



## S'ALIMENTER EN JAMÉSIE

Stratégies alimentaires et pistes de développement

Par

France Desjardins et  
Pierre-André Tremblay



**GRIR**

**UQAC**

Groupe de recherche  
et d'intervention régionales  
Université du Québec à Chicoutimi

# S'ALIMENTER EN JAMÉSIE

## Stratégies alimentaires et pistes de développement

Coordination de l'édition : Suzanne TREMBLAY

Édition finale et mise en forme : Camille LAROUCHE

Image de couverture : <https://pixabay.com/fr/>

**GRIR**

© **Université du Québec à Chicoutimi**

555, boul. de l'Université

Chicoutimi (Québec)

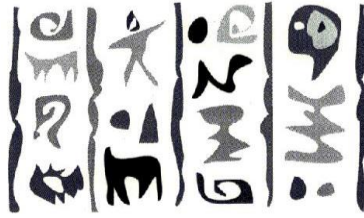
G7H 2B1

Dépôt légal –2023

Bibliothèque et Archives Canada

Bibliothèque et Archives nationales du Québec

**ISBN : 978-2-925191-04-9**



**Publications**  
Groupe de recherche et  
d'intervention régionales

### **Présentation du GRIR**

La création du GRIR résulte de la rencontre de deux volontés : l'une, institutionnelle et l'autre, professorale. Sur le plan institutionnel, après un débat à la Commission des études sur l'opportunité d'un Centre d'études et d'intervention régionales (CEIR) à l'UQAC, les membres de la commission décidaient, le 4 avril 1981, de « différer la création d'un centre d'études et d'intervention régionales, de favoriser l'éclosion et la consolidation d'équipes en des groupes de recherche axés sur les études et intervention régionales ». Deux ans plus tard, la Commission des études acceptait et acheminait la requête d'accréditation, conformément à la nouvelle politique sur l'organisation de la recherche. Reconnu par l'UQAC depuis 1983, le GRIR s'intéresse aux problèmes de développement des collectivités locales et régionales d'un point de vue multidisciplinaire.

### **Les objectifs du GRIR**

Le GRIR se définit comme un groupe interdisciplinaire visant à susciter ou à réaliser des recherches et des activités de soutien à la recherche (séminaires, colloques, conférences) en milieu universitaire, dans la perspective d'une prise en main des collectivités locales et régionales en général, et sagamiennes en particulier. Les collectivités locales et régionales, objet ou sujet de la recherche, renvoient ici à deux niveaux d'organisation de la réalité humaine. Le premier niveau renvoie à l'ensemble des personnes qui forment un groupe distinct par le partage d'objectifs communs et d'un même sentiment d'appartenance face à des conditions de vie, de travail ou de culture à l'intérieur d'un territoire. Le deuxième niveau est représenté par l'ensemble des groupes humains réunis par une communauté d'appartenance à cette structure spatiale qu'est une région ou une localité, d'un quartier, etc.

En regard des problématiques du développement social, du développement durable et du développement local et régional, le GRIR définit des opérations spécifiques de recherche, d'intervention, d'édition et de diffusion afin de susciter et concevoir des recherches dans une perspective de prise en main des collectivités et des communautés locales et régionales ; d'encourager un partenariat milieu/université ; de favoriser l'interdisciplinarité entre les membres ; d'intégrer les étudiants de 2<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> cycles ; de produire, diffuser et transférer des connaissances.

### **Les activités du GRIR**

À chaque année, le comité responsable de l'animation scientifique invite plusieurs conférenciers et conférencières du Québec et d'ailleurs à participer aux activités du GRIR. C'est ainsi que des conférences sont présentées rejoignant ainsi plus de 500 personnes issues non seulement de la communauté universitaire (étudiants, employés, professeurs, etc.), mais aussi du milieu régional. Le comité responsable de l'édition scientifique publie chaque année des publications de qualité. Ce volet du GRIR offre à la communauté universitaire et aux étudiants des études de cycles supérieurs l'occasion de publier des actes de colloque, des rapports de recherche ou de synthèse, des recherches individuelles ou collectives. Vous pouvez consulter la liste des publications sur notre site internet : <http://grir.uqac.ca/>

*L'Équipe du GRIR*

## Table des matières

Liste des tableaux .....	viii
Liste des figures .....	x
Remerciements.....	xi
Introduction.....	1
Première partie : La sécurité alimentaire en Jamésie.....	3
Problématique de recherche.....	3
Cadre théorique .....	7
La sécurité alimentaire .....	7
L'insécurité alimentaire .....	7
Les pistes à explorer .....	8
Cadre de référence.....	12
Méthodologie de la première partie .....	13
Présentation d'informations statistiques sur les villes et localités de la Jamésie.....	17
La population .....	17
Les identités autochtones et ethniques .....	18
Les ménages privés.....	19
L'état matrimonial pour la population âgée de 15 ans et plus.....	20
Les familles monoparentales.....	21
Les revenus des ménages .....	22
L'habitation.....	25
L'éducation .....	27
Les moyens de transport des personnes.....	28
Présentation des données issues des entretiens avec les acteurs économiques, publics et communautaires .....	30
Les acteurs économiques .....	30
Les producteurs agricoles.....	30
Les distributeurs .....	37
Les transporteurs .....	39
Les transformateurs.....	40
Les acteurs publics et communautaires.....	41
Les écoles .....	41
Les organismes communautaires et les services en sécurité alimentaire .....	45
Les organismes publics subventionnaires.....	47
Présentation des données issues des entretiens avec des mangeurs portant sur le contexte d'usage et les stratégies .....	48
Les groupes sensibles.....	48
Les rythmes de l'alimentation.....	49
Les événements qui causent l'insécurité .....	49
La pauvreté, son absence et sa stigmatisation .....	51
Les stratégies face à l'insécurité alimentaire .....	55
Faire des économies.....	55
Les pratiques d'achat en épicerie .....	57

Produire soi-même sa nourriture .....	58
Faire la cuisine.....	59
S'entraider.....	60
Utiliser l'aide publique et communautaire .....	62
Participer à des cuisines collectives .....	63
Utiliser le dépannage alimentaire .....	68
Utiliser des stratégies plus coûteuses .....	70
Discussion des résultats et pistes de développement .....	73
Premier élément clé des interventions en matière de développement des communautés : l'empowerment .....	79
Composante 1 de l'empowerment individuel et collectif : la participation .....	81
Composante 2 de l'empowerment individuel et collectif : les compétences pratiques .....	84
Composante 3 de l'empowerment individuel : l'estime de soi.....	89
Composante 4 de l'empowerment individuel : la conscience critique .....	91
Composantes 5 et 6 de l'empowerment communautaire : la communication et le capital communautaire .....	93
Deuxième élément clé des interventions en matière de développement des communautés : la concertation et le partenariat .....	96
Troisième élément clé des interventions en matière de développement des communautés : la participation citoyenne .....	98
Quatrième élément clé des interventions en matière de développement des communautés : la réduction des inégalités, l'harmonisation et la promotion de politiques publiques favorables à la santé. ....	99
Conclusion de la première partie .....	103
Deuxième partie : S'alimenter en temps de pandémie en Jamésie .....	107
Contexte et cadre d'analyse .....	107
L'insécurité alimentaire et la pandémie .....	107
Les stratégies alimentaires en Jamésie.....	108
La chronologie des événements liés à la pandémie.....	108
Méthodologie de la deuxième partie .....	111
La collecte des informations.....	111
L'analyse des informations.....	112
Présentation des données qualitatives.....	113
Les acteurs économiques .....	113
Les organismes communautaires .....	115
Les mangeurs .....	117
Présentation des données quantitatives .....	123
La présentation des répondants .....	123
L'impact sur les stratégies alimentaires.....	128
La présentation de l'insécurité alimentaire.....	135
La présentation du recours aux organismes communautaires .....	137

