerie. Mais pour dire faire une bonne commande là c'est une fois par 10 jours environ »

(Entrevue 5, personne usagère)

« F: C'est plus par semaine, tout dépendant des spéciaux. Pour faire la semaine, on suit les spéciaux qu'il y a dans les journaux parce que sinon on n'arrive pas »

(Entrevue 14, duo de personnes usagères)

« Oui on regarde les spéciaux pi après ça on va faire notre épicerie là. On compare parce que des fois chez IGA pi chez Provigo, admettons que les oranges sont à 1,49 chez IGA pi des fois chez Provigo les mêmes oranges sont à 0,99 cents la livre fa qu'on prend le moins cher. Fa qu'on dit ah! les oranges chez Provigo sont moins chères... fa qu'on marque Provigo. On

prend une feuille, on sépare la feuille en deux, on marque IGA pi Provigo... »

(Entrevue 17, personne usagère)

« Ah oui! Je suis vraiment une personne... j'aime beaucoup... Ou je les guette... je guette les spéciaux. Ça les spéciaux je regarde à toutes les semaines. Je prends ce qui est pas... si il y a une semaine je trouve qu'ils sont pas chers, ben je vais m'en acheter. Moé j'achète beaucoup avec les spéciaux. Je regarde des fois... je suis à Alma d'abord je peux me le permettre, je vais où ça fait mon affaire. Je suis assez e... »

(Entrevue 19, personne non-usagère)

En ce qui concerne les achats, les personnes interviewées disent n'avoir d'autre choix que de privilégier la quantité plutôt que la qualité des aliments. Cette contrainte de choix peut se traduire par l'achat de produits de moindre qualité, particulièrement pour les viandes. Plusieurs des personnes rencontrées, lorsqu'elles en ont les moyens, préfèrent les formats familiaux qui ont l'avantage d'offrir une plus grande quantité de nourriture.

« C'est la quantité que je vois que ça fait un dépannage parce que... J'arrive dans mon mois, je prends toujours ce qui est le moins cher. Comme je dis des fois je vais payer mon paquet de viande, gros de même, je vais le payer peut-être 5\$. Je ne m'achète pas la plus belle viande là, j'achète toujours la moindre qualité, catégorie C, là »

(Entrevue 6, personne usagère)

« Mais avec les formats familiaux ça fait ben. Pi avec les à-côtés ben ça coûte... c'est sûr que si je me fais rien qu'une tranche de steak j'en aurais pas assez, j'ai besoin des petites affaires comme du riz, une salade. Fa qu'une tranche j'en ai assez. Pi un format familial j'en ai quasiment 5, des tranches, 4 ou 5. Fa que ça m'en fait pour 4 repas, 4 fois »

(Entrevue 15, personne usagère)

« Des fois il me dit achète en gros, ben il faut que je l'aille l'argent pour acheter en gros... Ça c'est sûr que c'est plus rentable quand t'as plus gros, t'en as pour plus longtemps... »

(Entrevue 13, personnes non-usagères)

« F: Un petit paquet mettons de steak haché ou un petit paquet mettons... ben pas un paquet mais mettons un... un boeuf, un rôti de boeuf ou e... Ben on achète tout le temps plus gros »

(Entrevue 21, duo de personnes non-usagères)

Outre la quantité, la conservation est un autre critère à prendre en considération dans la planification du choix des aliments. La plupart de ces personnes doivent prioriser des aliments non périssables pour assurer une quantité de nourriture suffisante pour les périodes où elles sont sans revenu. Elles optent donc davantage pour des aliments tels que les légumes congelés, les conserves, les pâtes alimentaires, les sachets de nouilles,

etc. Parallèlement, la conservation des aliments amène les répondant-e-s à limiter certaines denrées comme les fruits et les légumes frais ainsi que les produits laitiers qui doivent être consommés rapidement après l'achat. Cette contrainte est liée aux habitudes d'achat ainsi qu'à la qualité du réfrigérateur qui ne permet pas de conserver adéquatement les denrées. Cela réduit donc le choix des aliments et la possibilité d'avoir une alimentation diversifiée.

« Après ça ben c'est sûr du jus de tomate, beaucoup de pâtes alimentaires. Ça des pâtes j'ai pas le choix, ça se conserve bien et ça fait quand même des repas là. »

(Entrevue 13, personne non-usagère)

« H: Parce que ça se conserve. Ça se conserve aussi. C'est une question de conserver... j'ai pas un congélateur pour rien là... C'est la même chose pour les viandes là. Ça revient tout le temps à la même chose là. Quand on parle de produits laitiers, produits frais là, de fruits et de légumes là, la période de conservation est pas tellement longue là, correct... »

(Entrevue 14, duo de personnes usagères)

« Ça... c'est ça... dans ce qui se perd le plus on en achète le moins. Mais dans l'argent que j'emprunte à mon père à aller jusqu'au 20 c'est avec ça qu'on rachète les affaires qui durent moins longtemps »

(Entrevue 18, personne ex-usagère)

Par ailleurs, plusieurs des informateurs et informatrices avouent planifier des réserves en fonction des spéciaux. Elles seront utilisées en dernier recours dans les moments plus difficiles (fin de mois, rentrée scolaire, temps des fêtes, imprévus financiers, etc.). Ces aliments que l'on peut qualifier de « dépanneurs », sont pour la plupart des aliments qui peuvent être entreposés sur une longue période de temps, par exemple des conserves ou des pâtes alimentaires. Certaines des personnes rencontrées ont développé des systèmes d'inventaire qui leur permettent de gérer les quantités de nourriture en réserve de manière à limiter les crises. Ces réserves peuvent dans certains cas réduire le stress lié à l'approvisionnement en assurant une sécurité provisoire.

« E... la rentrée scolaire c'est... Il faut quasiment se prévoir d'avance... On... on achète plus en canage, tout ce qui est non périssable, on va acheter plus là-dedans pour pouvoir garder admettons un premier chèque clair là pour pouvoir habiller les enfants pi... tout payer leurs affaires »

(Entrevue 18, personne ex-usagère)

« J'ai toujours du jus de tomate aussi. Au cas où. Les pâtes je les achète toujours en quantité astronomique. J'ai toujours 3 ou 4 paquets de pâtes... [...]

Des Ramens oui, à 0,35 cents là... Elles ont montées, elles étaient à 0,33 là elles sont à 0,35. Deux cents! Ça j'en tiens tout le temps au cas où. Pi ça c'est un dépanneur aussi »

(Entrevue 20, personnes non-usagère)

« *Ouin... Au pire ça, t'as tout le temps une réserve de bouffe pi e... tu manges ça en dernier recours. J'ai dit au moins je crèverai pas de faim* »
 (Entrevue 22, personne non-usagère)

Je marque à mesure. Quand la minute que je fais mon inventaire là, je me prends un carnet là pi là jregarde... oup! Il me reste une boîte de pois, j'en rajoute... je mets 2 boîtes de pois»

(Entrevue 24, personne usagère)

La planification de l'approvisionnement ne s'arrête cependant pas là. Lors des entrevues, les répondant-e-s ont également fait mention de modes d'approvisionnement alternatifs. Plusieurs des personnes rencontrées avaient développé des systèmes de troc ou d'échanges de services dans le but de se procurer de la nourriture. Un échange de service peut par exemple prendre la forme de quelques heures de travail contre des sacs d'épicerie. Les passages suivants donnent quelques exemples des types d'échanges rapportés :

« *Oui ça va m'arriver d'échanger, de le donner, mais je vais échanger. Un moment donné je n'avais plus grand chose pour faire de la soupe, pas parce que je n'avais pas les moyens de me le l'acheter, je le spécifie là... Et j'ai été chez une de mes copines et elle, elle avait reçu du stock d'épicerie là. Elle a dit... [nom de l'informatrice] J'en ai bien trop! Ça n'a pas d'allure! J'en ai pour un an, un an ½ si c'est pas plus... Alors elle m'a donné des ingrédients pour faire de la soupe. Moi je me suis virée de bord quand j'étais chez moi, j'ai fait du gâteau, j'avais acheté un sac de pommes et j'en avais trop alors j'en ai donné. J'ai fait un échange de qu'est-ce que elle, elle n'avait pas et moi qu'est-ce que je n'avais pas. Alors on a fait un échange comme ça* »

(Entrevue 8, personne usagère)

« *H: Ben là à ce moment-là ben... je suis habile de mes mains là, j'ai fait... j'ai fait du bricolage pi j'ai aidé. Le monsieur appelait là de temps en temps... écoute j'ai besoin d'un coup de main là... pour aller ramasser les feuilles sur le terrain de l'église là... C'était... t'sé... le monsieur faisait du bénévolat aussi, il est à sa retraite, il faisait du bénévolat pi un moment donné ben...*

F: Oui... dans ce temps-là ils nous donnent de la nourriture...

[...]

H: Ben pas nécessairement, c'est que... Il y a pas rien que moi qui a besoin de services, il y en a un autre aussi là. Si moi j'en demande, je peux aussi en offrir en échange là. C'est juste une question... »

(Entrevue 14, duo de personnes usagères)

Ces extraits soulèvent une des préoccupations des usagers-ères et des non-usager-ères rencontré-es au cours de ce projet : la notion de réciprocité. Ceux-ci semblent effectivement accorder beaucoup d'importance au fait de donner en échange des services ou des biens reçus. Il faut cependant ajouter que la plupart des moyens développés ici sont possibles à condition de disposer d'un moyen de transport. Il est bien difficile de visiter plusieurs commerces pour réaliser un plus grand nombre d'économies sans moyen pour s'y rendre. Au moment de l'entrevue, plusieurs des répondant-e-s devaient compter sur un proche pour se déplacer. Dans certains milieux, autant ruraux qu'urbains, l'absence de moyen de transport collectif ajoute aux préoccupations des personnes à faibles revenus. À Ville de Saguenay, les personnes dans cette situation peuvent certes compter sur un service de transport en commun, mais celui-ci est dispendieux¹⁸ et peu adapté en terme de trajet et d'horaire¹⁹. Planifier des réserves devient également difficile pour ceux et celles qui ne disposent d'aucun moyen de transport. À ce sujet, non seulement le coût influence le choix des aliments, mais aussi le poids des marchandises comme en témoigne ce passage :

« C'est au Carrefour, c'est pas loin, ça me donne une dizaine de minutes, une quinzaine de minutes. Mais c'est quand tu prends des breaks pour te revenir... tu déposes les sacs à terre pour revenir un peu plus après ça... Non, c'est ça, je l'ai fait une fois mais je le ferai plus. [...] Là je vais à l'épicerie quand même, mais... je prends pas de cannage, je prends pas les jus, je prends pas de jus, je prends pas de lait, je prends rien que la viande. Pi... la viande... des légumes des fois, des fruits. Pi des fois quand je vois que j'exagère, ben là je vais appeler mon petit frère pour qu'il vienne me chercher. Ça quand je suis partie en grande... »

(Entrevue 15, personne usagère)

3.2.1.2. Planifier le choix des menus

Le choix des menus est un autre des aspects qui entre dans la composition des stratégies de planification. Nous venons de voir que les menus sont souvent choisis en fonction des spéciaux disponibles. Les menus sont aussi choisis selon les ingrédients nécessaires à leur réalisation. Un même ingrédient servira par exemple à réaliser plusieurs recettes et tous les restes seront réutilisés, à condition bien sûr de jouir de compétences en cuisine.

« Je fais avec les restes. Des fois il n'y aura rien, mais il va rester de ça, il va rester de ça, ça... On va tout mettre ça ensemble et ça va faire quelque chose. Des fois il y a de l'imagination aussi là »

(Entrevue 2, personne usagère)

« Bien moi ça a toujours été de même. J'arrivais... même quand j'étais avec mes parents, on achetait disons une grosse dinde ou un rôti de porc ou un

¹⁸ Au moment de l'enquête, il en coûtait pour un adulte 2,75\$ pour un aller simple et 57\$ pour un passeport mensuel.

¹⁹ Nous verrons au point 3.3 de quelles façons le transport peut également influer sur la fréquentation des organismes d'aide.

roast-beef et ça on en mangeait une journée ou deux et après ça avec le restant on faisait autre chose. Je modifiais... comme je te disais tantôt... je pouvais faire du riz, je pouvais faire des nouilles, toutes sortes de choses de même. Je pouvais faire des vol-au-vent, des hot-chicken. Tout passait. Il n'y avait pas de gaspille. Et là tu ne peux pas t'écoeurer parce que ce n'est pas toujours la même chose. Disons que... du boeuf c'est du boeuf, mais par contre tu pouvais faire toutes sortes de choses »

(Entrevue 3, personne usagère)

« Si les cuisses de poulet sont à 0,59 cents ben on va manger des cuisses de poulet OK? Si c'est la viande hachée qui est en spécial ben là ça va être plus la viande hachée. On réussit à manger des hamburgers, c'est quand même pas trop cher à faire. Ou on va se faire un macaroni à la viande ou un spaghetti à la viande »

(Entrevue 23, personne non-usagère)

Certaines des personnes rencontrées affirment cuisiner pour plusieurs jours lorsqu'elles préparent les repas. Cuisiner « en gros » et faire congeler une partie des portions permet d'assurer de la nourriture pour quelques jours et de réaliser plusieurs repas avec les mêmes ingrédients. Comme en témoignent les passages suivants, les formats familiaux sont aussi divisés en petites portions :

« Mettons je me fais un pâté chinois, je fais 5 portions, 4 portions... et congélateur. Lasagne... congélateur. Alors là j'ai 2, 3 affaires différentes dans mon congélateur. J'en sors un et sors l'autre. Oup! Le lendemain je vais manger des sandwiches à la place... »

(Entrevue 9, personne usagère)

« De la viande... le mois passé j'ai réussi à m'acheter un paquet de steak haché, ce que je fais c'est que je les sépare et je les fais congeler »

(Entrevue 13, personne non-usagère)

« Oui, c'est pour ça que j'ai besoin d'un congélateur... (rires) C'est pour ça. J'en ai tout le temps pour 2, 3 repas. Des fois ça peut même être 4 repas, ou ben c'est ça, je peux faire du poulet, je peux me faire des pâtés au poulet, je peux me faire plusieurs affaires avec ce que j'achète »

(Entrevue 15, personne usagère)

« Ça c'est des trucs de fin de mois là... Je regarde ce qui est... je prévois toujours la... la dernière semaine là, je prévois plus là. Au début je prévois un petit peu moins. Je fais congeler. C'est sûr si j'achète un pâté de viande mettons à 4,99... encore... c'est hors de prix ça n'a pas de sens! 5,00\$ pour un pâté à la viande t'sé! Je vais le diviser en 4, j'en fais geler 3 parties. Pour l'étirer ben j'va m'acheter des pommes de terre. Ça fait pâte pâte mais en tous les cas... peu importe... j'ai mangé »

(Entrevue 20, personne non-usagère)

*« Ouin. J'aime bien manger aussi. J'aime bien manger... t'sé... ouin.
Quand je cuisine, j'en fais pour 2, 3 fois. T'sé je me mets des petits plats... »
(Entrevue 25, personne non-usagère)*

3.2.1.3. Planifier le budget

La planification budgétaire est un autre des éléments qui exige des efforts constants de la part des personnes rencontrées. Boucler un budget est une gymnastique qui demande beaucoup d'énergie et de créativité. Lorsque tous les postes budgétaires sont détaillés et chaque dépense analysée, des imprévus peuvent bouleverser cette planification. Quelques personnes ont affirmé être en mesure de mettre quelques dollars de côté, mais tel n'était pas le cas de tous les répondant-e-s.