Les portraits des répondants qui vivent dans un ménage ayant un revenu total de 69 999 \$ et moins .....	138
Les ménages qui ont un revenu total entre 35 000 \$ et 69 999 \$ .....	138
Les ménages qui ont un revenu total entre 20 000 \$ et 34 999 \$ .....	138
Les ménages qui ont un revenu total de moins de 19 999 \$.....	139
Les ménages sans enfant et ceux avec enfants.....	139
Analyse des résultats .....	145
Les aspects individuels .....	145
Les aspects liés au système alimentaire durable .....	147
Les corrélations liées à l'insécurité alimentaire .....	150
Conclusion de la deuxième partie .....	154
Conclusion.....	156
Références bibliographiques .....	163
Annexe 1 : Guide d'entrevue pour les personnes résidentes .....	169
Annexe 2 : Guide d'entrevue pour les acteurs économiques .....	171
Annexe 3 : Guide pour les pratiques exemplaires .....	173
Annexe 4 : Questionnaire .....	174

## Liste des tableaux

Tableau 1. Les déterminants individuels et collectifs de la sécurité alimentaire .....	9
Tableau 2. Les indicateurs liés à l'insécurité alimentaire.....	10
Tableau 3. Le cadre holistique de référence du système alimentaire de la Jamésie.....	12
Tableau 4. Le plan d'échantillonnage .....	15
Tableau 5. La population des villes et localités de la Jamésie .....	18
Tableau 6. Les identités autochtones et ethniques.....	19
Tableau 7. Les ménages privés selon la taille du ménage.....	20
Tableau 8. L'état matrimonial pour la population âgée de 15 ans et plus.....	21
Tableau 9. L'état des familles monoparentales pour la population âgée de 15 ans et plus .....	22
Tableau 10. Les revenus des ménages .....	23
Tableau 11. Les tranches de revenu après impôt en 2015 pour la population âgée de 15 ans et plus par genre dans les ménages privés .....	24
Tableau 12. Les logements privés.....	25
Tableau 13. La qualité des logements .....	26
Tableau 14. Le coût du logement.....	27
Tableau 15. Le plus haut certificat, diplôme ou grade pour la population âgée de 25 à 64 ans dans les ménages privés.....	28
Tableau 16. Le principal mode de transport pour la navette pour la population active occupée âgée de 15 ans et plus dans les ménages privés ayant un lieu habituel de travail ou sans adresse de travail fixe.....	29
Tableau 17. Les villes et localités avec le nombre moyen de stratégies par informateur .	73
Tableau 18. Les stratégies alimentaires impliquant des organismes communautaires et des personnes de leur entourage .....	75
Tableau 19. Les "autres" stratégies alimentaires.....	76
Tableau 20. L'ordre de présentation des éléments clés des interventions en matière de développement des communautés.....	78
Tableau 21. La participation dans l'empowerment individuel et communautaire .....	81
Tableau 22. Petit guide d'animation d'une activité en sécurité alimentaire : actions et attitudes à privilégier pour favoriser la participation des citoyens (à l'intention des animatrices).....	83
Tableau 23. Petit guide d'animation d'une activité en sécurité alimentaire, actions et attitudes à privilégier pour favoriser les compétences pratiques des citoyens.....	88
Tableau 24. La communication et le capital communautaire (Ninacs, 2008).....	94
Tableau 25. Les compétences municipales utiles à une politique alimentaire.....	101



Tableau 26. La comparaison entre le nombre de répondants et la population de la région .....	124
Tableau 27. Les catégories des ménages selon leur revenu total (2020) .....	125
Tableau 28. Le revenu total des ménages (2020), sa fluctuation et son effet sur le stress .....	126
Tableau 29. Revenu total des ménages (2020) et stress (Rho de Spearman) .....	127
Tableau 30. Les changements dans les stratégies alimentaires .....	128
Tableau 31. Les modifications des habitudes alimentaires .....	130
Tableau 32. Revenu total des ménages (2020) et achat d'aliments en rabais (Rho de Spearman).....	131
Tableau 33. Revenu total des ménages (2020) et consommation de viande (Rho de Spearman).....	131
Tableau 34. Revenu total des ménages (2020) et portion dans l'assiette (Rho de Spearman) .....	132
Tableau 35. Revenu total des ménages (2020) et portion pour nourrir les enfants (Rho de Spearman).....	132
Tableau 36. Revenu total des ménages (2020) et plaisir à manger (Rho de Spearman) .	133
Tableau 37. Les principales raisons de la perte de plaisir à manger .....	134
Tableau 38. Revenu total des ménages (2020) et les principales raisons de la perte de plaisir à manger (Rho de Spearman) .....	135
Tableau 39. Revenu total des ménages (2020) et le manque de nourriture (Rho de Spearman).....	136
Tableau 40. Les stratégies alimentaires des répondants avec ou sans enfant(s).....	141
Tableau 41. Le cumul des stratégies alimentaires des répondants avec ou sans enfant(s) .....	142
Tableau 42. Les modifications des habitudes alimentaires des répondants avec ou sans enfant(s) .....	143
Tableau 43. Manque de nourriture, revenu des ménages (2020), revenu depuis la pandémie et stress (Rho de Spearman) .....	151
Tableau 44. Manque de nourriture, le plaisir à manger et les raisons (Rho de Spearman) .....	152
Tableau 45. Manque de nourriture, aide, réduction des portions et enfants (Rho de Spearman).....	153

## Liste des figures

Figure 1. La localisation de la région sociosanitaire du Nord-du-Québec.....	3
Figure 2. La relation entre insécurité alimentaire et pauvreté .....	6
Figure 3. L'Épicerie J. P. Dufresne (Valcanton) .....	38
Figure 4. L'épicerie Northern de Radisson .....	39
Figure 5. Les endroits où les informateurs déploient 10 stratégies et plus .....	73
Figure 6. Les endroits où les informateurs déploient entre 5 à 9 stratégies .....	74
Figure 7. Les endroits où les informateurs déploient entre 1 à 4 stratégies .....	74
Figure 8. Les éléments clés des interventions en matière de développement des communautés.....	78
Figure 9. La complémentarité entre l'empowerment individuel et communautaire .....	80
Figure 10. Les composantes liées à la personne .....	80
Figure 11. Les composantes communautaires (Ninacs, 2008) .....	81
Figure 12. Les compétences pratiques .....	85
Figure 13. Les compétences pratiques en sécurité alimentaire .....	85
Figure 14. Les compétences individuelles.....	90
Figure 15. La conscience critique.....	92
Figure 16. Des cibles collectives à atteindre.....	92
Figure 17. La répartition géographique des répondants au questionnaire (n) .....	123
Figure 18. Le revenu total des ménages (2020) des répondants au questionnaire (%) ...	125
Figure 19. Le revenu total des ménages (2020) avec et sans enfant(s) (%) .....	140
Figure 20. La fluctuation du revenu total des ménages (2020) avec et sans enfant(s) ....	141
Figure 21. Le cumul des stratégies alimentaires des répondants avec ou sans enfant(s)	142
Figure 22. Le total des changements des habitudes alimentaires des ménages avec ou sans enfant(s) .....	144
Figure 23. Le total des changements des habitudes alimentaires en fonction du revenu total des ménages pour l'année 2020 .....	145
Figure 24. Les stratégies d'adaptation à la situation et les revenus des ménages.....	146
Figure 25. Les stratégies de privation alimentaire ponctuelle et les revenus des ménages .....	146
Figure 26. Les stratégies de privation alimentaire et les revenus des ménages .....	147
Figure 27. Les comportements liés à la compétence « planifier » .....	148
Figure 28. La compétence relative à l'action de recourir à l'aide offerte .....	149
Figure 29. Les comportements liés à la compétence « s'autosuffire » .....	149
Figure 30. Le cumul des comportements liés aux compétences .....	150
Figure 31. Les habitudes alimentaires .....	158

## Remerciements

Les recherches en sciences humaines et sociales ne peuvent se faire qu'avec l'aide des personnes qui consentent à donner de leur temps pour faire part de leur situation. Les premiers remerciements doivent donc être faits aux informateurs et informatrices qui ont accepté de converser avec nous en cette période de pandémie souvent dérangeante et parfois angoissante.

Ce rapport présente une recherche faite à l'initiative du Réseau jamésien de développement social (RJDS) et supportée par le Centre régional de la santé et des services sociaux de la Baie-James (CRSSSBJ). Nous devons donc des remerciements particuliers à Mmes Dominique Simard, présidente du RJDS, Stéphanie Trépanier, coordonnatrice du RJDS, et Stéphanie Lord, alors responsable du projet auprès de la Direction de la Santé publique du CRSSSBJ, dont la confiance et l'appui nous ont permis de le mener à bien. Mme Louise Lebel a transcrit les entretiens avec sa rapidité et sa compétences habituelles.

La seconde phase de notre recherche a été rendue possible par l'appui financier de la Fondation Lucie et André Chagnon qui nous a laissés entièrement libres de nos choix théoriques et méthodologiques et des interprétations qu'ils permettent. Nous tenons à leur exprimer toute notre reconnaissance.

On comprendra donc que nous sommes seuls responsables des analyses que nous proposons.



## Introduction

Ce texte reprend et fusionne, avec quelques modifications, deux rapports de recherche remis au Réseau Jamésien de Développement social (RJDS) en 2020 et 2021. Leur objectif général était de contribuer à la compréhension de la situation de la sécurité alimentaire sur le territoire du Centre régional de santé et de services sociaux de la Baie-James (CRSSSBJ) et d'en proposer un cadre d'interprétation. Cet objectif découle de l'entente ayant permis la réalisation d'une recherche soutenue par le RJDS, qui en était le fiduciaire.

L'entente formulait ainsi les objectifs de la recherche :

Objectif général de l'étude : documenter la situation de la sécurité et de l'insécurité alimentaires des « mangeurs » résidant sur le territoire de la Jamésie.

Objectifs spécifiques :

- mieux cerner la situation et les difficultés rencontrées par les mangeurs en difficulté et par ceux qui ne le sont pas, ou le sont moins ;
- identifier leurs stratégies pour atteindre ou conserver leur sécurité alimentaire et contrer l'insécurité alimentaire ;
- identifier les acteurs pertinents en matière de sécurité alimentaire et comprendre leurs rôles et responsabilités ;
- identifier les forces, faiblesses, opportunités et menaces du système alimentaire à l'égard des mangeurs (surtout envers ceux qui vivent de l'insécurité alimentaire) ;
- formuler des propositions afin de développer de nouvelles stratégies ou d'améliorer celles qui existent.

Cet objectif avait été formulé avant l'apparition de la pandémie de COVID-19 en mars 2020. La première phase de la recherche<sup>1</sup>, basée sur des entretiens qualitatifs, s'est donc déroulée pendant le déploiement de la pandémie, mais sans qu'elle ne soit directement prise en compte dans la collecte ou l'interprétation des informations. La pandémie n'était alors qu'un élément du contexte, colorant les énoncés recueillis et contraignant les méthodes de recherche mais, finalement, ne jouant que le rôle d'arrière-plan.

Lors du déroulement de cette première phase, il est devenu de plus en plus évident que la pandémie n'était pas qu'un simple contexte externe. Au contraire, elle avait un rôle déterminant dans les comportements des personnes rencontrées et dans les interprétations qu'elles donnaient de leur situation. Nous avons donc procédé à une seconde phase de recherche, dont on trouvera les résultats dans la seconde partie de ce texte. Le but en était d'approfondir l'étude des conséquences de la pandémie sur les stratégies alimentaires des

---

<sup>1</sup> Publiée par le GRIR en 2021 : Desjardins, F. et Tremblay, P.-A. (2021). *La sécurité alimentaire en Jamésie : rapport final de la recherche*. Université du Québec à Chicoutimi, Groupe de recherche et d'intervention régionales : 163 pages.

citoyens et citoyennes et d'identifier les leçons de la crise apprises par certains acteurs du système alimentaire.

Nous avons alors repris les informations tirées des entretiens de la première phase et nous en avons effectués de nouveaux. Afin de permettre une généralisation plus facile des enseignements, nous avons ajouté un volet quantitatif et fait une enquête par questionnaire. Sa méthodologie est présentée au début de la seconde partie de ce texte. Ce genre de « recherche mixte » (Corbière et Larivière, 2020) permet de combiner les avantages des recherches qualitatives et des enquêtes quantitatives. Nous sommes reconnaissants aux organismes qui nous ont supporté pour nous avoir permis d'en faire l'expérimentation.

## Première partie : La sécurité alimentaire en Jamésie

La première partie de cette section porte sur la problématique générale ayant encadré la recherche. Elle est suivie d'une présentation rapide du cadre théorique, puis du cadre de référence. Suivront la méthodologie de la recherche, la présentation des résultats ainsi que leur analyse. Comme convenu, cette section se termine par des propositions d'actions.

## Problématique de recherche

L'insécurité alimentaire, la sécurité alimentaire et le système alimentaire ont été étudiés pour de nombreux territoires ; les milieux urbains, ruraux, nordiques (surtout avec les Premières Nations), tropicaux et d'autres sont couramment étudiés. Toutefois, au Québec, le secteur de la Jamésie a suscité peu d'intérêt jusqu'à présent de la part des chercheurs. Le CRSSSBJ se questionne donc sur les enjeux, les défis et les besoins des mangeurs en matière de sécurité alimentaire de son territoire. Celui-ci regroupe quatre villes : Chibougamau, Lebel-sur-Quévillon, Matagami et Chapais ainsi que trois localités : Radisson, Villebois et Valcanton (voir figure 1).

**Figure 1. La localisation de la région sociosanitaire du Nord-du-Québec**



Source : Rapport de gestion 2017-2018 du CRSSSBJ

La région de la Baie-James se situe dans l'ouest de la province de Québec entre les 49° et 55° parallèles. Ce territoire possède une superficie de 339 698 km<sup>2</sup> ou de 640 km pour ce qui est de la distance Est/Ouest, ce qui représente 22 % de tout le territoire québécois (CRSSSBJ, 2017-2018).

Qu'est-ce que l'insécurité alimentaire et la sécurité alimentaire ? Pourquoi faut-il s'y intéresser ?

La nourriture est omniprésente dans notre société. Chaque jour, la population consomme au moins un, deux ou trois repas par jour à la maison, dans un restaurant ou en commande à emporter. Elle regarde des publicités de produits alimentaires, lit des livres de recettes ou suit des cours de cuisine. Plusieurs personnes ont un potager, comme passe-temps ou comme moyen d'épargne sur les coûts d'alimentation. Beaucoup font des conserves ou participent à des groupes d'achat. L'alimentation revêt donc un aspect personnel, individuel essentiel et, dans le cadre de cette recherche, le consommateur sera désigné sous le thème *mangeur* puisque peu importe sa situation personnelle et financière, il doit se nourrir. Cependant, bien que la consommation individuelle de denrées alimentaires soit fondamentale, l'individu se retrouve au centre d'un *système alimentaire* de plus en plus complexe.