Pour les familles, l'implication des enfants dans la gestion du budget et de la nourriture est un moyen de planification. Le partage des responsabilités aide parfois à éviter les conflits et favorise la création de liens solides entre les membres d'une famille. Les enfants prennent des décisions en concertation avec les parents et doivent parfois faire des choix difficiles :

*« (Rires). C'est un fils idéal dans le fond ! Je regarde ça... Non... il embarque. Souvent il va faire... si il voit qu'on va commencer à manquer de lait, bien à la place de se faire des céréales, il va se faire des toasts »
(Entrevue 2, personne usagère)*

*« Et ça coûte assez cher les restaurants... Comme je lui ai expliqué... [Nom de son fils], il faut que tu comprennes que... on ne peut pas y aller. Une fois de temps en temps, ça ne me dérange pas. Et là je lui ai promis à sa fête qu'on irait manger chez **[nom du restaurant], ça serait son cadeau de Noël et son cadeau de fête. Ça a coûté 15\$ pour deux... pour enfant ça ne coûtait pas cher... Et à la place d'avoir un cadeau, c'est ça... ton souper de fête en même temps vu que ta fête et Noël s'en viennent... Mais il n'est pas dur de ce côté-là, vraiment pas dur. Et justement... les cadeaux comme le Play Station que j'ai acheté... je l'ai payé 50\$ dans une vente de garage à Jonquière. [...] Pour sa fête ou à Noël. Là j'ai dit... choisis! Le cadeau est-ce que tu veux l'avoir à ta fête ou à Noël? Je le faisais choisir... parce que je ne pouvais pas lui donner les deux en même temps... »*

(Entrevue 5, personne usagère)

Boucler le budget n'est pas toujours une tâche facile et certaines personnes ont rapporté avoir développé des moyens de derniers recours. Dans les moments les plus difficiles, quelques personnes ont avoué avoir dû, par exemple, vendre des biens pour se procurer de la nourriture :

« Ben j'étais... j'étais plus fatiguée, j'étais plus marabout. Mon conjoint aussi pi tout pi... On a déjà vendu une télévision pour... pour pouvoir nous permettre de nous acheter, de nous faire une épicerie. »

(Entrevue 17, personne usagère)

3.2.2. S'adapter

Lorsque la planification ne permet plus à elle seule d'assurer l'accessibilité aux denrées alimentaires, il devient nécessaire d'avoir recours à d'autres moyens pour assurer la survie. C'est ainsi que ces usager-ères et ces non-usager-ères transforment graduellement leur mode de vie en fonction du degré d'intensité de l'insécurité alimentaire. Ils modifient leurs habitudes de vie dans le but de s'adapter à leur situation en faisant des choix qui peuvent parfois avoir des conséquences directes sur la santé. Dans un tel contexte, les comportements adoptés par ces personnes s'éloignent de la définition standard de la sécurité alimentaire. Les stratégies d'adaptation touchent deux aspects : les habitudes alimentaires et les habitudes de vie.

3.2.2.1. Adapter ses habitudes alimentaires

Comme il a été mentionné précédemment, la plupart des usager-ères et des non-usager-ères ayant participé aux entrevues planifient généralement l'approvisionnement en fonction des spéciaux. Cette manière de procéder relève également de ce deuxième type de stratégies puisque ces personnes doivent s'adapter en élaborant les repas en fonction des revenus disponibles. Dans un tel contexte, les préférences alimentaires sont mises de côté et le régime alimentaire modifié pour satisfaire aux exigences d'un budget restreint.

«Ben pour pas... pas toujours manger la même chose, on en coupe. Quand on a un bon repas, si on est toujours là-dedans là, on se rend malade. Parce qu'on peut pas se permettre un bon repas... comme hier soir le poulet c'est un repas... c'est un privilège pour moi de manger un bon repas.»

(Entrevue 16, personne usagère)

*«C'est pas des choses que j'aime. Ah non! Je mange pas ce que j'aime! Si je mangeais ce que j'aime ça serait du homard, ça serait autre chose là. Ça serait pas la même chose. J'achète rarement... j'adore les saucisses de porc, mais j'en achète rarement. Je vais acheter beaucoup de saucisses à hot dogs que je fais congeler. Ça me dépanne. Au pire, si j'ai pas de pain hot dog, je prends un morceau... une tranche de pain flopée en deux, ça fait pareil là... On trouve des moyens! C'est inévitable, on n'a pas le choix de trouver des... des... des... des...
[...]*

Pis ça, j'ai toujours beaucoup d'eau dans... dans... dans le frigo. J'achète du jus... ben c'est même pas du jus, c'est pas vrai, c'est pas du jus, c'est des... des breuvages là qui viennent souvent en spécial à 0,59 cents. Ça je vais souvent en acheter.»

(Entrevue 20, personne non-usagère)

Une alimentation peu variée et des menus répétitifs constituent un premier moyen d'adaptation. Utiliser régulièrement les mêmes ingrédients accessibles au niveau des

coûts devient alors une stratégie de survie. Dans cet esprit, les personnes rencontrées sont parfois contraintes d'utiliser des ingrédients de base tels que la farine, l'eau, le lait et la graisse pour élaborer les menus.

«Je risque de faire le mois avec mon pain, mais je mange... dans la semaine c'est souvent des toasts avec du beurre de peanut ou de la confiture ou comme je vous disais avec des bananes ou des cretons, des choses de même, dans ma journée.»

(Entrevue 6, personne usagère)

«Je peux même sauter des repas parce que j'aime pas ça là. Des pâtes alimentaires des fois je dîne pas parce que ça me tente pas, parce que... Je le sais que je vais en manger le soir...»

(Entrevue 13, personne non-usagère)

«Femme 1 : Ben... j'essayais de leur faire je sais pas... des fois... on a toujours la base, le principal, le lait, la farine, la graisse, quelque chose... Je leur faisais des crêpes ou ben des fois quand il me restait comme des patates, je leur faisais des patates fricassées ou ben quelque chose. Moé je me débrouillais. Oui. D'abord on avait toujours du pain... C'est sûr qu'on n'avait pas e... C'est sûr qu'on avait de la viande aussi un peu là mais je me débrouillais.»

(Entrevue 21, duo de personnes non-usagères)

Les aliments bourratifs comme le pain, les pâtes et les protéines font également partie du régime alimentaire. Selon les informateurs et informatrices, ces aliments s'avèrent utiles pour réduire la consommation d'aliments. À ce sujet, certains répondant-e-s nous ont avoué faire usage de suppléments alimentaires (comprimés coupe-faim ou poudre pour l'entraînement physique) pour réduire de manière ponctuelle la faim. Boire beaucoup d'eau est un autre des moyens employés pour engourdir la faim.

«Mais ça me suffisait parce que mon père justement il s'entraînait dans ce temps-là. Alors il y avait de la grosse poudre de protéines là, un gros sceau de protéines que tu mets dans de l'eau là et un autre sceau c'est rien que de l'énergie que tu mets dans l'eau. En tous les cas... je me compensais avec ça.

[...]

Oui je prenais ça c'est sûr, sinon je serais raide maigre aujourd'hui. Je n'aurais pas pu survivre à ça là, c'est clair. Ah oui! J'en mangeais de la poudre de même. C'est ça qui m'a permis justement de... Ça aurait pu être un de mes menus que... (rires) Ça aurait pu être un de mes menus que je t'aurais dit. Hier j'aurais mangé ça...»

(Entrevue 7, personne usagère)

«Je me suis payé... ça m'a coûté 12\$ je pense... Je me suis acheté une bouteille de produit naturel, c'est des coupe-faim et je prends ça.

Intervieweure : Est-ce que c'est efficace ?

Oui c'est efficace parce que j'ai pas faim à l'heure actuelle. J'ai pas dîné à l'heure actuelle là, j'ai pas déjeuné et j'ai pas dîné, j'ai pris ma capsule... Ça fait depuis 3 semaines que je les prends et c'est vraiment... »

(Entrevue 6, personne usagère)

«Moi je sais très bien que si je ne veux pas... je manque de rien durant le mois, mais si je ne veux pas non plus avoir faim, je sais très bien que ça prend ma protéine à chaque repas. C'est l'essentiel. Et quand je parle de protéine, ça peut être un fromage, ça peut être de la viande. Alors tout de suite en partant j'ai la philosophie de penser... bien! Si tu ne veux pas avoir faim entre les repas, tu sais quoi faire...»

(Entrevue 8, personne usagère)

«D'en manquer... je m'arrange, mais je te dis pas que j'ai pas faim. J'ai faim mais je m'arrange. Ça va être avec du pain... ça va être du pain avec de la margarine dessus pour bourrer, avoir une impression d'avoir mangé là. Oui j'en manque (avec un soupir).»

(Entrevue 20, personne non-usagère)

3.2.2.2. Adapter ses habitudes de vie

S'adapter, c'est aussi modifier ses habitudes de vie en fonction de sa situation économique. L'horaire personnel et familial est un des premiers éléments du quotidien à faire l'objet de ce genre de stratégies. L'adaptation des heures de repas est un moyen fréquemment mentionné. Manger plus tôt pour éviter les collations, dormir plus tard le matin ou faire la sieste pendant la journée pour retarder ou éviter les repas sont partie intégrante de l'ensemble des moyens mis en place pour réduire l'insécurité alimentaire.

«F: Pi pour éviter les enfants dans le frigidaire en arrivant de l'école, ça j'évite ça parce que... sinon je pourrais pas là si il fallait qu'ils commencent à grignoter... C'est de souper de bonne heure [...]»

H: Ben sinon ils arrivent de l'école, c'est la grosse collation, ils sont dans le frigidaire pendant ½ heure pi après ça il arrive le souper, il y en a un ou deux qui ont pas faim, ben ils ont pas faim... oui et non... Ils savent qu'est-ce qu'il y a sur la table, qu'est-ce qui va avoir sur la table c'est pas à leur goût, ils sont... ils ont mangé un peu plus de collation pour être sûrs qu'ils sont capables de sauter le souper parce que un repas ça se saute pas...»

F: Ça j'évite ça. Parce que j'arriverais pas si je le permet tout le temps de manger des collations tout le temps.»

(Entrevue 14, duo de personnes usagères)

«Je m'arrange pour me lever tard, pour dîner et déjeuner en même temps. Et le souper ben est toujours un repas... c'est toujours plus gros... »

(Entrevue 20, personne usagère)

«Peut-être plus le genre à attendre pi me taper le gros repas. C'est ça souvent que tu fais quand t'es tout seul... t'as pu à... à manger les repas à heure fixe... t'as un peu la règle de manger à l'heure que tu veux... Tu te fais une grosse bouffe, tu te remplis pi tu remanges pu de la journée. C'était plus ça là»

(Entrevue 22, personne non-usagère)

Enfin, le réseau social demeure une composante non négligeable des stratégies d'adaptation des personnes rencontrées. Pour plusieurs d'entre elles, recevoir de la nourriture des proches (amis, famille, voisins, etc.) fait partie de cet ensemble de moyens développés pour réduire les épisodes d'insécurité alimentaire. Ces personnes s'adaptent également à leur situation en partageant occasionnellement ou régulièrement le repas d'ami-e-s ou de membres de la famille. Pour plusieurs d'entre elles, l'aide des proches est bien souvent nécessaire pour arriver à combler de manière satisfaisante les besoins en alimentation, en particulier pour les enfants.

«Pi elle nous donne ben de la nourriture, oui oui. Je demeure proche de mes parents pi ils m'aident beaucoup, surtout vers les fins de mois là, ils m'aident beaucoup pi... je suis ben contente qu'ils soient là.»

(Entrevue 17, personne usagère)

«Ça a bien fait... bien j'avais encore de la nourriture mais ma mère a dit... aille! J'm'en viens souper il faut que j'aille chercher pa pareil... Il travaillait fa que... elle est venue souper avec nous autres, elle nous a amené un gros boeuf aux légumes. C'était bien l'fun! (rire) »

(Entrevue 12, personne non-usagère)

«F: C'est ça, oui. Je peux appeler ma sœur, dire bien là j'aurais besoin de telle affaire pour [Nom de son enfant]. Puisque c'est sa filleule bien, elle va m'arriver avec du manger pour ma fille. Mais... mais ça va être les 3 repas pour ma fille. Ça c'est primordial. Après ça nous autres si on en mange rien qu'un, on dit... on est plus vieux, on est capables de se débrouiller plus... Même si on mange pas de la journée, qu'on mange rien que le soir là...»

(Entrevue 4, duo de personnes usagères)

3.2.3 Se priver

Les stratégies de planification et d'adaptation ne sont pas toujours suffisantes pour réduire ou éviter les épisodes d'insécurité alimentaire. Dans de telles circonstances, certaines personnes rencontrées ont développé un troisième ensemble de moyens regroupés sous le thème des stratégies de privation. Ces stratégies sont des comportements ou des attitudes qui visent à réduire la consommation de denrées alimentaires. La privation peut d'abord se traduire par des moyens qui visent à optimiser les denrées alimentaires. Étirer la nourriture, modifier les recettes et rationner les

portions sont des moyens qui vont dans ce sens. Parallèlement, se passer de denrées alimentaires est le moyen ultime pour faire face à l'insécurité alimentaire.

3.2.3.1. Se priver pour optimiser les denrées alimentaires

Un des moyens évoqués pour améliorer l'optimisation des denrées alimentaires consiste d'abord à étirer la nourriture. Qu'entendent ces personnes par « étirer la nourriture » ? Étirer peut vouloir dire s'assurer d'une plus grande quantité de nourriture sans augmenter le montant des achats. Ce concept implique donc la modification de certaines recettes pour augmenter la quantité au détriment de la qualité des plats cuisinés. Mettre de l'eau dans la soupe ou manger des pâtes sans sauce sont quelques exemples de ce moyen de lutte à l'insécurité alimentaire. Les extraits suivants rendent compte de ce type d'astuces :

«Bien comme les crêpes, à la place de les faire avec du lait, je vais les faire avec de l'eau.»

(Entrevue 2, personne usagère)

«Je modifie souvent des recettes. Ça je le dis. Je modifie souvent des recettes même à la cuisine collective, je leur montre comment modifier des recettes. Dans le sens que des fois on n'a pas toujours l'ingrédient et au lieu de courir à l'épicerie... Il y a aussi un moment donné j'avais une copine que elle, elle n'était pas sur l'aide sociale, mais elle était vraiment à faible revenu et je l'appelais... bon! Il va falloir que j'aille me chercher du lait... je lui disais ça... [nom de l'informatrice], veux-tu que je te montre comment économiser du lait? Des choses comme ça là. J'ai appris avec elle beaucoup de choses et ça ne me dérange pas de le dire, je donne un exemple... j'ai donné le truc à l'autre hier... à une de mes amies hier. Le lait. On a juste du lait. Des fois c'est du lait écrémé, des fois c'est du lait ordinaire, mais je prends mettons le lait ordinaire et on ajoute de l'eau dedans. Ça j'ai appris ça. Pas avoir connu la pauvreté, je ne l'aurais pas appris.»

(Entrevue 8, personne usagère)

«C'est sûr côté nourriture c'est pas... c'est pas fameux là, j'achète beaucoup de cannage et de pâtes pour justement pouvoir étirer plus longtemps.»

(Entrevue 13, personne non-usagère)

«Ben regarde mettons on étire... c'est dans le sens que mettons on fait un hachis... OK... tu le fais pas rien qu'un repas... Nous autres des restes ça nous dérange pas. Il y en a qui en mange pas, mais nous autres ça nous dérange pas. Bon... tu fais... mettons tu fais un hachis au boeuf... bon... Il y en a mettons ils vont mettre plus de viande pi... t'sé qui... non... Fa que là nous autres on étire dans le sens on met... t'sé on met plus de patates, tout ça, ça nous en fait plus. À la place d'en avoir juste pour un repas ou ben 2 repas, ben on en a mettons pour 3.»

(Entrevue 21, personne non-usagère)

En plus de modifier les recettes, les personnes rencontrées doivent parfois rationner ou se priver de certains aliments. En raison des coûts, les produits laitiers (lait, yogourt, fromage, beurre, etc.) et certaines pièces de viande sont difficilement accessibles pour les personnes à faibles revenus. Comme il se consomme de manière quotidienne et qu'il entre dans la composition de plusieurs recettes, le lait est un des aliments les plus fréquemment mentionnés comme aliment problématique par les personnes interviewées. Ces dernières affirment ne pas avoir suffisamment de moyens financiers pour s'en procurer en quantité satisfaisante pour leur consommation quotidienne. Cette réalité les oblige parfois à favoriser d'autres boissons qui ne respectent pas les standards d'une bonne alimentation²⁰.

«Si je m'achète une livre de beurre, c'est à 2,99. J'adore le beurre. Je déteste la margarine mais en tous les cas... Je prends la margarine la moins chère à 1,29. Avant je prenais de la Becel.»

(Entrevue 20, personne usagère)

«C'est ça... tu achètes deux semaines là... ça va arriver qu'une semaine avant en fin de compte, si tu avais prévu du pain pour 2 semaines mais que tu en as pris plus là... Tu commences à en manquer, mais tu n'as pas l'argent pour pouvoir aller l'acheter ton pain... Tu vas t'en passer là.»

(Entrevue 2, personne usagère)

«F : Non, les produits laitiers on n'arrive pas. Mais... il faut leur mettre une limite par exemple. On en laisse autant que possible pour déjeuner... H : Il y en a tout le temps. Il y en a tout le temps mais un moment donné il faut dire Wo! Si il y en a un qui commence, lui là là... lui il va venir après souper là pi il peut s'installer là là pi... touc touc touc! Pu de pinte de lait lui là pfft! il y a rien là!»

(Entrevue 14, duo de personnes usagères)

«Nourriture... je dirais plutôt santé. Dans la nourriture. Quand on parle... on a souvent... On va prendre juste les annonces... Les annonces quand ils parlent, ils parlent de... pour une alimentation saine, de manger... pour le cholestérol, ils parlent du sucre, le cholestérol, le yaourt, les produits laitiers. Mais encore là les produits laitiers c'est pas abordable. C'est cher. J'ai une de mes amies qui est sur l'aide sociale, elle ne peut pas se permettre de s'acheter une pinte de lait. Elle s'en achète une, mais il faut qu'elle essaie de l'étirer un bon bout.»

(Entrevue 6, personne usagère)

Consommé quotidiennement, le pain est, tout comme le lait, un aliment problématique. Les fruits et les légumes peuvent aussi être ajoutés à cette liste en raison de leur coût

²⁰ Au moment de l'enquête, un litre de lait se détaillait à 1,46\$ comparativement à 0,99\$ pour un contenant de deux litres de boissons gazeuses de marque maison.

élevé, particulièrement l'hiver. Les fruits et légumes frais posent également le problème de la conservation. Comme les personnes rencontrées se rendent généralement à l'épicerie une ou deux fois par mois, il est difficile d'assurer un approvisionnement varié en fruits et légumes frais tout au long du mois. Enfin, mentionnons que les produits considérés comme luxueux, par exemple les desserts et les produits de la mer, trouvent rarement leur place dans les paniers d'épicerie des répondant-e-s.

«Chez moi actuellement, je n'ai pas de superflu. Ce que j'appelle «superflu» c'est de la liqueur, des chips, des biscuits, des gâteaux. Si j'en veux je vais en faire. Je vais le faire maison, je vais cuisiner maison, ce qui est plus économique. C'est ça que je vais faire.»

(Entrevue 8, personne usagère)

En plus de se priver de certains aliments, plusieurs des personnes rencontrées avouent sauter occasionnellement ou régulièrement des repas²¹. Dans bien des cas, ces personnes ne prennent qu'un repas par jour faute de quantité suffisante de nourriture. Il faut souligner que ce moyen est souvent employé dans les moments plus critiques : quelques jours avant les allocations familiales, en fin de mois, lorsque survient des dépenses imprévues, comme remplacer une paire de chaussures pour un enfant, ou lorsqu'il faut payer les immatriculations, etc.

«Intervieweur : Sauter des repas...

Ah! oui oui oui.

Intervieweur : Et ça t'arrives tu souvent? Supposons on prend une semaine de 7 jours...

Ah! ça peut m'arriver peut-être 3, 4 fois.»

(Entrevue 13, personne non-usagère)

«Le souper. On mangeait au souper, on dînait pas, on déjeunait pas mais on allait au souper.»

(Entrevue 17, personne usagère)

Doubler les repas, c'est-à-dire combiner deux repas en un seul, témoigne également des tentatives pour optimiser les denrées alimentaires. Plusieurs des personnes rencontrées vont par exemple déjeuner et dîner au cours du même repas. Cette stratégie permet notamment d'économiser la nourriture afin d'en assurer une plus grande quantité pour les périodes sans revenu.

«Ah bien des fois je fais des déjeuners/dîners. Ça arrive qu'on déjeune/dîne, on se fait des grosses omelettes avec des patates fa que ça... t'sé ça vient consistant pareil, c'est assez consistant mais... j'aime mieux pas trop sauter de repas parce que pour les enfants surtout c'est important qu'ils mangent 3 repas par jour.»

(Entrevue 12, personne non-usagère)

²¹ Certains des informateurs et informatrices avouent ne pas déjeuner. Cependant, cette habitude peut découler d'un choix personnel et non d'un état d'insécurité alimentaire.

«Oui. Des fois on faisait un déjeuner/dîner. On faisait un déjeuner/dîner et ça remplaçait le dîner des fois. Je disais à [nom de son enfant]... on n'aura pas le choix là, parce que là... Mais il comprenait par exemple. Il dit: c'est pas grave.»

(Entrevue 5, personne usagère)

«H: Ben on prend un déjeuner/dîner là nous autres là sur la fin de l'avant-midi vers 10 h 30, 11 h 00 là avant que les enfants recommencent à revenir l'école là pour le dîner.»

(Entrevue 14, duo de personnes usagères)

En dernier recours, certain-e-s doivent parfois se priver de nourriture. La privation est le moyen le plus fréquemment déployé dans les périodes de crises par les personnes les plus vulnérables en terme de revenu, d'isolement et de manque de compétences culinaires. Dans ces moments, des répondant-e-s en situation familiale avouent accorder la priorité aux enfants. Il n'est pas rare qu'un parent, surtout la mère, se prive pour assurer un minimum de nourriture aux enfants.

«Ben... ça arrive des fois... quand ma blonde elle fait à manger pi elle s'aperçoit que... les enfants ont plus faim que d'autre chose... c'est eux autres qui mangent les premiers ça c'est sûr. Nous autres on se fait des sandwiches.»

(Entrevue 18, personne non-usagère)

«Intervieweur : Mais toi ton propre déjeuner ?

C'est pas grave. Moi c'est pas grave. Moi c'est de même que je fonctionne. Moi ce n'est pas grave, c'est mon fils et après ça... On s'ajustera.»

(Entrevue 2, personne usagère)

«F: Ah oui! C'est sûr que c'est toujours inquiétant parce que... On a quand même... il y a toujours moyen pour moi de m'arranger avec ma fille qu'elle aille mettons chez son copain. Je sais qu'elle va avoir sa nourriture. Le principal c'est qu'on s'arrange toujours au moins pour que notre fille ait ses 3 repas par jour. Si nous autres on en mange rien qu'un, ça nous dérange pas.»

(Entrevue 4, duo de personnes usagères)

Ce genre de stratégies nous amène à croire que les personnes et les familles ne sont pas en voie d'atteindre la sécurité alimentaire, mais luttent plutôt contre l'insécurité. En effet, les témoignages exposés vont à l'encontre de la définition du concept de sécurité alimentaire tel que présenté dans la première partie de ce rapport. Les personnes rencontrées sont contraintes de consommer des aliments de qualité nutritionnelle inférieure pour arriver à combler les besoins en alimentation. Il est clair qu'elles ne peuvent se permettre de « faire des choix alimentaires éclairés ». Cependant, cela n'est

pas dû à un « manque d'éclairage », mais à l'absence de liberté découlant des sévères limites budgétaires qu'elles subissent .

Les stratégies domestiques de «planification, d'adaptation et de privation» sont révélatrices des mécanismes systématiques que les répondant-e-s ont mis en œuvre dans leur vie privée pour réduire leur état ou les épisodes d'insécurité alimentaire. Nous pouvons soulever une autre hypothèse à savoir que ces comportements et ces attitudes, intériorisés par plusieurs des répondant-e-s, peuvent les conduire à considérer leur situation acceptable, les éloignant ainsi de la fréquentation des ressources d'aide alimentaire.

3.3 La fréquentation des ressources formelles

Ce dernier point de la section 3 est réservé aux informations relatives à la fréquentation des ressources formelles en terme de services et d'activités diverses d'aide alimentaire ou autre. Il s'agit de comprendre les éléments déterminants du recours à l'aide et des attitudes qui y sont associées. Ces ressources sont développées par des institutions ou des organismes des secteurs communautaire, public, philanthropique et religieux. Nos informations révèlent une grande complexité dans la fréquentation de ces ressources par les personnes usagères. Les résultats sont présentés dans les quatre dimensions que sont : l'origine de la fréquentation, les retombées de la fréquentation, les contraintes à la fréquentation et la perception du réseau d'aide.

Les points qui suivent se rapportent à l'aide alimentaire exclusivement. Cependant, certaines parties des entrevues dévoilent une différence fondamentale entre les démarches d'aide alimentaire et les autres types d'aide. Plusieurs des personnes interviewées avouent ne pas se sentir intimidées pour fréquenter les organismes d'aide qui offrent des vêtements, des meubles ou des objets ménagers comme les friperies, les comptoirs communautaires et les organismes religieux. Mais les démarches pour obtenir de l'aide alimentaire sont perçues comme l'ultime et dernier recours. Pour bien des personnes, elles confirment la déchéance dans leur parcours de vie personnelle et familiale. Mais avant de comprendre plus profondément le processus de fréquentation, il est important de préciser que la présence d'enfants au foyer est un déterminant central dans le parcours des personnes usagères de services d'aide alimentaire.

3.3.1 L'origine de la fréquentation

Cette première rubrique sur le thème de la fréquentation des ressources formelles tient à leur visibilité et aux qualités d'intervention. Dans un premier point, nous verrons comment les personnes sont informées des services d'aide qui sont à leur disposition. Le deuxième point livre des résultats sur des éléments d'attraction, de rétention et de répulsion des usagers.

3.3.1.1 : Connaître les services disponibles

Les personnes usagères ou ex-usagères ont identifié plusieurs sources d'information sur l'existence des services d'aide, ce qui constitue, bien entendu, la première condition de leur fréquentation. Elles ont obtenu des précisions sur l'existence et la présence de ces ressources dans leur territoire local selon quatre types de circuits d'information²²:

- le bouche à oreille par l'entourage immédiat (ami-e-s, famille, voisins);
- les organismes institutionnels (bureau d'assurance-emploi, CLE, CLSC, école);
- les organismes communautaires et religieux;
- les médias.

«H : Parce que nous autres on n'était pas au courant qu'il y avait ce service là. Quand on est arrivés de Montréal là... À Montréal, on n'en avait pas besoin, je travaillais à l'année et... Rendu ici là, c'est là que ça a commencé à... Sur le chômage c'est bien beau, mais après ça là... wow! Et j'ai entendu parler de cette œuvre là (organisme religieux) qui aidait les gens. [...] (Le curé) qui m'a référé oui. Ça se trouve à être la St-Vincent de Paul masculine. C'est où il y a des bons»

(entrevue 4, duo de personnes usagères)

«C'est qui, qui me parlait de ça? C'est une fille qui restait pas loin d'ici qui m'en avait parlé. À cause tu vas pas à la St-Vincent de Paul?»

(entrevue 5, personne usagère)

«Moi j'avais appelé au CLSC pour m'informer parce que c'est ça... Et quand j'étais enceinte ils m'en avaient parlé que si j'avais besoin ils avaient des noms et des personnes qui pouvaient m'aider à faire ça.»

(entrevue 12, personne non-usagère)

«Pis à un moment donné, c'est justement avec Solidarité-Jeunesse qu'on est venus ici pis qu'on s'est fait informer auprès de tous les services qu'il y avait. Même pour les meubles des enfants. Ça j'en ai pas besoin mais c'est bon à savoir parce que si un jour j'en ai besoin pis si une de mes amies en a besoin, ça fait bien..»

(entrevue 15, personne usagère)

²² Bien que les sources soient diversifiées, il apparaît que certaines personnes ne sont pas informées de l'existence de services d'aide alimentaire.

«Oui le Bien-Être m'a donné une feuille comme de quoi... t'as des choses qui peuvent t'aider, acheter ton linge... [...] C'est ça, il te donne une feuille, donnent les places où aller...»

(entrevue 16, personne usagère)

«F : Ben il y a du euh... de la publicité qui se fait... à la TV, dans les journaux, l'Étoile du Lac nous autres...»

(entrevue 21, duo de personnes ex-usagères)

Certaines entrevues sont éloquentes quant à la pertinence de renforcer les circuits d'information par diverses méthodes comme des visites de groupes, des présentations par des responsables ou des bénévoles d'organismes, des dépliants explicatifs, des témoignages de personnes usagères, de la publicité dans les médias, etc. Cette variété est d'autant plus souhaitable que les personnes qui sont confrontées au phénomène d'insécurité alimentaire ont différents statuts socioéconomiques. À titre d'exemple, les présentations d'organismes d'aide lors d'une remise de chèque mensuel dans un CLE ou dans un programme d'employabilité comme Solidarité Jeunesse ne permettent pas de rejoindre les travailleurs ou les travailleuses précaires.

3.3.1.2 : L'accompagnement et l'accueil

La connaissance des ressources n'est pas la seule condition à leur fréquentation. Selon les témoignages recueillis, la première expérience comme usager ou usagère d'un organisme et la connaissance préalable du fonctionnement sont plus que déterminantes dans la poursuite ou l'arrêt de la démarche. La qualité de l'accueil ainsi que l'accompagnement par des proches ou des organismes de référence sont au centre de ce processus d'attraction/rétention. De plus, les répondant-e-s craignent d'être jugé-e-s par les intervenant-e-s qui ont à évaluer leur demande d'aide. Pour des personnes non-usagères, la barrière de la «première fois» représente un obstacle qu'elles ne semblent pas près de franchir.

«Oui, c'est ça, on est allées ensemble. C'est elle (une amie) qui m'avait demandé : tu viens avec moi? On va aller à la St-Vincent de Paul. J'suis allée! Et ça a bien fait!