Par système alimentaire, Malassis (1994) entend « la façon dont les hommes [sic] s'organisent dans l'espace et dans le temps pour obtenir et consommer leur nourriture » (p. 7). Plusieurs autres acteurs que les mangeurs participent à ce système. Malassis donne quelques exemples : les fournisseurs de matériaux, les agriculteurs, les transformateurs, les distributeurs, les chauffeurs, les chercheurs, les formateurs, les employés des services financiers, etc. Rastoin et Gherzi (2010) insistent avec justesse sur l'importance de l'interdépendance entre ces divers acteurs économiques ainsi que sur leur but : la satisfaction des besoins alimentaires de certains consommateurs. Le constat global est qu'un grand nombre d'acteurs sont mobilisés de manière interdépendante pour réaliser une ou plusieurs actions de manière linéaire afin d'apporter aux consommateurs ciblés un produit de consommation qui a un prix, c'est-à-dire une valeur économique.

À ces considérations économiques, on doit ajouter d'autres dimensions. La production et la distribution des denrées alimentaires sont protégées par la Déclaration universelle des droits de l'Homme (1948), la Déclaration de Rome sur la sécurité alimentaire mondiale (1996), les Directives volontaires à l'appui de la concrétisation progressive du droit à une alimentation adéquate dans le contexte de la sécurité alimentaire nationale (2004). Ainsi, les denrées alimentaires sont considérées comme un produit de consommation particulier que les gouvernements se doivent de protéger.

Le Québec a retenu le concept de la sécurité alimentaire comme il est défini dans la Déclaration de Rome sur la sécurité alimentaire mondiale (1996) et l'a intégré à différentes lois. À titre d'exemple, la *Loi visant à lutter contre la pauvreté et l'exclusion sociale* adoptée en 2002 par le gouvernement du Québec propose de « favoriser, pour les personnes et les familles en situation de pauvreté, l'accès, en toute dignité, à un approvisionnement alimentaire suffisant et nutritif, à un coût raisonnable, de même qu'à une information simple et fiable qui leur permette de faire des choix alimentaires éclairés ». Pour y donner suite, en 2008, le ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec a publié un *Cadre de référence en matière de sécurité alimentaire* (Pageau, 2008) où cette notion est définie ainsi :



1. chacun a, à tout moment, les moyens tant physiques qu'économiques d'accéder à une alimentation suffisante pour mener une vie active ;
2. l'aptitude de chacun à acquérir des aliments est garantie ;
3. l'accès à une information simple, fiable et objective qui permet de faire des choix éclairés est assuré ;
4. les aliments proprement dits sont satisfaisants sur le plan nutritionnel et acceptable sur le plan personnel et culturel ;
5. les aliments sont obtenus d'une manière qui respecte la dignité humaine ;
6. la consommation et la production d'aliments reposent sur des valeurs sociales à la fois justes, équitables et morales ;
7. les aliments sont produits et distribués d'une manière respectueuse d'un système agroalimentaire durable.

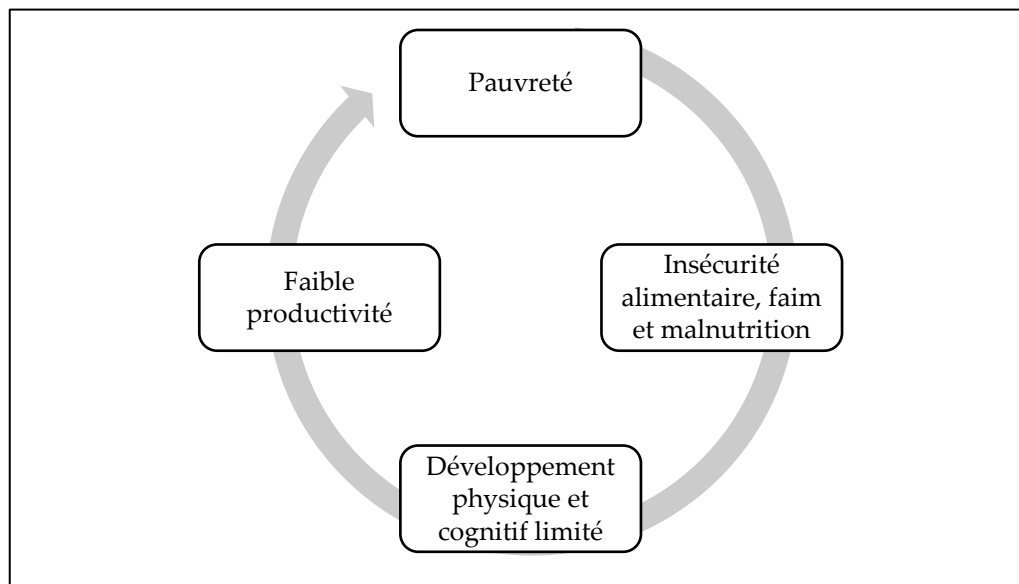
Dans cette définition, plusieurs éléments sont attribuables au système alimentaire : accès physique et économique ; garantie d'accès ; information ; valeur nutritive ; respect de la dignité humaine ; production et distribution en adéquation avec la philosophie du développement durable. D'autres relèvent plus directement des mangeurs : capacité financière ; capacité de se déplacer vers ce lieu pour s'alimenter ; capacité de s'informer ; capacité de faire des choix, etc. Malgré ces lois, en 2011-2012, près de 8 % des ménages vivaient une situation modérée à grave d'insécurité alimentaire (Institut national de la santé publique du Québec, 2014). En outre, ces ménages n'avaient pas accès à des aliments ou ne pouvaient pas combler leurs besoins en matière d'alimentation. Plus récemment, selon le Bilan-Faim de 2018, les banques alimentaires du Québec donnent des denrées à environ 500 000 personnes chaque mois au Québec, un nombre que la pandémie de COVID-19 a fait croître<sup>2</sup>.

Ces situations d'insécurité alimentaire ont un impact sur les individus, tant sur le plan personnel que sur le plan sociétal, particulièrement quant à leur potentiel productif, bien qu'on ne puisse réduire l'aspect sociétal à cette seule dimension. Selon l'Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture (FAO) (2008), l'insécurité alimentaire peut entraîner des déficiences dans le développement physique et cognitif chez les individus et les amener à être moins productifs. Entre autres conséquences, elle peut les entraîner dans la pauvreté, bien qu'on ne puisse la considérer comme la seule cause de la pauvreté. La figure 2 illustre le cercle vicieux que cela représente.

---

<sup>2</sup> Voir l'émission de Ici Radio-Canada « Regard sur l'insécurité alimentaire à la veille de la rentrée scolaire » dans l'émission *Y a pas deux matins pareils* du 26 août 2020.

**Figure 2. La relation entre insécurité alimentaire et pauvreté**



Source : FAO (2008)

De surcroît, la consommation de denrées alimentaires à faible valeur nutritive — et par le fait même moins coûteuses — est un facteur de risque clé lié aux principales maladies chroniques (les cardiopathies ischémiques, les maladies cérébrovasculaires, la maladie pulmonaire obstructive chronique, le cancer du poumon, l’hypertension artérielle et le diabète), ce qui peut entraîner des coûts importants pour le système de santé (Commissaire à la santé et au bien-être, 2010). Selon l’Organisation mondiale de la santé (OMS, 2011), la complexité des liens entre ces diverses dimensions amène donc à penser qu’une saine gestion des denrées alimentaires exige une action globale des États.