(entrevue 12, personne ex-usagère)

«Quin... Fa que demander du dépannage alimentaire là c'est pas... c'est pas tout le temps simple... fa qu'ils arrivent chez vous là pis ils font tout le temps des critiques. Il y a toujours des critiques. [...] Parce que moé je suis un fumeur, mais je le paye pas cher, mon tabac. Je l'achète en sac pis euh sur contrebande pis pour sauver de l'argent. Ça me coûte environ 40\$ par mois pis... Il m'a vu en train de fumer... il m'a chanté une poignée de bêtises. Il m'a pas laissé m'expliquer, rien...»

(entrevue 17, personne ex-usagère)

«La première fois... t'as pas le choix, il faut que tu te résignes... tu dis j'appelle pis... Je trouve ça assez difficile! Ma blonde elle, si c'était rien que d'elle, elle appellerait pas.»

(entrevue 18, personne ex-usagère)

«Si on m'avait dit c'est quoi les procédures, comment ça fonctionne... là ça aurait été différent. Mais la peur de l'inconnu fait une grosse différence. Je savais pas dans quoi je m'embarquais, je savais pas à quoi ça ressemblait. Donc, je voyais du noir en avant de moi donc... je m'avance pis je vois pas qu'est-ce qu'il y a en avant donc ça fait comme...»

(entrevue 23, personne non-usagère)

*«Ouin, j'ai vu (à la télévision) qu'il y avait ben du monde... Mais j'ai pas vu... Il s'agirait d'y aller peut-être une fois pour voir.
Interviewere :Mais le pas est difficile à franchir?
Oui.»*

(entrevue 25, personne non-usagère)

Lors de la première phase de notre recherche, des personnes avaient exprimé certaines remarques généralisantes sur des manifestations de préjugés de la part d'intervenant-e-s du secteur religieux au sujet des demandes de dépannage alimentaire. Toutefois, les informations recueillies auprès de personnes usagères ne confirment pas cette perception. En effet, certaines personnes ayant demandé des bons de nourriture ou des paniers de Noël à la Société Saint-Vincent de Paul ou à des Fabriques de paroisse ont connu des expériences positives bien que d'autres aient senti le poids du jugement. De plus, certains témoignages révèlent que les intervenant-e-s œuvrant dans les secteurs communautaire et public ne sont pas nécessairement à l'abri d'une attitude de jugement.

3.3.2 Les retombées de la fréquentation

À l'évidence, l'aide reçue des ressources formelles améliore sensiblement la qualité de vie des personnes usagères, bien qu'elle ne réduise pas complètement leur inquiétude face à l'alimentation et à leurs conditions d'existence en général. Les personnes usagères signalent deux types de retombées qui touchent des aspects matériels et relationnels qui sont traités en terme d'impacts alimentaires et budgétaires et d'impacts sociaux.

3.2.2.1 : Les impacts alimentaires et budgétaires

Comme en témoignent les extraits qui suivent, certaines ressources d'aide alimentaire produisent des impacts évidents sur la capacité à réduire l'insécurité alimentaire des personnes usagères. On peut voir que la participation à des groupes de cuisines collectives et des groupes d'achats ont des retombées sur la diversité de l'alimentation et sur le budget des personnes et des familles. Cet approvisionnement alternatif est considéré selon les effets à moyen et long terme sur les conditions matérielles.

«On fait de la cuisine... de la cuisine collective et ça nous permet d'économiser. On la fait en gang. Il y a aussi le groupe d'achat que j'achète. Ça fait seulement que deux fois que j'ai embarqué dans le groupe d'achats. Ça me permet d'économiser là aussi.»

(entrevue 8, personne usagère)

«Ah oui! Je n'en mange pas de fruits et légumes habituellement. Alors je vais là, faire la popote, il y a beaucoup de légumes dans les plats qu'ils préparent. [...] Là au moins, la cuisine collective bien c'est beaucoup des plats axés avec les légumes. Je me dis au moins, ça me fait comme un apport quotidien en légumes plus que moi je peux.»

(entrevue 9, personne usagère)

«Puis je fais ma cuisine collective naturellement. Ça, ça aide beaucoup et en plus bien ça me fait comme 3 ou 4 jours j'ai pas besoin de faire à manger toute seule chez nous là. Et toutes les affaires qui sont tannantes à faire à la maison : les pâtes, les sauces à spaghetti qui revolent partout, bien on fait tout le temps ça la-bas fa que... On revient les bras plein de manger là et souvent c'est du nouveau manger. C'est ça que j'aime, c'est du nouveau manger, c'est du manger que d'autres recettes que les femmes ont... on essaie et moi j'aime essayer les autres choses, les affaires des autres ça fait que c'est tout le temps.»

(entrevue 10, personne usagère)

«De la soupe, t'as de la soupe Campbell, exactement ici... dans un dépanneur... dans un dépanneur tu vas la payer 1,09\$, 0,99\$ mais ici ça va te coûter quoi? 0,79\$... c'est pas long que ça... C'est la même canne tu sais le sauver.»

(entrevue 16, personne usagère)

En comparaison, l'aide alimentaire de type dépannage comme les sacs d'épicerie, les bons de nourriture ou les paniers de Noël est plutôt associée aux périodes de crises que traversent les répondant-e-s. Bien que ce type de ressource soit considéré dans une perspective de court terme, plusieurs personnes en reconnaissent la nécessité. Les personnes dont la part de revenu réservée au logement est passablement élevée sont confrontées à une dynamique très particulière de ce type d'aide alimentaire. Certains organismes limitent le nombre de demandes autorisées alors que les besoins sont récurrents et se répètent mois après mois.

«Parce que j'aimerais mieux être capable d'arriver là. Regarde, j'en ai pas eu besoin ce mois-ci mais c'est normal là, c'est fait pour de temps en temps là, c'est vraiment quand t'es... t'sé c'est pas supposé d'arriver plus que... en tous les ca 5, 6 fois j'imagine là... Je ne sais pas comment de fois t'as le droit à ça mais je pense pas à l'infini là, t'as pas le droit d'en avoir à tous les mois là...»

(entrevue 12, personne ex-usagère)

3.3.2.2 : Les impacts sociaux

Cette deuxième forme de retombées traduit l'importance des liens sociaux dans le parcours des personnes usagères. Bien entendu, ces impacts se manifestent plutôt dans des ressources qui offrent l'opportunité de fréquenter régulièrement un groupe comme les cuisines collectives, les groupes d'achats, les jardins communautaires, etc. Toutefois, l'écoute reçue de la part de responsables ou de bénévoles dans un organisme de dépannage comme la Société Saint-Vincent de Paul, la soupe populaire ou un organisme philanthropique apporte également un support moral apprécié. Cette aide individuelle est appropriée pour les personnes qui ne se sentent pas attirées, pour des raisons de personnalité ou de santé, vers des activités de groupe. Les services qui exigent plus d'implication de la part des usagers et usagères contribuent à valoriser les individus qui ont besoin de partager avec d'autres personnes qui vivent les même difficultés, de s'extérioriser et de mettre à profit leurs connaissances. Cependant, nous avons rencontré des personnes qui ne sont pas à l'aise avec ce type de participation et qui préfèrent limiter les occasions d'échange.

«Comment je pourrais dire ça... des fois tu n'as pas de mots qui sont capables d'exprimer comment tu peux te sentir, comment tu peux te sentir quand tu viens ici.... C'est comme une famille. C'est de même que je prends ça moi. C'est comme une famille que moi je n'ai peut-être pas eu là.

(entrevue 6 personne usagère)

Au sujet des cuisines collectives :

«C'est ma sortie. Ça fait 3, 4 ans.»

(entrevue 10, personne usagère)

«La [nom de l'organisme], c'est la chaleur humaine. [...] Elles sont tellement fines là et t'sé... t'as vraiment besoin de conseil, t'es sûr de compter sur eux autres et ils vont t'aider là t'sé. [...] Surtout la chaleur humaine et la tendresse aussi. [...] ... bon on en parle, on est 4 filles et on en parle... ça fait du bien. On pleure mais ça nous fait du bien. Je peux parler mais mais ce que je peux pas dire à mon mari, je peux le dire entre femmes.»

(entrevue 11, personne usagère)

«Ils m'ont beaucoup aidé, j'ai... je les ai vraiment aimé pis c'est le fun de parler avec d'autres maman qui vivent la même chose pis... T'sé on est un groupe de 6, 7 femmes avec des enfants pis on... on parlait et on faisait des massages aux bébés pis c'était bien plaisant! C'est enrichissant aussi. Tu rencontres à chaque semaine une personne ressource là...»

(entrevue 12, personne ex-usagère)

«Oui. C'est une deuxième famille pour moi. T'sé je m'exprime mieux, je m'exprime plus pis euh... je parle plus aux gens pis tout ça... Ah! Oui oui

oui. Il y a de la joie ici pis l'accueil est vraiment formidable pis oui c'est comme ma deuxième famille, mon deuxième chez-nous autrement dit.»
(entrevue 17, personne usagère)

3.3.3 Les contraintes à la fréquentation

Les répondant-e-s ont identifié plusieurs contraintes qui retardent, limitent ou repoussent la fréquentation des ressources formelles. Ces obstacles se manifestent selon trois principaux éléments que sont les sentiments face à l'aide, le problème du transport et les critères d'admissibilité.

3.3.3.1 : Les sentiments face à l'aide

Cette première source de contraintes à la fréquentation des ressources formelles est sans contredit, la plus évidente. C'est aussi une des sections des discussions où les personnes ont été les plus bavardes. Elles éprouvent toutes des difficultés, à des degrés divers, à faire face à des sentiments de gêne, d'orgueil et de honte. Le vocabulaire utilisé est révélateur de l'atteinte à l'estime de soi que provoque une démarche d'aide alimentaire. Parfois, c'est la seule raison qui repousse les personnes non-usagères. Il apparaît que la peur de l'étiquetage à une catégorie de personnes défavorisées décourage certaines des personnes rencontrées. Ces sentiments sont particulièrement éprouvants quand il s'agit de dépannage alimentaire, même si cette aide contribuait à traverser une crise. Cette attitude qui vise à retarder, limiter ou éviter la fréquentation des ressources est plus accentuée dans les foyers où il n'y pas d'enfants. Les extraits qui suivent illustrent le besoin de préserver la dignité.

«Oui je m'excuse encore. C'est comme... je ne sais pas... je dis tout le temps ça... Je m'excuse... parce que qu'on se sent gêné de voir qu'on est pas capables d'arriver et c'est spécial.»
(entrevue 2, personne usagère)

«Non, Je n'allais pas badrer personne. Je faisais mon affaire, je m'organisais en conséquence. Disons que je pouvais me priver. J'aimais mieux ne pas déranger personne. Tu sais comment c'est des fois... tu arrives... m'aiderais-tu?... Ah! Bien regarde... Non jamais... aussi bien m'en passer.»
(entrevue 3, personne usagère)

«F : On ne veut pas aller plus s'abaisser autrement dit. On trouve que... durant le mois on s'abaisse quand même pour aller... mettons demander un bon. C'est s'abaisser, c'est de piler sur notre orgueil. [...] H : Et moi je n'irai pas m'abaisser là... non. Je trouve que je suis assez bas de même, que je n'irai pas plus bas là.»
(entrevue 4, duo de personnes usagères)

«On savait les ressources qu'on avait mais ça nous gênait, on avait peur... [...] On savait que la St-Vincent de Paul à Chicoutimi pouvait nous aider, on pouvait aller manger à la soupe populaire, tout ça. Mais on n'y a pas été, de peur de se faire juger pis de se faire remarquer pis, tout ça là. [...] T'sé on en avait besoin mais t'sé... pour montrer qu'on étaient corrects tout ça là, de peur...»

(entrevue 17, personne usagère)

«Bien c'est vrai que c'est gênant t'sé... t'as l'air pauvre dans le fond là mais écoute, ça dépanne là. Quand on en a besoin pis... je trouve que c'est important de... de... c'est important de se salir la face dans le fond pour faire manger tes enfants.»

(entrevue 19, personne ex-usagère)

«C'est une des raisons pour laquelle je ne vais pas à la Soupe populaire ou au... dans des endroits comme ça. Je ne m'identifie pas. [...] Euh, la place est trop petite. Je me suis fait une façade. Moi j'ai dit que j'avais pris ma retraite à 50 ans, alors ne me posez pas plus de questions que ça (rires)... J'ai pris ma retraite à 50 ans. La plupart me croient. Ça reste comme ça. Alors je veux pas être identifié.»

(entrevue 20, personne non-usagère)

«F : Non moé non, je suis pas capable, ça me gêne. [...] H : Je veux dire euh... je le sais pas... on dirait que c'est plus gênant pour nous autres. Vu qu'on connaît pas mal plus de monde, on connaît du monde qui sont là. F : [...] Je me sens pas à l'aise avec ces affaires-là. Je sais pas, je sais pas. Si je suis pauvre, je veux pas que le monde le save»

(entrevue 21, duo de personne ex-usagère)

«Il y a juste c'est... j'sais pas... c'est plate un peu d'aller là... c'est mon orgueil.»

(entrevue 22, personne non-usagère)

«Parce que... je sais pas si c'est de l'orgueil là mais... quand ma sœur elle m'a dit ça là... t'sé d'aller là-bas, d'aller au magasin (épicerie communautaire)... Quand j'ai voulu rentrer là, t'sé je... [...] Ouin, je serais trop gênée. Ben écoute, j'ai travaillé au gros salaire. T'sé comment c'est... pis là ben je serais pas capable. [...] Non, non, Tu me demandais, non je ne suis pas capable. J'ai ma fierté.»

(entrevue 25, personne non-usagère)

3.3.3.2 : Le problème du transport

Ce deuxième type de contraintes concerne la question du transport. Plusieurs de nos informateurs et informatrices ont témoigné des difficultés quotidiennes à se déplacer pour aller vers les ressources. Pour les personnes qui ne possèdent pas de véhicule

automobile, le transport collectif (autobus ou taxi) n'est pas adéquat en raison des coûts et du volume des denrées à rapporter à la maison. Celles qui possèdent une automobile doivent limiter leurs déplacements en raison du prix de l'essence. Cette limite touche particulièrement les gens qui vivent dans des zones mal desservies par les organismes comme les territoires semi-urbains.

«... mettons qu'il faut que j'aille faire l'épicerie, bien moi je n'ai pas de transport. Il faut que je me paie un taxi. Mais je n'ai pas l'argent pour aller chercher un taxi.»

(entrevue 2, personne usagère)

«Ben... parce que... c'est parce que ça nous coûte trop cher de gaz, d'essence... Faire un voyage spécial pour mettre 10\$ de gaz pour monter.»

(entrevue 16, personne usagère)

«J'me suis informé une fois mais j'veux dire de toute façon le dîner... à Jonquière c'était la même chose. À Jonquière c'était le dîner aussi. C'était à l'autre bout du monde de la ville. C'était impossible que je me rende là. Il aurait fallu que je prenne l'autobus, payer 2.25\$ d'autobus... 4,50\$ d'autobus, on va laisser faire. C'était trop loin. [...] Sauf que moi, je suis à pied alors euh. Quand arrive l'été, j'ai mon vélo, c'est très pratique. Je peux faire une épicerie avec des gros... Mais des cannages en hiver j'va te dire que mon sac à dos il vient pesant hein...»

(entrevue 20, personne non-usagère)

3.3.3.3 : Des critères d'admissibilité restrictifs

Cette dernière forme de contrainte à la fréquentation des ressources formelles renvoie à l'idée selon laquelle les ressources d'aide alimentaire sont réservées aux familles avec enfants. Ce critère d'admissibilité aux services semble être plus fréquent chez les organismes qui offrent du dépannage alimentaire. Cette idée rejoue également la position des intervenant-e-s de la première phase, à savoir que les priorités sont dirigées vers les mères monoparentales. Est-ce un hasard si la partie de notre échantillon réservé aux personnes non-usagères est composé de personnes sans enfants à charge ?

«... j'ai demandé de l'aide et on m'a dit : pour les personnes seules, une fois par année, c'est assez. On a tellement de demandes de familles, que les personnes seules là... [...] Quand t'es une femme, t'as beaucoup plus de facilité. Si t'es une femme avec des enfants, t'es monoparentale, t'as encore plus de facilité. Si t'es un homme seul, t'en a pas, pas du tout.»

(entrevue 20, personne non-usagère)

«Pis elle a dit : tu en auras pas ben ben parce que c'est préférence... c'est ceux-là qui ont des enfants. [...] Oui, de toute façon ils ont dit : priorité pour les enfants, tu en auras pas.»

(entrevue 25, personne non-usagère)

Sur le terrain, plusieurs organismes ont établi des critères qui touchent à différentes variables sociodémographiques selon le groupe d'âge, la présence d'enfants, la source de revenu, le niveau de revenu, etc. Les ressources qui se préoccupent de la mixité des clientèles sont plutôt rares. En fait, les épiceries communautaires sont à peu près les seules à miser sur la diversité du bassin des usagers et usagères. En considération de la structure démographique de la région du Saguenay Lac Saint-Jean, plusieurs individus seraient ainsi exclus des ressources formelles. Comme la tendance à l'augmentation des ménages composés d'une seule personne ne semble pas vouloir décroître, il est probable que cette exclusion ira en augmentant.

3.3.4 La perception du réseau d'aide

Ce dernier point traitant de la fréquentation des ressources formelles est relié à la dernière section du schéma d'entrevue. Les questions et les relances étaient formulées dans le but de voir comment les répondant-e-s situent la place qu'occupe le réseau d'aide dans sa globalité dans leur territoire respectif. D'autres relances visaient à identifier des pistes de solutions proposées par nos informateurs et informatrices. Inévitablement, plusieurs se sont exprimés en fonction de la croissance des besoins et de la nécessité de consolider et développer le réseau d'aide. Comme pour les intervenant-e-s de la première phase, les répondant-e-s considèrent que la présence d'organismes dans la communauté permet de soulager les effets de la pauvreté, sans toutefois réussir à remonter jusqu'aux causes.

«C'est ça. C'est parce que je ne veux pas que l'entourage soit à supporter ce que moi je vis non plus. Donc je vais à l'extérieur dans des services communautaires ou des genres comme ça pour aller chercher ce qu'il me manque pour pouvoir arriver dans mes affaires. [...] C'est parce que le besoin est là. Le besoin est là donc les ressources il faut qu'elles s'ajustent à nous autres aussi là. C'est pour ça que ça grossit...»

(entrevue 2, personne usagère)

«Ça doit exister oui. Dans toutes les villes ça doit exister et ça doit être reconnu et ils doivent aussi avoir l'aide nécessaire. S'ils vendent plus cher c'est parce qu'ils n'ont pas assez à l'autre bout du gouvernement pour subsister [...] C'est des organismes pauvres pour aider les pauvres. Il me semble que ça tout là.»

(entrevue 8, personne usagère)

«...Parce que si il y en avait pas là peut-être qu'on aurait manqué de bouffe là et là... là on aurait été... ça aurait été moins drôle. Je le sais pas ce que j'aurais fait. Ça m'est jamais arrivée, je suis chanceuse là, j'espère que ça m'arrivera jamais non plus.»

(entrevue 12, personne ex-usagère)

«C'est bien parce que j'imagine les personnes qui ont des enfants ou quoi que ce soit pis qui arrivent pas, c'est encore pire parce que c'est les enfants

qui sont pognés là-dedans. Une personne seule comme moi, c'est pas pire, mais j'imagine mettre des enfants là-dedans. Moi je trouve que c'est la meilleure... c'est la meilleure affaire qui pouvait pas avoir (les organismes d'aide).»

(entrevue 14, personne non-usagère)

«Ben c'est pour aider... c'est pour aider ceux qui sont plus démunis. Le plus souvent c'est euh... pour aider une femme seule avec ses enfants.»

(entrevue 18, personne non-usagère)

Certaines personnes ont mentionné la capacité du réseau à provoquer un sentiment de confiance en l'avenir pour les populations les plus vulnérables. En d'autres termes, l'aide offre des balises pour les catégories de personnes qui sont affectées par des tendances au découragement. Les remarques précédentes sur l'atmosphère familiale et le « second chez nous » vont dans le même sens.

«Bien ça provoque un sentiment de bien-être, un sentiment que... Que tout n'est pas perdu. Dans le sens perdu je veux dire... que c'est pas abandonner... qu'on est pas abandonnés dans un sort. Ça fait du bien en dedans d'avoir... de penser que tu as des gens qui sont là, qui pensent à d'autres qui ont de la difficulté. Tu sens que tu as un bien-être dans le sens que... Tout chavire en dedans moi. Moi je suis émotionnel. Je viens chercher tout ça et je remercie mes petites personnes (intervenantes), je viens les voir...»

(entrevue 6, personne usagère)

« Ah! Oui, c'est nécessaire! Je comprends donc Mais c'est... Si quelqu'un qui veut s'aider le moindrement, si il va chercher des... si il vas vers des organismes, tout dépendant de l'aide qu'il a besoin là et les portes sont ouvertes là bon bien mon Dieu! C'est bien plus encourageant. Si il y avait aucun organisme, ça serait... je pense que les gens se cloîteraient chez eux et il y aurait bien plus de dépressifs.»

(entrevue 9, personne usagère)

«Ben parce que... ils comprennent le monde qui sont démunis pis ils veulent leur aider que ça aille mieux dans eux autres, qu'ils passent pas par des découragements, pour pas qu'il y ait des suicides, pour pas qu'il y ait des décrocheurs à l'école... [...] C'est un moyen pour nous aider à mieux foncer dans la vie pis à nous en sortir pis à nous encourager...»

(entrevue 17, personne usagère)

Curieusement, les échanges sur ce sujet n'ont pas permis d'identifier des pistes de solution autres que d'augmenter les services. Si les revenus sont souvent cités comme la source des problèmes pour les personnes que nous avons rencontrées, ils ne sont pas souvent associés aux solutions. Ce dernier point démontre clairement que les répondant-e-s éprouvent des difficultés à identifier des solutions qui touchent les aspects structurels

des causes de la pauvreté. Ceci revient à dire que nos répondant-e-s considèrent les conditions créant les problèmes comme des données, des traits qu'on doit prendre en considération, mais qui, en eux-mêmes, sont hors d'atteinte.

À cet égard, seulement 3 répondant-e-s ont signalé la pertinence d'augmenter les prestations de la sécurité du revenu pour les ajuster à un seuil acceptable et d'augmenter le salaire minimum pour les mêmes raisons. Pour ces personnes, la présence et la croissance du réseau d'aide ne font que confirmer le clivage socioéconomique que l'on observe actuellement.

«Ils viennent autrement dit égaliser la marge. Ils veulent laisser les riches avec les riches, bon avec leurs problèmes de riches... Bien qu'ils laissent les pauvres avec les problèmes de pauvres... Regardes il n'a pas d'argent pour s'acheter du linge, on va lui permettre de le faire... Le riche il a de l'argent pour s'acheter du linge et on va le mettre cher... Tu comprends l'équivalence? Le pauvre il n'a pas d'argent pour s'en acheter, on va le mettre pas cher... [...] Mais c'est pas comme ça que ça marche. Sinon tu peux pas... Les organismes ça peut juste les rendre un petit peu moins pauvres, ça ne peut pas les enlever de la classe pauvre.»

(entrevue 7, personne usagère)

CONCLUSION

Cette deuxième phase du projet de recherche sur l'analyse des interventions en sécurité alimentaire au Saguenay Lac Saint-Jean a donné la parole à des personnes directement touchées par l'insécurité alimentaire, selon l'enjeu de l'accessibilité aux denrées. Examiné à la lumière des témoignages recueillis auprès de ces 28 personnes usagères ou non de services d'aide alimentaire, ce phénomène se révèle bien complexe. Il faut d'abord se souvenir que les personnes en situation d'insécurité alimentaire n'ont pas le monopole des comportements « à risque » en matière d'alimentation, car des catégories sociales économiquement moins vulnérables peuvent aussi développer de mauvaises habitudes alimentaires. On admettra toutefois que la situation est plus difficile pour les personnes appauvries, que les causes fondamentales en sont claires et qu'elles sont avant tout d'ordre économique.

Avant de poursuivre sur la synthèse des résultats, il est important de préciser que le discours des répondant-e-s ne présente que très peu de distinction territoriale selon les divisions sociosanitaires régionales précisées en introduction. Les personnes parlent de leur parcours en soulevant des enjeux similaires de La Baie à St-Félicien. Cela mène à être prudent quant à l'imputation de comportements ou de problèmes différents selon qu'on est en milieu rural ou urbain, par exemple. De plus, le discours des deux catégories de personnes rencontrées, à savoir des personnes usagères et non-usagères, demeure largement apparenté. Ceci nous semble important, car il signifie que les différences de comportement, c'est-à-dire le fait d'aller ou non vers une ressource, ne semblent pas dues à des différences essentielles entre les individus. Elles devront être approchées sous un autre angle, que nous appellerons un peu plus loin les « conditions » favorables ou défavorables à la fréquentation des ressources.

La première partie de ce rapport précisait les orientations théoriques et méthodologiques de l'équipe de recherche. Nous aimerais revenir sur l'utilisation des résultats présentés dans la deuxième et la troisième partie. Comme le projet s'inscrit dans un cadre qualitatif, les résultats ne peuvent aucunement conduire à une quelconque généralisation arithmétique ou statistique à l'ensemble des populations économiquement défavorisées. Chaque entrevue a été analysée sous l'angle de sa singularité afin de comprendre plus profondément les stratégies, les attitudes et les comportements des personnes, qu'elles fréquentent ou non le réseau d'aide. Plus précisément, les données ont servi à dégager des modèles explicatifs mais non exhaustifs sur les stratégies déployées par nos informateurs et informatrices afin de combattre leur insécurité alimentaire. Ce type de démarche a comme finalité de saisir les phénomènes de l'intérieur.

Dans la deuxième partie, nous avons tracé un profil des répondant-e-s à partir de la fiche d'identification et du questionnaire sur les conditions de vie. Les 19 tableaux présentent la grande diversité des conditions sociodémographiques de notre échantillon de personnes. Certaines d'entre elles ont connu des bouleversements professionnels importants au cours des dernières années; par exemple, des pertes d'emploi pour cause de

fermeture ou de problèmes de santé ou des situations de travail précaire (salaire minimum, emploi à temps partiel, emploi saisonnier). D'autres connaissent des conditions de retraite bien minces. Ces détails nous permettent de comprendre que l'insécurité alimentaire n'est pas exclusivement réservée aux prestataires de la Sécurité du revenu et qu'elle atteint maintenant certaines catégories de personnes qui jusqu'à récemment étaient épargnées. Toutefois, notre technique de collecte ne nous permettait pas de rencontrer des personnes affectées par des problématiques lourdes²³. Ici, il est intéressant de se rappeler que les intervenant-e-s rencontré-e-s dans la première phase, restaient sous la perception d'une clientèle présentant de nombreuses incapacités. D'autres informations contenues dans les tableaux indiquent que nos informateurs et informatrices font des activités diverses en loisirs et en passe-temps et que l'Internet est une source de communication importante pour certains ou certaines. À certains égards, on est loin de l'image d'une personne retirée et isolée socialement comme celle que nous offrent plusieurs médias lorsqu'ils traitent de la faim. Au-delà de cette légitime méfiance envers les stéréotypes simplificateurs, redisons qu'il est fort possible que nous soyons ici face à un biais d'échantillon car nos méthodes nous ont fait rencontrer des gens qui ne font pas partie des personnes les plus déstructurées. On doit donc éviter une généralisation statistique hâtive.

De même, nous n'avons pas parlé des limites de notre outil de collecte (schéma d'entrevue). Par exemple, les discussions sur les solutions à l'insécurité alimentaire arrivaient en fin de rencontre. Peut-être cela a-t-il joué sur la faiblesse, pour ne pas dire l'absence de discours sur les solutions autres que l'ajout de ressources d'aide.

La troisième partie représente le cœur de notre démarche au sens où elle nous a permis de saisir les différents niveaux d'insécurité alimentaire en plus de découvrir la richesse et la subtilité du potentiel d'acteur de nos répondant-e-s. L'identification et la modélisation des stratégies domestiques constitue de ce fait une contribution à la compréhension de ce phénomène. Comme premier résultat (section 3.1.1), nous avons vu que plusieurs personnes ne perçoivent pas, ou alors très peu, leur situation d'insécurité alimentaire. Les raisons n'en sont pas très claires. Nous pouvons faire l'hypothèse qu'en se comparant à des exemples limites ou spectaculaires, que ces cas soient réels ou purement médiatiques, nos informateurs et informatrices en reviennent à minimiser leur situation. Il est aussi possible d'y voir une réaction de compensation, voire de dénégation, face à une réalité difficile. La section 3.1.2 montre en effet que l'insécurité alimentaire provoque chez certaines personnes des émotions fortes pouvant induire de l'angoisse, des insomnies, etc. Visiblement, la nourriture est un objet symboliquement et, donc, émotionnellement chargé. Les compétences culinaires et domestiques influencent cette charge émotionnelle. C'est ce que montre la section 3.1.3, qu'on peut résumer en disant que la possession de compétences permet de mieux contrôler son univers quotidien, ce qui permet de moins s'inquiéter et d'aborder l'insécurité alimentaire de façon plus sereine.

²³ Selon nos observations lors de rencontres qui se sont déroulées dans des organismes, nous pouvons avancer que la technique d'observation participante serait plus appropriée pour obtenir l'information relative aux personnes dont les limites sont évidentes en raison de difficultés diverses comme des problèmes de santé mentale, de langage, etc., ceux et celles que les intervenant-e-s identifient comme les « cas lourds ».

Un second ensemble d'enseignements relève de l'articulation des stratégies domestiques (privées) aux stratégies s'insérant dans un ensemble plus organisé et public. Ces efforts se traduisent par un ensemble complexe de moyens et de trucs relatifs à un système organisé de planification, d'adaptation et de privation selon le niveau de difficultés vécu par les répondant-e-s. La section 3.2 détaille les procédés utilisés par les personnes pour s'ajuster aux contraintes. Cela exige de nombreux efforts intellectuels, émotifs et relationnels qui peuvent aller jusqu'à une rigoureuse discipline de vie. Nos informateurs mobilisent leurs ressources familiales, celles de leurs amis et voisins; ils changent leurs habitudes de vie et leur façon de s'alimenter, ils planifient leurs dépenses et développent des recettes : autant de façon de faire prouvant leur créativité à l'intérieur d'un ensemble fini de possibilités. Rappelons d'ailleurs que la question de l'alimentation n'occupe pas tout le terrain à elle seule. Nos informateurs doivent jongler à la fois avec les difficultés du budget alimentaire et avec celles du logement, de l'habillement, de l'ameublement, du loisir, etc. C'est, nous semble-t-il, un enseignement important de cette section : pour comprendre l'insécurité alimentaire, il faut la voir en relation avec les autres domaines de la vie quotidienne.