En résumé, les denrées alimentaires sont un produit de consommation géré par une multitude d’acteurs interdépendants qui ont, entre autres, des préoccupations de nature économique. Ce produit de consommation est particulier puisqu’il est encadré par des traités internationaux et, au Québec, il est inscrit au sein de lois et de guides de référence ministériels. Ainsi, l’action gouvernementale est présente dans la gestion de ce système alimentaire. Tout cela, pour que le mangeur ait accès, le plus possible, à des denrées pouvant combler ses besoins nutritionnels quotidiens et être actif socialement. Bref, autour de ce système alimentaire sont présents des enjeux de nature économique, étatique, sociale, communautaire et populationnelle.

## Cadre théorique

Deux concepts sont au centre de cette recherche : la sécurité alimentaire et l'insécurité alimentaire. Ces définitions permettront de mieux saisir leurs composantes et dégager des pistes de réflexion à explorer.

### **La sécurité alimentaire**

Une première approche de la sécurité alimentaire est celle de l'Ordre des diététistes du Québec. Elle a le mérite d'insister sur les aspects éthiques et politiques, et non seulement sur la quantité de nourriture disponible :

Il y a sécurité alimentaire lorsque toute une population a 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 et al., 1996, p. 10)

Dowler et O'Connor (2012) raffinent cette définition en y ajoutant les notions liées au plaisir de manger, à la disponibilité des fonds personnels pour les autres postes budgétaires, au transport collectif pour se rendre dans les épiceries qui offrent des denrées à des prix abordables et à la possibilité de cultiver soi-même sa nourriture.

### **L'insécurité alimentaire**

Selon Anderson (1990), une personne vit une insécurité alimentaire lorsqu'elle ne possède pas suffisamment de nourriture saine et nutritive pour s'alimenter adéquatement ou qu'elle ne peut s'en procurer de façon socialement acceptable. Selon l'Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture (FAO, 2008), cette insécurité alimentaire peut se manifester de manière temporaire/transitoire ou chronique. Dans les deux cas, il est proposé de maintenir des programmes d'accès direct à des denrées alimentaires, comme les dons, par exemple. Toutefois, lorsqu'il s'agit d'une situation chronique, les actions visant la lutte à la pauvreté, l'éducation et l'accès physique à des denrées sont recommandées.

Lorsqu'il s'agit d'insécurité alimentaire temporaire, il importe d'analyser les changements chez les individus ainsi que dans l'environnement (fluctuation des prix, disponibilité des denrées, etc.). En effet, comme le rappelle Côté (2007) dans son enquête en Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine, la faim et la suralimentation sont, dans les pays riches comme le Canada, des problèmes liés. L'insécurité alimentaire doit donc être considérée d'une façon large et être analysée en tenant compte des inégalités qui marquent les sociétés. On peut donc estimer que, pour être adéquatement comprise, l'insécurité alimentaire ne doit pas seulement être examinée sous l'angle du problème nutritionnel, mais doit aussi tenir compte des rapports sociaux qui organisent les comportements des acteurs, leurs projets, leur gestion des contraintes objectives et les formes culturelles ou idéologiques dans lesquelles elles sont soumises (Tremblay, 2010).

Cela signifie qu'elle est une question complexe. Ainsi, Racine (2007) rappelle qu'on doit aussi envisager la salubrité et la qualité de la nourriture, son accessibilité aux catégories défavorisées et la durabilité écologique du système de production. Levkoe (2011) va plus loin en ajoutant que cette dernière dimension doit être prise dans son sens systémique et global, allant des politiques agricoles à la gestion des résidus, en passant par la production, la transformation, la distribution et la consommation. Ces efforts pour cerner et analyser la sécurité (ou l'insécurité) alimentaire pointent dans une direction claire : elle doit prendre en considération ses liens avec les autres aspects de l'organisation sociale. De plus, pour réenchâsser la lutte à l'insécurité alimentaire dans la dynamique des acteurs et des mouvements (Boulianne, 2001 ; Schiff et Levkoe, 2014), il faut aussi tenir compte de l'ancrage concret, microlocal, des initiatives (Renaud et Royer, 2012). Concrètement, cela signifie qu'il faut voir comment ces efforts s'incarnent dans des organisations et des modalités opérationnelles, mais aussi, sur le plan institutionnel, dans des formes de propriété, des projets collectifs, des modes de coordination avec les autres activités du milieu, etc. Bref, ces diverses facettes ne peuvent être comprises si on ne tient pas compte des particularités de ce que l'on considère trop souvent comme un simple « contexte local ». Celui-ci ne peut être réduit à un simple arrière-plan. Il est le lieu de croisement de multiples activités, qui exigent une coordination des acteurs parfois explicite et formelle, mais souvent plus « naturelle » et implicite, *a fortiori* dans un petit milieu où l'interconnaissance des acteurs joue un rôle fondamental.

De façon pragmatique, cette recherche s'attardera donc aux notions relatives à la valeur nutritive des aliments accessibles, à leur disponibilité physique, à la variabilité des prix et accordera une place centrale à l'analyse individuelle ainsi que collective des situations vécues.

Sans nier l'importance de l'accès physique aux aliments, il faut ajouter que ceux-ci doivent être abordables pour que les mangeurs soient capables d'en acheter suffisamment et dans le respect de leur dignité. Ils doivent aussi être acceptables personnellement et culturellement avec une préoccupation liée au plaisir de manger. De plus, ils doivent être étiquetés de manière lisible pour tous et toujours disponibles pour tous. De manière plus vaste, la production doit reposer sur des valeurs sociales de justice, d'équité et de développement durable. Enfin, de façon évidente, le coût de la vie dans un territoire ainsi que le transport des mangeurs doivent également être au centre des préoccupations.

### **Les pistes à explorer**

À partir de la définition de la FAO, le ministère de la Santé et Services sociaux (Pageau, 2008) suggère des déterminants individuels et collectifs de la sécurité alimentaire. Le tableau suivant résume ces deux catégories de déterminants.

**Tableau 1. Les déterminants individuels et collectifs de la sécurité alimentaire**

<b>Les déterminants individuels</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- faible revenu ;</li> <li>- faible niveau de scolarité ;</li> <li>- monoparentalité ;</li> <li>- appartenance à une communauté ethnique minoritaire ;</li> <li>- appartenance à un ménage de grande taille.</li> </ul>
<b>Les déterminants collectifs</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- environnement interpersonnel et social : la famille et la culture alimentaire ;</li> <li>- environnement physique : la disponibilité et l'accessibilité des aliments (transport collectif) ;</li> <li>- environnement économique : le pouvoir d'achat et le coût des aliments ;</li> <li>- politiques publiques : politiques sur le revenu, politiques agricoles...</li> </ul>

Source : Pageau (2008)

Ce tableau montre que, dans le cadre des déterminants individuels, la pauvreté *monétaire* est prise en compte par les indicateurs de faible revenu, de monoparentalité où une seule personne doit assumer les dépenses familiales, ou, à l'opposé, de ménages de grande taille avec la présence de nombreuses personnes et donc de plus grandes dépenses. Mais la pauvreté est bien plus vaste. Selon l'Organisation de coopération et de développement économique (cité dans FAO, 2008, p. 4) :

La pauvreté comprend différentes dimensions liées à l'incapacité de satisfaire des besoins humains tels que consommer et assurer sa sécurité alimentaire, être en bonne santé, pouvoir apprendre, pouvoir faire valoir ses droits et entendre sa voix, vivre en sécurité et dans la dignité, et exercer un travail décent. La pauvreté doit également être combattue en vertu de considérations liées à la protection de l'environnement et à l'instauration d'un développement durable.