Ces deux premiers points des résultats sont associés à ce que nous pourrions identifier comme *un processus de résignation*, mécanisme par lequel la plupart de nos informateurs et informatrices en viennent à développer des comportements «à risque» pour leur santé. Il s'agit moins de bâtir la sécurité alimentaire, dans un processus positif et innovateur, que de lutter contre l'insécurité, dans une démarche défensive prenant acte des contraintes, mais ne parvenant guère à les modifier et, d'ailleurs, le cherchant de moins en moins.

Ceux de nos informateurs que nous avons appelés les « personnes non-usagères » semblent n'utiliser que ces stratégies domestiques. Pour le second groupe, les « personnes usagères », ces stratégies sont utilisées concurremment avec des stratégies relevant d'un domaine public plus formellement organisé, que détaille la section 3.3. On y voit que la fréquentation exige une connaissance de l'existence, de la localisation et des possibilités que recèle chaque organisation. Cette connaissance peut circuler par des moyens informels, comme les conversations avec les voisins, mais aussi par les médias. Cependant, elle n'est pas par elle-même efficace. Le « passage à l'acte » demande un accompagnement indispensable car il faut un appui pour surmonter la honte et trouver le courage d'aborder un monde inconnu. Lorsqu'il se produit et si l'accueil reçu est favorable, les bénéfices qu'en retire la personne ne font guère de doute. Sur le plan de la qualité et de l'équilibre de l'alimentation autant que sur celui du soulagement des pressions sur un budget limité, la participation aux organismes a bien évidemment des conséquences positives. Les conséquences sociales ne sont pas moins évidentes. Plusieurs de nos informateurs ont comparé les organisations à une seconde famille; la métaphore indique bien le degré de confiance et d'intimité qui émerge de l'interaction entre usagers et entre ceux-ci et les personnes animant l'organisation. Il faut ajouter cependant que tout le monde ne partage pas un égal désir de participer à une vie collective. En fait, plusieurs préfèrent recourir à une aide demandant moins d'implication personnelle. Si on veut adapter les services aux désirs des personnes, il faudra donc se soucier de ne pas proposer un modèle unique et normatif d'organisation .

Qu'est-ce qui peut encourager ou décourager la fréquentation d'une ressource d'aide à la recherche de sécurité alimentaire? Les sections 3.3.3 et 3.3.4 présentent les détails sous trois rubriques. La principale est sans doute le sentiment de gêne, de honte, face à l'aide, dont nous ont parlé plusieurs informateurs. Ce sentiment tient d'abord au fait que la pauvreté est vue, dans notre société²⁴, comme une condition résultant d'une responsabilité personnelle; en d'autres termes, on pourrait dire qu'on n'est pas que pauvre, on est *coupable* de l'être. De plus, la situation de « pauvreté alimentaire » est plus que les autres marquée du sceau du stigmate. Il n'est jamais gratifiant d'avoir recours à l'aide, mais devoir le faire à propos de la nourriture indique de façon encore plus claire qu'on a atteint le fond de la déchéance. La conséquence en est claire : on ne le fera qu'en dernier recours et on cessera de le faire dès qu'on le pourra. Utiliser une ressource d'aide alimentaire ne peut donc que difficilement être un objet d'identification volontaire et ce, même lorsque ces ressources sont vues de façon positive. On peut d'ailleurs penser que les stratégies domestiques et les stratégies formelles s'articuleront essentiellement de façon à éviter autant que possible le recours aux organisations.

Les deux autres dimensions, pour n'être pas aussi fondamentales, n'en sont pas moins efficaces pour gêner l'utilisation des ressources formelles. Il faut que les services soient accessibles, ce qui peut poser d'importants problèmes de transport et signifie qu'il y aura un accès différentiel aux services selon la localisation. De plus, les critères de certains organismes sont souvent restrictifs, par exemple en limitant le nombre de fois où une personne peut y avoir recours.

Malgré ces contraintes, il est frappant de voir que les informateurs évaluent de façon positive le travail fait par le réseau des ressources en sécurité alimentaire. Il est tout aussi frappant de voir que peu de solutions sont identifiées, autres que l'augmentation des services.

Un des objectifs ayant guidé cette étape particulière du projet était de comprendre pourquoi certaines personnes vont vers les ressources d'aide alors que d'autres ne les fréquentent guère. S'y est ajoutée la question de savoir pourquoi celles qui les utilisent le font presque à leur corps défendant et considèrent comme anormal d'y avoir recours, même lorsqu'elles sont satisfaites des services qu'elles y reçoivent. Sans en faire des causes produisant de façon obligée un résultat nécessaire, nous en arrivons à l'inventaire suivant :

Les conditions favorables à la fréquentation des ressources :

- La sécurité alimentaire des enfants
- Les effets de la réciprocité sur l'estime de soi
- L'autonomie et la quête de liberté
- La consolidation du réseau social
- Les retombées budgétaires

²⁴ Cette mention est importante, car elle signifie que nos informateurs savent que c'est ainsi qu'ils seront vus. D'ailleurs, ils la partagent parfois.

- L'acquisition de compétences.

Les conditions défavorables à la fréquentation des ressources :

- La faible ou l'absence de perception d'insécurité alimentaire.
- L'aide obtenue du réseau primaire.
- Les sentiments négatifs reliés à la demande d'aide alimentaire
- La méconnaissance ou l'ignorance des ressources
- L'accessibilité des ressources (en particulier en matière de transport)
- L'absence de ressources
- Les mauvaises expériences passées
- L'image des ressources (le poids de l'étiquetage ou de la stigmatisation)
- La qualité des denrées alimentaires.

Les poids respectifs de ces diverses conditions restent à établir. De plus, les modalités de leurs interactions nous échappent encore, comme nous échappe la relation aux caractéristiques personnelles des gens en situation d'insécurité alimentaire (santé mentale ou physique, handicaps, situation familiale, etc.) et des groupes ou catégories auxquelles on peut les rattacher. Ce sont pourtant des dimensions importantes pour qui veut mieux comprendre le vécu de l'insécurité alimentaire.

De façon plus générale, il faut rappeler qu'elles sont ici présentées sous le seul angle de l'insécurité alimentaire. Mais celle-ci n'existe pas indépendamment des autres insécurités qui marquent la vie quotidienne des personnes en situation de pauvreté : logement, santé, relations sociales, stigmatisation, éducation, loisirs et, par-dessus tout, revenu²⁵. Nous avons identifié certaines des stratégies déployées en matière d'alimentation. Il est certain que des stratégies équivalentes se déploient dans ces autres « secteurs » de la vie quotidienne. Leur identification serait utile à qui veut comprendre la pauvreté dans sa complexité sans tomber dans la simplification discriminante de la « culture de pauvreté » ou, ce qui n'en est que l'autre face, le misérabilisme.

²⁵ Il est surprenant de constater que la question n'a pas beaucoup retenu l'attention des chercheurs canadiens, mais on pourra se reporter utilement à l'article de E.M. Power (2005) « Les déterminants de la saine alimentation chez les Canadiens à faible revenu », *Revue canadienne de santé publique*, vol.96, suppl. 3, pp. S42-S49, ainsi qu'aux textes qui y sont cités.

ANNEXE 1 : LETTRE EXPLICATIVE

Projet de recherche

*Analyse des interventions en sécurité alimentaire dans la région du Saguenay-Lac-St-Jean :
les acteurs au cœur du processus*

Lettre explicative

Une recherche sur la sécurité alimentaire:

Cette recherche est réalisée par une équipe de l'Université du Québec à Chicoutimi composée de Pierre-André Tremblay, professeur responsable, de Joël Rouffignat, professeur collaborateur de l'Université Laval, de Myriam Duplain, chargée de projet et de Marie-Claude Clouston, assistante de recherche. Le projet a comme objectif de comprendre comment les personnes et les familles à faible revenu arrivent à combler leurs besoins en alimentation. Nous rencontrerons des personnes qui sont directement concernées par la sécurité alimentaire d'un point de vue personnel ou familial, qu'elles fréquentent ou non les organismes qui offrent de l'aide.

La participation demandée:

Les entrevues, d'une durée approximative de 60 minutes, sont enregistrées afin de ne rien perdre de votre précieuse collaboration. Vous pouvez être assuré de la confidentialité des informations fournies lors de l'entrevue. L'enregistrement et la retranscription seront conservés durant la recherche, en lieu sûr et sous clé et ne seront utilisés qu'en respectant votre anonymat. Vous conservez la liberté d'arrêter votre participation à la recherche à tout moment.

Nous vous invitons à signer le formulaire de consentement et à en conserver une copie. Si vous vouliez obtenir des informations sur le projet après votre entrevue vous pouvez rejoindre l'équipe de recherche aux coordonnées suivantes :

Myriam Duplain ou Marie-Claude Clouston
Téléphone : (418) 545-5011 poste 2206
Courriel : cidees@uqac.ca

Formulaire de consentement entre l'équipe de recherche et l'informateur (trice)

J'accepte librement et sans contrainte de participer à une entrevue pour la recherche *Analyse des interventions en sécurité alimentaire dans la région du Saguenay-Lac-St-Jean : les acteurs au cœur du processus.*

J'ai pris connaissance des objectifs du projet et de ce en quoi consiste ma participation. Je suis libre de me retirer en tous temps si je le désire.

Signature de l'informateur (trice)

Date**L'équipe de recherche s'engage à :**

- 1) garantir le suivi des objectifs mentionnés
- 2) respecter l'anonymat et la confidentialité de toutes les informations données par le ou la participant(e)
- 3) informer les participants des résultats de cette recherche (vous pouvez également contacter la personne qui a référé vos coordonnées à l'équipe de recherche)

Pierre-André Tremblay, professeur titulaire de l'UQAC

Date

Assistante de recherche

Date

ANNEXE 2 : FICHE D'IDENTIFICATION DE L'ENTREVUE PERSONNE**Nom de la personne interrogée :****Lieu de l'entrevue (adresse postale) :****Durée de l'entrevue :****Date de l'entrevue (jj-mm-an) :**

Code d'identification entrevue (PU ou PNU-no-territoire-intervieweur-e) :	Type d'habitation (1=propriété, 2=location, 3=HLM, 4=COOP)
Organisme et personne de référence :	Durée d'habitation dans le logement :
Type de répondant-e (1=intervenant-e, 2=usager-ère, 3=non usager-ère):	Fréquence des déménagements (au cours des 10 dernières années) :
Intervieweur-e-s (1=MD, 2=MCC, 3=PAT, 4=MDP, 5=MCP, 6=MM, 7=MMP) :	Scolarité avec dernier diplôme obtenu (1=Études primaires, 2=sans diplôme secondaire, 3=DES ou DEP, 4=collégial, 5=universitaire)
Territoire sociosanitaire (B=Baie, C=Chicoutimi, J=Jonquière, L=Lac SJ Est, D=Domaine du Roy, M=Maria Chapdelaine) :	Revenu annuel du ménage (1=Moins de 5 000\$, 2=5 000\$ à 9 999\$, 3=10 000\$ à 14 999\$, 4=15 000\$ à 19 999\$, 5=20 000 à 24 000\$, 6=25 000 à 29 999\$, 7=30 000\$ et plus) :
Genre (1=Femme, 2=Homme) :	Sources de revenus (1=Revenus d'emploi, 2=Assurance-emploi ou CSST, 3=Sécurité du revenu, 4=Pension alimentaire, 5=Allocations familiales, 6=Sécurité vieillesse, 6=Régime des rentes, Régime de pension, 7=Fonds de pension, 8=Sans revenu) :
Statut civil (1=Célibataire, 2=Monoparental-e, 3=Conjoint de fait, 4=Marié-e, 5=Divorcé-e/séparé-e, 6=Veuf-ve) :	Type d'emplois (actuel et anciens) et démarches :
Groupe d'âge (1=15-19 ans, 2=20-24 ans, 3=25-29 ans, 4=30-34 ans, 5=35-39 ans, 6=40-44 ans, 7=45-49 ans, 8=50-54 ans, 9=55-59 ans, 10=60-64 ans, 11=65-69 ans, 12=70-74 ans, 13=75-79 ans 14=80 et plus) :	Type d'aide alimentaire : 1=Disp. Alim., 2=Accès écono. et physique, 3= Accès écono. par intégration social et MT, 4=Connaissances et habilités, 5=Dépannage, 6=Aide vestimentaire, 7=Aide budgétaire, 8=Aide psychosociale, 9=Sans aide :
Nombre d'enfant-s :	Nombre d'organismes fréquentés :

Commentaires sur l'entrevue :

ANNEXE 3 : QUESTIONNAIRE SUR LES CONDITIONS DE VIE

Sécurité alimentaire
Questionnaire sur les conditions de vie
Personnes usagères et non usagères

Code de l'entrevue : _____

Conditions sociales :

1- Au cours des 12 derniers mois, j'ai participé à des rencontres avec ma parenté :

- Plus d'une fois par semaine
- Une fois par semaine
- Au moins une fois par mois
- Quelques fois par année
- Uniquement lors d'occasions spéciales (Fête, Noël, décès, etc.)
- Jamais

2- En général, je considère que les relations avec les membres de ma famille (parents, frères, sœurs, etc.) sont :

- Très satisfaisantes
- Plutôt satisfaisantes
- Plutôt insatisfaisantes
- Très insatisfaisantes
- Ne s'applique pas

3- J'ai des amis dans mon entourage :

- Oui
- Non

4- Au cours des 12 derniers mois, j'ai participé à des rencontres avec mes amis :

- Plus d'une fois par semaine
- Une fois par semaine
- Au moins une fois par mois
- Quelques fois par année
- Uniquement lors d'occasions spéciales (Fête, Noël, décès, etc.)
- Jamais

Ne s'applique pas

5- Si oui, en général, je considère que les relations avec mes amis sont :

Très satisfaisantes
 Plutôt satisfaisantes
 Plutôt insatisfaisantes
 Très insatisfaisantes
 Ne s'applique pas

6- Au cours de la dernière année, j'ai eu l'impression de souffrir de solitude :

Toujours (tous les jours, un sentiment permanent)
 Souvent (4 ou 5 jours par semaine)
 Quelques fois (1 ou 2 jours par mois)
 Rarement (quelques jours par année)
 Jamais

7- Parmi les travailleurs des services publics (CLSC, CLE, écoles, etc.), il y a une ou des personnes sur qui je peux compter en toute confiance :

Oui Quels organismes : _____
 Non

8- Parmi les travailleurs du milieu communautaire, il y a une ou des personnes sur qui je peux compter en toute confiance :

Oui Quels organismes : _____
 Non
 Ne s'applique pas

9- Généralement, je pratique des activités de sport ou de loisir :

Oui Précisez : _____
 Non

10- J'ai un ou des passe-temps :

Oui Précisez : _____
 Non

ANNEXE 4 : CANEVAS D'ENTREVUE (PERSONNES USAGÈRES)

Sécurité alimentaire
Canevas d'entrevue : personnes en situation de pauvreté
Personnes usagères

Partie 1 : Intensité de l'insécurité alimentaire selon la perception ou les manifestations réelles

La première partie du schéma d'entrevue vise à saisir le circuit de support, le degré d'intensité d'insécurité alimentaire tel que perçu par la personne en situation de pauvreté, ses manifestations, ses conséquences sur la dynamique personnelle ou familiale et les stratégies déployées par la personne pour la réduire.