Ainsi, l'insécurité alimentaire chronique doit être combinée à une lutte à la pauvreté dans un objectif de réduction des inégalités économiques. Selon Damon (2012), les personnes ayant un faible revenu possèdent probablement les connaissances essentielles à une saine alimentation, mais leur budget personnel les empêche de se procurer les denrées nécessaires. La conséquence est importante : pour se nourrir, ces personnes devront utiliser toutes sortes de stratégies telles que les services communautaires ou les activités collectives comme les jardins communautaires, les cuisines collectives ; de façon généralement concurrente, elles auront aussi recours à l'aide alimentaire d'urgence (don), au troc, au soutien familial (Côté, 2007). Dans certaines régions du Québec, la chasse ainsi que la pêche (Bergeron et al., 2015) sont aussi des avenues possibles. Cela ne se fait souvent pas sans mal : selon Dupéré et al. (2014), les utilisateurs des ressources communautaires en matière de sécurité alimentaire disent éprouver de la honte, être blessés dans leur orgueil et craindre d'être étiquetés. En résumé, la pauvreté est un

concept complexe, sous-jacent à la sécurité alimentaire et qui a des conséquences sur les comportements. De surcroît, la pauvreté monétaire peut influencer les déterminants collectifs et vice-versa. Il sera donc pertinent, dans le cadre de cette recherche, de documenter cette interaction.

Enfin, il convient de rappeler que la OMS a suggéré en 2011 des indicateurs pour suivre l'évolution de l'insécurité alimentaire sur le plan mondial (voir tableau 2). Cette échelle est évidemment bien plus vaste que celle qui nous intéresse, mais il est tout de même approprié de s'y attarder puisque ces indicateurs détaillent les déterminants collectifs de la sécurité alimentaire.

**Tableau 2. Les indicateurs liés à l'insécurité alimentaire**

Concepts	Indicateurs
Disponibilité	<ul style="list-style-type: none"> <li>- adéquation des disponibilités énergétiques alimentaires moyennes ;</li> <li>- valeur moyenne de la production alimentaire ;</li> <li>- part des disponibilités énergétiques alimentaires provenant des céréales, racines et tubercules ;</li> <li>- disponibilité protéique moyenne ;</li> <li>- disponibilité protéique moyenne d'origine animale.</li> </ul>
Accès	<ul style="list-style-type: none"> <li>- densité du réseau ferroviaire ;</li> <li>- produit intérieur brut par habitant (parité de pouvoir d'achat) ;</li> <li>- prévalence de la sous-alimentation ;</li> <li>- prévalence d'une insécurité alimentaire grave.</li> </ul>
Stabilité	<ul style="list-style-type: none"> <li>- taux de dépendance à l'égard des importations céréalières ;</li> <li>- pourcentage des terres arables équipées pour l'irrigation ;</li> <li>- valeur des importations alimentaires par rapport aux exportations totales des marchandises ;</li> <li>- stabilité politique ;</li> <li>- variabilité de la production alimentaire par habitant ;</li> <li>- variabilité des disponibilités alimentaires par habitant.</li> </ul>

**Tableau 2 (suite)**

Utilisation	<ul style="list-style-type: none"><li>- pourcentage de la population ayant accès à des services d'eau potable en toute sécurité ;</li><li>- pourcentage de la population utilisant au moins les services d'eau de base ;</li><li>- pourcentage de la population ayant accès à des services d'assainissement gérés en toute sécurité ;</li><li>- pourcentage de la population utilisant au moins les services d'assainissement de base ;</li><li>- pourcentage des enfants de moins de cinq ans émaciés ;</li><li>- pourcentage des enfants de moins de cinq ans présentant un retard de croissance ;</li><li>- prévalence de l'excès pondéral chez l'enfant de moins de cinq ans ;</li><li>- prévalence de l'obésité chez l'adulte (18 ans et plus) ;</li><li>- prévalence de l'anémie chez la femme en âge de procréer (15 à 49 ans) ;</li><li>- allaitement exclusif au sein du nourrisson de zéro à cinq mois.</li></ul>
-------------	---

Source : OMS (2011)

Brièvement, les indicateurs de l'Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture sont intéressants dans la mesure où ils font référence aux éléments présents sur un territoire. Les indicateurs de disponibilité permettent de documenter « l'offre » ; toutefois, celle-ci ne garantit pas l'accès des ménages aux denrées. La notion d'accès est liée à l'aspect monétaire des ménages. Par « accès physique », il sera question du réseau routier ou ferroviaire pour acheminer les denrées. En ce qui concerne la stabilité, elle est attachée aux notions d'importation et d'exportation, aux possibilités de produire des aliments ainsi qu'à la variabilité des produits et de leur disponibilité. Le dernier concept est l'utilisation où on retrouve le plus clairement les enjeux de santé publique.

## Cadre de référence

Dans le cadre de cette recherche, l'élément central est le mangeur, c'est-à-dire l'individu qui doit s'organiser dans un espace et un moment précis pour avoir des denrées alimentaires (Malassis, 1994). Au surplus, dans cet espace qu'est le territoire du CRSSBJ se trouvent différents acteurs économiques (Rastoin et Ghesis, 2010), étatiques ou publics, communautaires (OMS, 2011) qui interagissent pour assurer la sécurité alimentaire des mangeurs. Dans le cadre d'une approche holistique qui vise à permettre un diagnostic, les interactions entre ces quatre acteurs doivent être prises en considération (voir tableau 3).

**Tableau 3. Le cadre holistique de référence du système alimentaire de la Jamésie**

Système alimentaire : producteurs, transformateurs, distributeurs, transporteurs, lois...
Zone territoire — défis : géographiques, économiques, culturels, technologiques, organisationnels et structurels (org. communautaires et publics)
Zone sociale : stratégies collectives
Mangeurs : caractéristiques et stratégies individuelles

Dans le tableau 3, la base expose le ou les mangeurs qui sont notre préoccupation majeure. Notons que ces mangeurs sont tous les résidents sur le territoire, peu importe leur revenu. Toutefois, de manière logique, si ceux qui disposent de faibles revenus sont capables de jouir d'une sécurité alimentaire, tous le pourront. Par la suite, en dehors de ces individus, les producteurs, les transformateurs et les distributeurs représentent les acteurs du système alimentaire. Ensuite, dans la *zone territoire*, on retrouve les acteurs étatiques, publics et communautaires. Les deux derniers points qui retiennent l'attention sont le transport, c'est-à-dire le moyen pour se rendre physiquement au lieu d'alimentation, et toutes les stratégies personnelles ou informelles des mangeurs. Tous ces éléments permettront de répondre à un objectif de cette recherche qui est de proposer des recommandations pour les différents acteurs impliqués au sein du système alimentaire (acteurs économiques, étatiques, publics, communautaires et les mangeurs) dans une perspective d'améliorer la sécurité alimentaire individuelle et collective des résidents du territoire de la Jamésie.



## Méthodologie de la première partie

Cette recherche qualitative réalisée avec le Réseau jamésien de développement social, le CRSSSBJ et des organismes communautaires a comme objectif de cerner les stratégies alimentaires développées par les mangeurs et les différents acteurs présents sur le territoire de la Jamésie. Cette recherche permet aux chercheurs d'établir un dialogue avec des praticiens qui y habitent et d'échanger sur les pratiques en cours et futures. Considérant les préoccupations des praticiens et l'absence de données fiables et détaillées sur le système alimentaire de la Jamésie, il a semblé plus sage de viser une recherche essentiellement descriptive, c'est-à-dire qui cherche à rendre compte de la réalité plus qu'à vérifier une ou des hypothèses formulées préalablement.