Thème 1 : Comment la personne PERÇOIT et RESSENT sa situation alimentaire

1.1- Quels sont les premiers mots qui vous viennent à l'esprit pour décrire votre situation actuelle (conditions de vie) ?

1.2- Est-ce que votre budget vous cause des difficultés ? (loyer, factures à payer, nourriture, etc.)?

- Comment faites-vous pour arriver ?
- Est-ce que ces problèmes concernent tous les membres de la famille ?
- Avez-vous des gens sur qui vous pouvez compter en cas de problème ?
- Comment font-ils pour vous aider ?
- Quels sont les problèmes où c'est plus facile d'avoir de l'aide ?
- Quels sont les problèmes où c'est plus difficile d'avoir de l'aide ?
- Avez-vous déjà fait face à des préjugés ? (Exemple)

1.3- Et le budget de la nourriture dans tout ça (montant ou pourcentage) ?

- Qu'est-ce que vous pensez de cette situation ?
- Est-ce que ça toujours été comme ça ? Est-ce que ça déjà été mieux (ou pire) ?
- Comment vous sentez-vous par rapport à cette situation ? (Craindre, angoisse, privation, etc.)

1.4- Vous êtes-vous déjà inquiété de manquer de nourriture ? Donnez-moi un exemple.

- Pour quelles raisons ?
- À quel moment ?
- Est-ce que ça arrive souvent ?
- Est-ce toujours pour les mêmes raisons ?
- Qu'est-ce que vous faites dans ces moments-là ?
- Comment vous sentez-vous par rapport à ça ?

1.5- Avez-vous déjà manqué de nourriture? Donnez-moi un exemple.

- Qu'avez-vous fait ?
- Est-ce qu'il y a des aliments qui vous causent plus de problèmes que d'autres ?
- Pourquoi ces aliments vous causent-ils des problèmes ? (Coût, disponibilité, conservation, etc.)

- Modifiez-vous les ingrédients de certaines recettes ?
- D'après vous, pourquoi avez-vous manqué de nourriture?
- Est-ce que c'est arrivé plus d'une fois? Combien de fois par année (mois)?
- Est-ce que ça fait longtemps ? Depuis quand ?
- Est-ce la même chose tout au long de l'année ?
- Est-ce qu'il y a des périodes plus critiques que d'autres (moment de l'année ou du mois) ?
- Pourquoi ces périodes sont-elles plus critiques selon vous ?
- Comment vous sentiez-vous? (Colère, résignation, refus, sensation de rejet, faillite personnelle, dégoût du système ou de soi, impuissance, etc.)
- Êtiez-vous fâché, déprimé, découragé, etc. ?
- Votre conjoint, comment a-t-il pris ça?
- Vos enfants, comment le vivent-ils?
- Quand vous manquez de nourriture, est-ce qu'il y a des conséquences sur les relations dans la famille ou sur la santé (conjoint, enfants)?

Si non :

- Comment faites-vous pour arriver (vos trucs, vos moyens) ?
- Est-ce que vous devez couper ou sacrifier quelque chose pour ne pas en manquer?
- Est-ce que vous mangez 3 repas par jour ?
- Modifiez-vous les ingrédients de certaines recettes ?
- Est-ce qu'il y a des aliments dont vous vous privez ?
- Est-ce que ça vous dérange ?
- Est-ce qu'il y a des périodes plus difficiles ?
- Si oui, quand et pourquoi sont-elles plus difficiles ?
- Est-ce que ça a toujours été comme ça (si non, depuis quand)?

1.6- Décrivez-moi un menu (exemple hier)?

- Est-ce que ça ressemble souvent à ça (voir dans le mois)?
- Qui s'occupe de la bouffe chez vous (faire l'épicerie, préparer les repas)?
- Quand faites-vous l'épicerie? Où? (voir si stratégies de stockage ou coupons)
- Est-ce que l'endroit vous convient? (accès, choix et qualité, coûts)

Partie 2 - Origine des demandes exprimées

La deuxième partie du schéma d'entrevue vise à comprendre les raisons et la dynamique de fréquentation des ressources d'aide. Comprendre également s'il y a des stratégies pour combler les besoins.

Thème 2 : Comment la personne VOIT-ELLE son recours à l'aide

2.1- Comment êtes-vous venu dans l'organisme ?

- Comment avez-vous entendu parler de l'organisme ?
- Comment s'est passé votre premier contact avec l'organisme (Description de la première expérience, première journée, etc.) ?
- Est-ce que ça faisait longtemps que vous aviez entendu parler de l'organisme ?
- Est-ce que ça fait longtemps que vous participez aux activités de l'organisme ?

2.2- Allez-vous chercher de l'aide dans d'autres organismes (meubles, vêtements, loisirs, etc.)?

- Si oui, quelles sortes d'aide ? Quels organismes ?
- Est-ce que vous y allez souvent ?
- Est-ce que ça fait longtemps ?
- Connaissez-vous d'autres services d'aide alimentaire ?
- Pourquoi ne pas y aller ?

2.3- Qu'est-ce que vous aimez le plus des services reçus (satisfaction)?

- Donnez-moi un exemple.

Qu'est-ce que vous aimez le moins ?

- Donnez-moi un exemple.

Thème 3 : Comment la personne PERÇOIT le réseau d'aide alimentaire

3.1- Pour quelles raisons fréquentez-vous la ressource ?

- Qu'est-ce que vous allez chercher dans la ressource ? (relation d'aide, ressources matérielles, etc.)
- Qu'est ce qui représente l'organisme pour vous ? (charité, entraide, solidarité, don, justice sociale ?)
- Pourquoi pensez-vous qu'il existe des organismes de ce genre dans votre communauté ?

3.2- Comment vous sentez-vous par rapport au fait de recevoir des services ? (honte, dégoût, gêne, service gratuit existant, un dû, etc.)

- Est-ce que ça vous gêne ?
- Est-ce que vous considérez que c'est un droit, un privilège, une occasion comme une autre d'améliorer votre situation ?
- Que pensez-vous des gens dans la même situation que vous qui ne veulent pas utiliser les services ?

3.3- Est-ce que ça vous a aidé de fréquenter l'organisme ?

- Comment ?
- Pouvez-vous me donner un exemple ?
- Est-ce que ça vous a permis d'améliorer votre situation ? De quelle manière ?
- Qu'en avez-vous retiré ? (du point de vue personnel et du point de vue de l'alimentation)
- Avez-vous appris des nouvelles choses en fréquentant l'organisme ? Y avez-vous développé de nouvelles habiletés ?
- Y avez-vous rencontré des gens, créé des liens ?
- Est-ce que la fréquentation de la ressource a eu un impact sur votre vie familiale ?
- Si pertinent, c'est quoi l'importance de l'aide alimentaire que vous recevez par rapport aux autres activités de l'organisme auxquelles vous participez ?
- Est-ce que c'est suffisant ?
- Qu'est-ce que l'organisme pourrait faire de plus ?
- Quels services pourraient être développés (Pistes de solution) ?

ANNEXE 5 : CANEVAS D'ENTREVUE (PERSONNES NON-USAGÈRES)

Sécurité alimentaire
Canevas d'entrevue : personnes en situation de pauvreté
Personnes non-usagères

Partie 1 : Intensité de l'insécurité alimentaire selon la perception ou les manifestations réelles

La première partie du schéma d'entrevue vise à saisir le circuit de support, le degré d'intensité d'insécurité alimentaire tel que perçu par la personne en situation de pauvreté, ses manifestations, ses conséquences sur la dynamique personnelle ou familiale et les stratégies déployées par la personne pour la réduire.

Thème 1 : Comment la personne PERÇOIT et RESSENT sa situation alimentaire

1.1- Quels sont les premiers mots qui vous viennent à l'esprit pour décrire votre situation actuelle (conditions de vie) ?

1.2- Est-ce que votre budget vous cause des difficultés ? (loyer, factures à payer, nourriture, etc.)?

- Comment faites-vous pour arriver ?
- Est-ce que ces problèmes concernent tous les membres de la famille ?
- Avez-vous des gens sur qui vous pouvez compter en cas de problème ?
- Comment font-ils pour vous aider ?
- Quels sont les problèmes où c'est plus facile d'avoir de l'aide ?
- Quels sont les problèmes où c'est plus difficile d'avoir de l'aide ?
- Avez-vous déjà fait face à des préjugés ? (Exemple)

1.3- Et le budget de la nourriture dans tout ça (montant ou pourcentage) ?

- Qu'est-ce que vous pensez de cette situation ?
- Est-ce que ça toujours été comme ça ? Est-ce que ça déjà été mieux (ou pire) ?
- Comment vous sentez-vous par rapport à cette situation ? (Craindre, angoisse, privation, etc.)

Vous êtes-vous déjà inquiété de manquer de nourriture ? Donnez-moi un exemple.

- Pour quelles raisons ?
- À quel moment ?
- Est-ce que ça arrive souvent ?
- Est-ce toujours pour les mêmes raisons ?
- Qu'est-ce que vous faites dans ces moments-là ?
- Comment vous sentez-vous par rapport à ça ?

Avez-vous déjà manqué de nourriture? Donnez-moi un exemple.

- Qu'avez-vous fait ?
- Est-ce qu'il y a des aliments qui vous causent plus de problèmes que d'autres ?

- Pourquoi ces aliments vous causent-ils des problèmes ? (Coût, disponibilité, conservation, etc.)
- Modifiez-vous les ingrédients de certaines recettes ?
- D'après vous, pourquoi avez-vous manqué de nourriture ?
- Est-ce que c'est arrivé plus d'une fois ? Combien de fois par année (mois) ?
- Est-ce que ça fait longtemps ? Depuis quand ?
- Est-ce la même chose tout au long de l'année ?
- Est-ce qu'il y a des périodes plus critiques que d'autres (moment de l'année ou du mois) ?
- Pourquoi ces périodes sont-elles plus critiques selon vous ?

- Comment vous sentiez-vous ? (Colère, résignation, refus, sensation de rejet, faillite personnelle, dégoût du système ou de soi, impuissance, etc.)
- Êtiez-vous fâché, déprimé, découragé, etc. ?
- Votre conjoint, comment a-t-il pris ça ?
- Vos enfants, comment le vivent-ils ?
- Quand vous manquez de nourriture, est-ce qu'il y a des conséquences sur les relations dans la famille ou sur la santé (conjoint, enfants) ?

Si non :

- Comment faites-vous pour arriver (vos trucs, vos moyens) ?
- Est-ce que vous devez couper ou sacrifier quelque chose pour ne pas en manquer ?
- Est-ce que vous mangez 3 repas par jour ?
- Modifiez-vous les ingrédients de certaines recettes ?
- Est-ce qu'il y a des aliments dont vous vous privez ?
- Est-ce que ça vous dérange ?
- Est-ce qu'il y a des périodes plus difficiles ?
- Si oui, quand et pourquoi sont-elles plus difficiles ?
- Est-ce que ça a toujours été comme ça (si non, depuis quand) ?

Décrivez-moi un menu (exemple hier) ?

- Est-ce que ça ressemble souvent à ça (voir dans le mois) ?
- Qui s'occupe de la bouffe chez vous (faire l'épicerie, préparer les repas) ?
- Quand faites-vous l'épicerie ? Où ? (voir si stratégies de stockage ou coupons)
- Est-ce que l'endroit vous convient ? (accès, choix et qualité, coûts)

Partie 2 - Causes des silences (non fréquentation de ressources)

La deuxième partie du schéma d'entrevue vise à comprendre les raisons et la dynamique de non fréquentation des ressources d'aide. Comprendre également s'il y a des stratégies pour combler les besoins.

Thème 2 : Comment la personne VOIT-ELLE son non-recours à l'aide et PERÇOIT le réseau d'aide alimentaire

Vous est-il arrivé de demander de l'aide dans le passé (CLSC, organisme communautaire, Saint-Vincent-de-Paul, Presbytère, etc.) ?

- À quel organisme ?
- Quand ?
- Qu'est-ce qui vous a amené dans l'organisme ?

- Si oui, pourquoi ne plus les utiliser ?
- Comment vous sentiez-vous par rapport au fait de demander de l'aide ?

- Si non, pourquoi ?
- Trouvez-vous de l'aide autrement que dans des ressources organisées (familles, ami-e-s) ?

Connaissez-vous des ressources d'aide alimentaire ?

- Où en avez-vous entendu parlé ?
- Pourquoi ne pas les utiliser ?
- Qu'est-ce que vous pensez de ces organismes ?

Connaissez-vous des gens qui ont demandé de l'aide à des organismes ?

- Quels organismes ?
- Est-ce qu'ils vous en ont déjà parlé ?
- Comment ont-ils trouvé ça ?
- Est-ce que vous êtes déjà allé avec eux ?
- Si non, pourquoi ?

- D'après-vous, pourquoi des gens dans la même situation que vous vont chercher de l'aide dans des ressources ?
- Qu'en pensez-vous ?
- Comment cela se fait-il qu'il existe des ressources d'aide dans votre communauté ?
- Jugez-vous utile qu'il existe des ressources d'aide ?
- Est-ce que l'aide se donner différemment ?
- Auriez-vous des idées de choses à mettre en place pour améliorer la situation des gens en situation de faibles revenus (Pistes de solution)?

ANNEXE 6 : PLAN D'ÉCHANTILLONNAGE

Plan d'échantillonnage initial

- 36 entrevues au total
- 18 usager-e-s
- 18 non-usager-e-s
- 12 personnes au Lac-Saint-Jean
- 24 personnes au Saguenay
- 18 hommes
- 18 femmes
- 12 entre 18 et 34 ans
- 12 entre 35 et 54 ans
- 12 de 55 ans et plus

1. Répartition des répondant-e-s selon le recours à l'aide, le genre et l'âge pour la sous-région du Saguenay

	Usager-e-s		Non-usager-e-s	
	Femmes	Hommes	Femmes	Hommes
Chicoutimi	2	2	2	2
8 répondant-e-s	1 (18-34 ans) 1 (35-54 ans)	1 (18-34 ans) 1 (55 ans et plus)	1 (18-34 ans) 1 (55 ans et plus)	1 (55 ans et plus) 1 (35-54 ans)
Jonquière	2	2	2	2
8 répondant-e-s	1 (35-54 ans) 1 (55 ans et plus)	1 (18-34 ans) 1 (35-54 ans)	1 (18-34 ans) 1 (35-54 ans)	1 (18-34 ans) 1 (55 ans et plus)
La Baie	2	2	2	2
8 répondant-e-s	1 (18-34 ans) 1 (55 ans et plus)	1 (55 ans et plus) 1 (35-54 ans)	1 (35-54 ans) 1 (55 ans et plus)	1 (35-54 ans) 1 (18-34 ans)
Total	6	6	6	6
24 répondant-e-s				

2. Répartition des répondant-e-s selon le recours à l'aide, le genre et l'âge pour la sous-région du Lac-Saint-Jean

	Usager-e-s		Non-usager-e-s	
	Femmes	Hommes	Femmes	Hommes
Domaine-du-Roy	1	1	1	1
4 répondant-e-s	1 (55 ans et plus)	1 (35-54 ans)	1 (55 ans et plus)	1 (18-34 ans)
Lac-Saint-Jean-Est	1	1	1	1
4 répondant-e-s	1 (18-34 ans)	1 (55 ans et plus)	1 (35-54 ans)	1 (35-54 ans)
Maria-Chapdelaine	1	1	1	1
4 répondant-e-s	1 (35-54 ans)	1 (18-34 ans)	1 (18-34 ans)	1 (55 ans et plus)
Total	3	3	3	3
12 répondant-e-s				

Le recrutement des répondant-e-s

La première méthode de recrutement pour des personnes usagères a nécessité la collaboration des membres du Comité d'action et de réflexion en sécurité alimentaire 02. Ceux-ci ont demandé à des intervenant-e-s de leur territoire respectif qui oeuvrent dans des organismes offrant de l'aide alimentaire de fournir à l'équipe des références téléphoniques de personnes intéressées à participer à cette phase de la recherche. Ensuite, l'équipe a contacté les personnes pour établir un rendez-vous. Certaines des personnes recrutées de cette manière n'étaient plus intéressées lorsqu'elles étaient contactées. De plus, l'agenda des rencontres a été parfois difficile à établir en raison des activités et de l'implication sociale des personnes contactées, ce qui explique en partie, les délais exigés par la collecte des données. Suite à ces premières difficultés de recrutement de personnes usagères, l'équipe a utilisé une deuxième méthode et est entrée en contact directement avec d'autres intervenant-e-s afin d'obtenir d'autres références. Les mêmes difficultés de participation sont apparues.

Mais le défi du recrutement s'est imposé d'une manière plus évidente pour les personnes non-usagères. Une première méthode empruntait à la stratégie d'échantillonnage « boule de neige » en demandant aux personnes usagères rencontrées de nous référer des personnes de leur entourage qui ne vont pas vers les ressources d'aide alimentaire. Seulement deux références ont été obtenues de cette manière mais l'équipe n'a pas réussi

à maintenir la participation des individus lors du contact téléphonique. Il semble que la participation à ce type de recherche repose sur un lien de confiance bien fragile²⁶.

Devant ces difficultés pour rejoindre des personnes non-usagères, une collaboration formelle a été mise en place avec la direction régionale de la Sécurité du revenu.²⁷ Des agents d'aide de première ligne des 6 centres locaux d'emploi (CLE) proposaient à des prestataires de participer à la recherche. Lorsque des personnes acceptaient, elles devaient remplir un formulaire d'autorisation pour que leurs coordonnées téléphoniques soient transmises à l'équipe. Bien que le nombre de prestataires soit considérable dans la région, très peu de personnes ont répondu au recrutement par cette méthode. Devant un échéancier de plus en plus corsé, l'équipe a ajouté un incitatif financier de l'ordre de \$20 à la participation de personnes non-usagères en avril 2004. Une affiche a été déposée dans plusieurs endroits sur l'ensemble du territoire, incluant les CLE, et neuf personnes ont été recrutées de cette manière²⁸. Malgré tous ces efforts, les zones rurales demeurent très faiblement représentées, ce qui constitue certainement une limite de notre échantillon.

²⁶ Le ratio des contacts effectués pour obtenir la participation de personnes usagères se situe autour de 1 sur 3.

²⁷ Ici, l'équipe est redevable à Madame Louise Couët qui a mis toute son énergie à obtenir la collaboration du Ministère de l'emploi, de la solidarité sociale et de la famille (MESSF).

²⁸ Le ratio des contacts effectués pour obtenir la participation de personnes non-usagères se situe autour de 1 sur 6.

ANNEXE 7 : CAHIER DE CODIFICATION

1 Attitudes des personnes pauvres

Description:

Le attitudes et les comportements des personnes en situation de pauvreté tels que perçus par l'informateur-trice.

2 Avenir

Description:

Le discours des répondant-e-s sur l'avenir (personnel ou collectif)

3 Économie SLSJ

Description:

Les difficultés pour trouver un emploi au SLSJ. L'opinion de la personne rencontrée à propos du marché du travail et du contexte économique au SLSJ.

4 Environnement politique

Description:

L'opinion des personnes rencontrées sur le contexte politique et économique au Québec et dans le monde.

5 Inclassable

6 Inclassables

7 Préjugés

Description:

Les préjugés, les stéréotypes concernant les personnes en situation de pauvreté tels que rapportés par l'informateur-trice.

8 Vision de la pauvreté

Description:

Les commentaires et les opinions de l'informateur-trice concernant la pauvreté en général.

9 (1) /Situation personnelle

Description:

L'ensemble des informations relatives au budget et à l'alimentation.

10 (1 1) /Situation personnelle/Budget personnel et ou familial

Description:

Informations relatives aux particularités budgétaires. L'évolution de la situation et des sources de revenus.

11 (1 1 1) /Situation personnelle/Budget personnel et ou familial/Budget alimentaire

Description:

Les montants alloués pour les dépenses en alimentation.

12 (1 1 2) /Situation personnelle/Budget personnel et ou familial/Sentiments - budget

Description:

Les sentiments par rapport au budget personnel et familial.

13 (1 1 3) /Situation personnelle/Budget personnel et ou familial/Contraintes budgétaires

Description:

Les limites relatives aux dépenses personnelles et/familiales.

14 (1 1 4) /Situation personnelle/Budget personnel et ou familial/Stratégies budgétaires

Description:

Les stratégies développées pour faire face aux contraintes budgétaires. Ces stratégies diffèrent de la fréquentation des ressources et des moyens pour réduire l'insécurité alimentaire.

15 (1 1 5) /Situation personnelle/Budget personnel et ou familial/Partage de responsabilité

Description:

Informations qui précisent comment est répartie la responsabilité budgétaire dans la famille.

16 (1 1 6) /Situation personnelle/Budget personnel et ou familial/Stratégies informelles

Description:

Les moyens et les trucs budgétaires qui ne concernent pas les ressources organisées (échanges de vêtements, co-voiturage, etc.).

17 (1 1 7) /Situation personnelle/Budget personnel et ou familial/Consommation

18 (1 2) /Situation personnelle/Insécurité Alimentaire

Description:

Informations relatives à la situation d'insécurité alimentaire.

- 19 (1 2 1) /Situation personnelle/Insécurité Alimentaire/Perception insécurité
Description:
Comment l'informateur-trice définit sa situation à propos de l'alimentation.
- 20 (1 2 2) /Situation personnelle/Insécurité Alimentaire/Manifestation insécurité
Description:
Les exemples concrets et la dynamique d'insécurité alimentaire tels que vécus par l'informateur-trice.
- 21 (1 2 3) /Situation personnelle/Insécurité Alimentaire/Stratégies alimentaires
Description:
Les stratégies (trucs et moyens) développées par l'informateur-trice ou sa famille pour réduire les épisodes d'insécurité alimentaire.
- 22 (1 2 4) /Situation personnelle/Insécurité Alimentaire/Description menu
Description:
Description d'un menu typique ou des plats revenants plus fréquemment.
- 23 (1 2 5) /Situation personnelle/Insécurité Alimentaire/Habitudes alimentaires
Description:
Toutes les habitudes de vie qui ont un rapport direct avec l'alimentation (ex : régime).
- 24 (1 2 6) /Situation personnelle/Insécurité Alimentaire/Responsabilité alimentation
Description:
Les informations relatives à la responsabilité pour l'approvisionnement en nourriture et pour la préparation des repas dans la famille.
- 25 (1 2 7) /Situation personnelle/Insécurité Alimentaire/Périodes critiques
Description:
Les périodes qui sont les plus critiques au niveau du budget et de l'alimentation.
- 26 (1 2 8) /Situation personnelle/Insécurité Alimentaire/Conséquences
Description:
Les conséquences ou répercussions diverses de l'insécurité alimentaire (santé, climat familial, relations, etc.).
- 27 (1 2 8 1) /Situation personnelle/Insécurité Alimentaire/Conséquences/Santé
Description:
Les conséquences de l'insécurité alimentaire sur la santé de l'informateur-trice et/ou les membres de sa famille.
- 28 (1 2 8 2) /Situation personnelle/Insécurité Alimentaire/Conséquences/Climat familial
Description:
Les conséquences de l'insécurité alimentaire sur le climat et les relations familiales.
- 29 (1 2 9) /Situation personnelle/Insécurité Alimentaire/Aliments problèmes
Description:
Les aliments difficiles à se procurer et qui semblent importants pour une alimentation satisfaisante (produits de bases).
- 30 (1 2 10) /Situation personnelle/Insécurité Alimentaire/Habitudes pour achats
Description:
Les informations relatives à la fréquences et aux lieux pour effectuer les achats pour l'alimentation personnelle ou familiale. Les informations relatives au méthodes utilisées pour optimiser les achats (coupons-rabais, circulaires, etc.).
- 31 (1 3) /Situation personnelle/Parcours de vie
Description:
Les informations qui concernent le parcours de vie de l'informateur-trice (maladie, études, mouvance résidentielle, séparation, etc.).
- 32 (1 3 1) /Situation personnelle/Parcours de vie/Maladie
Description:
Les passages qui concernent les problèmes de santé de l'informateur-trice et de ses proches.
- 33 (1 3 2) /Situation personnelle/Parcours de vie/Mouvance résidentielle
Description:
Toutes les informations qui se rapportent au logement et aux déménagements.
- 34 (1 3 3) /Situation personnelle/Parcours de vie/Enfance
Description:

Toutes les informations qui racontent l'enfance de l'informateur-trice.

- 35 (1 3 4) /Situation personnelle/Parcours de vie/Réseau social
Description:
Les liens que l'informateur-trice entretient avec ses amis, ses voisins, les autres usagers, etc.
- 36 (1 3 5) /Situation personnelle/Parcours de vie/Emploi
Description:
Les emplois occupés par l'informateur-trice et/ou son conjoint.
- 37 (1 3 6) /Situation personnelle/Parcours de vie/Implication sociale
Description:
L'implication dans des organismes, bénévolat, etc.
- 38 (1 3 7) /Situation personnelle/Parcours de vie/Scolarité
Description:
Les informations relatives au parcours académique de l'informateur-trice.
- 39 (1 3 8) /Situation personnelle/Parcours de vie/Relations familiales~conjugales
Description:
Les informations relatives aux relations avec les membres de la famille et conjoint-e-s.
- 40 (1 3 9) /Situation personnelle/Parcours de vie/Événements
Description:
Les événements particuliers qui bouleversent la vie des informateurs-trices: décès, séparation, etc.
- 41 (1 3 10) /Situation personnelle/Parcours de vie/Loisirs
Description:
Les informations qui concernent les activités de sports ou de loisirs des personnes rencontrées.
- 42 (1 3 11) /Situation personnelle/Parcours de vie/Événements
Description:
les événements particuliers qui bouleversent la vie des informateurs (décès, séparations, etc.)
- 43 (1 4) /Situation personnelle/Perception situation générale
Description:
La manière dont l'informateur-trice perçoit sa situation personnelle et familiale.
- 44 (2) /Recours à l'aide
Description:
Les informations relatives à la perception du réseau d'aide alimentaire accessible dans la communauté.
- 45 (2 1) /Recours à l'aide/Origine
Description:
Éléments qui ont déclenché la fréquentation des ressources d'aide (événements ou personnes-clé).
- 46 (2 2) /Recours à l'aide/Organismes fréquentés
Description:
Identification et description des organismes associés au support reçu (communautaire, institutionnel).
- 47 (2 3) /Recours à l'aide/Appréciation
Description:
Identification et description des services utilisés dans le milieu.
- 48 (2 3 1) /Recours à l'aide/Appréciation/Services plus appréciés
Description:
Exemple de services qui sont le plus appréciés par l'informateur-trice et/ou sa famille.
- 49 (2 3 2) /Recours à l'aide/Appréciation/Services moins appréciés
Description:
Exemples de services moins appréciés par l'informateur-trice et/ou sa famille.
- 50 (2 4) /Recours à l'aide/Connaissance des ressources
Description:
Identification des ressources connues mais non fréquentées dans la communauté. Raison de la non fréquentation de ces ressources.
- 51 (2 5) /Recours à l'aide/Contraintes fréquentation
Description:
Contraintes perçues et techniques (transports, maladie, critères d'admissibilité) qui empêchent la fréquentation d'une ressource. Les limites, les hésitations évoquées par l'informateur-trice à fréquenter le réseau des ressources.

- 52 (2 6) /Recours à l'aide/Promotion de la ressource
Description:
Les passages qui expliquent quand et comment l'informateur-trice fait la promotion des ressources du milieu dans son entourage.
- 53 (2 7) /Recours à l'aide/Relations avec intervenant-e-s
Description:
Les informations qui concernent les relations avec les intervenant-e-s des organismes fréquentés.
- 54 (2 8) /Recours à l'aide/relations avec les intervenant-e-s
Description:
Les informations qui concernent les relations avec les intervenants des organismes fréquentés
- 55 (3) /Vision de l'aide
Description:
Les informations relatives à la perception du réseau d'aide alimentaire accessible dans la communauté.
- 56 (3 1) /Vision de l'aide/Raisons utilisation ressources
Description:
Les raisons qui ont poussées l'informateur-trice à fréquenter la ou les ressources d'aide.
- 57 (3 2) /Vision de l'aide/Perception du réseau
Description:
Les explications fournies par l'informateur-trice sur la présence (et la croissance) des organismes d'aide alimentaire dans la communauté. L'évaluation du réseau d'aide (structures communautaires et institutionnelles).
- 58 (3 3) /Vision de l'aide/Sentiment vs aide
Description:
Sentiments provoqués par la fréquentation du réseau d'aide alimentaire.
- 59 (3 4) /Vision de l'aide/Impacts de l'aide
Description:
Les exemples des retombées de la fréquentation du réseau d'aide alimentaire sur le plan personnel et /ou familial (budgétaire, relationnel, social, etc...).
- 60 (3 4 1) /Vision de l'aide/Impacts de l'aide/Impacts budgétaires
Description:
Les impacts de la fréquentation des ressources sur le budget.
- 61 (3 4 2) /Vision de l'aide/Impacts de l'aide/Impacts sociaux
Description:
Les impacts ou répercussions sur la personnalité (ex: estime de soi, motivations, etc.). Les liens créés grâce à la fréquentation des ressources.
- 62 (3 5) /Vision de l'aide/Perception non-usagers
Description:
L'opinion de l'informateur-trice sur les personnes en situation de pauvreté qui ne fréquentent pas des ressources d'aide alimentaires ou autres.
- 63 (3 6) /Vision de l'aide/Perception des usagers
Description:
Les perceptions de l'informateur-trice sur les usagers de ressources d'aide alimentaire ou autres.
- 64 (3 7) /Vision de l'aide/Besoins~demandes
Description:
Les besoins personnels et/ou collectifs définis par l'informateur-trice. Les nuances versus les demandes.
- 65 (3 8) /Vision de l'aide/Pistes de solution
Description:
Les solutions collectives envisagées par l'informateur-trice pour bâtir la sécurité alimentaire dans sa communauté.
- 66 .Pistes de solution
Description:
Les solutions collectives envisagées par l'informateur-trice pour bâtir la sécurité alimentaire dans sa communauté.