L'objet de cette recherche porte sur les stratégies alimentaires en Jamésie. Elle est une étude de cas multisite (Miles et Huberman, 1994). Le cas illustré est la région de la Jamésie et les sites sont les localités retenues : Chibougamau, Chapais, Matagami, Lebel-sur-Quévillon, Radisson, Villebois et Valcanton, celle-ci étant formée des localités de Beaucanton et Val-Paradis.

Selon Yin (2017, p. 49, traduction libre), l'avantage et la portée de l'étude de cas peuvent se définir ainsi :

- elle explore en profondeur un phénomène contemporain (le « cas ») dans un contexte de monde concret, surtout quand [...];
- les frontières entre le phénomène et le contexte ne sont pas claires.

L'intérêt d'une telle approche est de permettre d'explorer les diverses facettes du phénomène étudié afin de montrer comment elles interagissent. Il s'agit de mettre à jour les relations entre les facettes de l'objet, et entre celui-ci et son « contexte ».

Cette recherche est qualitative et met l'accent sur la compréhension des phénomènes pour les acteurs (Creswell et Poth, 2018). Elle utilise, le cas échéant, des données numériques (comme on peut les retrouver dans la documentation : caractéristiques sociodémographiques, économiques et géographiques, etc., ainsi que l'état de santé de la population), mais les informations fondamentales sont celles qui sont recueillies lors d'entrevues semi-directifs auprès de 40 informateurs et informatrices. Ce mode de collecte est utile lorsqu'on cherche à saisir le *point de vue* de la personne rencontrée, son *vécu* et son *interprétation* de sa situation, toutes choses qui sont comprises comme expliquant le comportement de l'acteur (Paillé et Mucchielli, 2012). Les limites de ce type de recherche sont bien connues : elle ne permet pas, ni ne vise, une généralisation statistique et, de plus, la petite taille de l'échantillon accorde une grande place aux variations individuelles. Les informations sur le cas (ici, la région de la Jamésie) ne peuvent donc pas être élargies aux autres régions. Cependant, les enseignements de ces informations, c'est-à-dire leur potentiel théorique, permettent une montée en généralité qu'on peut appeler une *généralisation analytique ou théorique* (Maxwell et Chmiel, 2014), ce qui signifie que d'autres régions pourront apprendre du cas étudié. Comme pour toute recherche qualitative, son utilité est de dire ce que pensent et comment agissent ceux qui le font ainsi, mais pas de dire *combien* le font. Comme son but est de présenter et de rendre

compréhensibles les points de vue exprimés par les personnes rencontrées, il n'est pas dans son intention d'en vérifier le bien-fondé ni d'en évaluer la véracité. Il est donc possible que certains des énoncés soient erronés, partiels ou partiels. Cela est tout naturel, car les personnes rencontrées parlent, comme chacun d'entre nous, à partir de leur expérience et de leur situation. C'est ce qui fait l'intérêt de ce mode de collecte.

Les informations ont été recueillies auprès d'un nombre de personnes nécessairement réduit (40 répondants et répondantes) afin de garder la recherche à l'intérieur de limites raisonnables, compte tenu des contraintes de temps et de ressources. Ces personnes ont été choisies en vertu de leur exemplarité (plutôt qu'en vertu d'une représentativité statistique), c'est-à-dire qu'elles appartiendront aux aspects pertinents de l'univers exploré, dont elles sont vues comme des « acteurs compétents » (Pires, 1997). Prises dans leur ensemble, elles permettent une compréhension globale de l'objet en ses diverses dimensions. Les personnes rencontrées sont de trois types : 1) les mangeurs (certains en situation d'insécurité alimentaire, d'autres non); 2) les intervenants et intervenantes publics ou communautaires; 3) les personnes participant à la chaîne de production et de distribution alimentaire (commerçants, agriculteur, consultants, etc.). Les acteurs économiques, publics et communautaires ont été contactés par téléphone et, à l'obtention de leur consentement, l'entrevue a été réalisée à distance (par téléphone). Pour ce qui est des mangeurs, ils ont été recrutés au moyen d'affiches sur les pages Facebook d'organismes communautaires et remises à des intervenants sociaux et, ici aussi, les entretiens ont eu lieu au téléphone. Les personnes en situation d'insécurité alimentaire ont été dédommagées (50 \$). Le tableau 4 expose le plan d'échantillonnage.

**Tableau 4. Le plan d'échantillonnage**

	<b>Acteurs économiques</b>	<b>Acteurs publics et communautaires</b>	<b>Mangeurs</b>
<b>Villebois et Valcanton</b>	Agriculteurs (2H) ; Épicier (1H)	Organisme communautaire (1F) ; Corporation de développement économique (2F) ; Direction d'écoles (1H)	4 (3H, 1F)
<b>Matagami</b>		Bénévole (1H)	5 femmes
<b>Lebel-sur-Quévillon</b>		Organisation en environnement (1H) ; Bénévole (1F)	4 femmes
<b>Radisson</b>		Groupe achat (1H) ; Employé de l'épicerie (1F)	3 (1H, 2F)
<b>Chapais</b>	Fermier (1H)		3 (1H, 2F)
<b>Chibougamau</b>	Organisation en environnement (2F)	Organisation en soutien à l'allaitement (1F) ; Centre de formation professionnelle (1F)	5 (3H, 2F)

En ce qui a trait aux mangeurs, 16 femmes et 8 hommes ont participé à la recherche. Ils sont de tous les âges (20 ans à 80 ans), de toutes les conditions financières (bénéficiaire de prestations du gouvernement jusqu'au haut salarié), deux personnes ont des handicaps physiques et une est issue de l'immigration. La moitié d'entre eux ont des enfants et huit sont célibataires. Certains mangeurs travaillent dans des commerces alimentaires ou des organisations publiques ou communautaires. Pour ce qui est des acteurs économiques, publics et communautaires, certains ont été choisis pour leur entreprise et d'autres pour leur implication dans des projets. Afin de mieux saisir les dimensions collectives, nous avons étudié un petit nombre de pratiques exemplaires, c'est-à-dire des activités, projets, organisations, etc. qui révèlent un effort pour améliorer la sécurité alimentaire d'une collectivité locale ou, le cas échéant, d'un groupe de localités.

Les entretiens, d'une durée de 30 à 75 minutes, ont permis d'aborder les aspects individuels, les opinions, les expériences et les interprétations des personnes interviewées (le canevas des entretiens est présenté en annexe). Ils ont été enregistrés, transcrits et soumis à une analyse thématique, tâche pour laquelle le logiciel NVivo™ est approprié. Les entretiens ont été effectués par une des auteur. e. s de la recherche et sont encadrés par une certification éthique décernée par l'Université du Québec à Chicoutimi. Afin de préserver l'anonymat des personnes rencontrées, nous avons parfois modifié certains détails de leurs énoncés et choisi

de ne pas indiquer leur localité de résidence. Il faut garder en mémoire, en lisant les extraits présentés, que la plupart des personnes ne parlent pas des localités « en général » ou de « toute » la région, mais de leur localité particulière. Cette présentation souffre parfois d'une certaine imprécision, mais les différences entre localités ont semblé suffisamment minces pour que cela n'entache pas l'intérêt des données présentées et rende inutile l'identification du numéro d'entrevue.

## **Présentation d'informations statistiques sur les villes et localités de la Jamésie**

Le territoire du CRSSBJ couvre les villes et localités de Chibougamau, Chapais, Lebel-sur-Quévillon, Matagami, Radisson, Villebois et Valcanton, celle-ci étant la fusion des localités de Val-Paradis et Beaucanton. Dans cette section, nous présenterons pour chacune de ces villes et localités, les statistiques issues du recensement de 2016 de Statistique Canada. Les statistiques retenues sont les groupes d'âge, les identités des populations autochtones et immigrantes, l'état matrimonial, les ménages, l'habitation, les revenus, l'éducation et le transport. Ce choix d'indicateurs découle de la présentation faite par Pageau (2008) des déterminants individuels de la sécurité alimentaire ; ce sont le faible revenu, le bas niveau de scolarité, la monoparentalité, l'appartenance à une communauté ethnique minoritaire et l'appartenance à un ménage de grande taille. À ces indicateurs, nous avons ajouté l'habitation et le transport, puisque le coût de la location d'un logement ou d'une hypothèque a une influence sur le budget des mangeurs. Pour ce qui est du transport, étant donné qu'il s'agit d'une vaste région, la capacité de se déplacer des mangeurs, la mobilité, peut être un facteur d'accessibilité aux denrées alimentaires. Comme on le verra, certaines des informations du recensement canadien de 2016 proviennent d'un recensement intégral, c'est-à-dire de toute la population, mais certaines sont tirées d'un échantillon de 25 % de la population, les données étant ensuite extrapolées à l'ensemble de la population. Cet échantillon mène donc à des résultats où la marge d'erreur est plus grande. On verra aussi que certaines données sont manquantes, Statistique Canada ne diffusant pas d'information sur des ensembles trop petits, afin de protéger l'anonymat des personnes.

### **La population**

Les caractéristiques de la population en général sont issues des données recueillies lors du recensement de 2016 de Statistique Canada et se retrouvent au tableau suivant. Bien que la localité de Valcanton soit une fusion de Val-Paradis et Beaucanton, Statistique Canada maintient la distinction entre ces deux localités.

**Tableau 5. La population des villes et localités de la Jamésie**

	Chibougamau	Chapais	Matagami	Lebel-sur-Quévillon	Radisson	Villebois	Val-Paradis	Beaucanton
<b>Population 2016</b>	7 504	1 499	1 453	2 187	468	157	155	152
<b>Variation p/r 2011</b>	-0,5 %	-6,9 %	-4,8 %	1,3 %	73,3 %	-0,6 %	-19,3 %	16,0 %
<b>Âge médian de la population</b>	39,8	43,8	39,5	45,4	NI	52,9	40,5	49,2
<b>0 à 14 ans</b>	1 360	255	285	375	NI	25	30	20
<b>15 à 29 ans</b>	1 410	260	245	315	NI	30	30	15
<b>30 à 44 ans</b>	1 475	260	285	390	NI	20	25	30
<b>45 à 59 ans</b>	1 790	385	345	560	NI	45	35	40
<b>60 à 74 ans</b>	1 030	250	240	450	NI	35	20	35
<b>75 et + ans</b>	445	100	40	100	NI	10	10	10

Source : Statistique Canada (recensement 2016)

Ce tableau indique que le nombre de résidents dans les villes de Chibougamau, Chapais, Matagami et les localités de Villebois, Val-Paradis et Beaucanton est en décroissance. La localité de Radisson présente la plus forte croissance et, dans une moindre mesure, la ville de Lebel-sur-Quévillon. L'âge médian des populations se situe principalement entre 40 et 45 ans, sauf pour les localités de Villebois et Beaucanton, où il est plus élevé. De manière générale, le groupe des 45 à 59 ans est le plus important et celui des 75 ans et plus l'est nettement moins. Pour les autres tranches d'âge, l'équilibre est relativement atteint. Le « NI » (non indiqué) signifie que la donnée n'est pas présentée par Statistique Canada.

### **Les identités autochtones et ethniques**

Pour refléter la présence des gens issus des Premières Nations, des Métis et des Inuits, la statistique retenue est celle liée à l'identité autochtone de Statistique Canada. Selon sa définition, l'identité autochtone « comprend les personnes qui sont des Premières Nations (Indiens de l'Amérique du Nord) des Métis ou des Inuits et/ou les personnes qui sont des Indiens inscrits ou des traités (en vertu de la Loi sur les Indiens du Canada) ou les personnes qui sont membres d'une Première Nation ou d'une bande indienne » (Statistique Canada, 2017). Pour ce qui est des personnes issues de l'immigration, les données du recensement de 2016 font état du nombre de personnes qui possèdent le statut d'immigrant ainsi que la période d'immigration. Selon Statistique Canada (2016), le terme « Immigrants » « comprend les personnes qui sont ou qui ont déjà été des immigrants reçus ou résidents permanents. Il

s'agit des personnes à qui les autorités de l'immigration ont accordé le droit de résider au Canada en permanence. Les immigrants qui ont obtenu la citoyenneté canadienne par naturalisation sont compris dans cette catégorie. Dans le Recensement de la population de 2016, « Immigrants » « comprend les immigrants arrivés au Canada le 10 mai 2016 ou avant » (Statistique Canada, 2017). Les données d'échantillon de 25 % signifient que cette question n'a pas été posée systématiquement à chaque personne, mais à 25 % de l'ensemble et qu'une extrapolation a été réalisée. Le tableau suivant présente la situation pour l'ensemble des villes et localités.

**Tableau 6. Les identités autochtones et ethniques**

	Chibougamau	Chapais	Matagami	Lebel-sur-Quévillon	Radisson	Villebois	Val-Paradis	Beaucanton
<b>Identité autochtone</b> <sup>3</sup>	525 (7 %)	170 (11 %)	55 (3 %)	75 (3 %)	10 (4 %)	40 (21 %)	25 (16 %)	0
<b>Statut d'immigrant et période d'immigration</b> <sup>4</sup>	140 (2 %)	0	30 (2 %)	60 (3 %)	10 (4 %)	0	0	0

Source : Statistique Canada (recensement 2016)

Les données du tableau 6 révèlent que Villebois et Val-Paradis comptent une proportion plus importante de la population qui affirme avoir une identité autochtone. Dans une moindre mesure quoique non négligeable, les villes de Chapais et Chibougamau ont elles aussi une population notable de personnes s'identifiant comme Autochtones. Les personnes ayant un statut d'immigrant sont très peu nombreuses, la situation étant similaire pour les villes de Chibougamau, Matagami, Lebel-sur-Quévillon et la localité de Radisson.

### **Les ménages privés**

Pour donner suite à ce portrait général et refléter la taille des ménages, le tableau suivant brosse un portrait à partir de données intégrales de Statistique Canada, recensement 2016.

<sup>3</sup> Pour la population dans les ménages privés — Échantillon (25 %)

<sup>4</sup> IDEM

**Tableau 7. Les ménages privés selon la taille du ménage**

	<b>Chibougamau</b>	<b>Chapais</b>	<b>Matagami</b>	<b>Lebel-sur-Quévillon</b>	<b>Radisson</b>	<b>Villebois</b>	<b>Val-Paradis</b>	<b>Beaucanton</b>
<b>1 personne</b>	985	210	165	225	NI	25	20	25
<b>2 personnes</b>	1 210	260	250	435	NI	30	25	25
<b>Pourcentage des ménages, 1 à 2 personnes</b>	67 %	71 %	67 %	70 %	NI	73 %	69 %	71 %
<b>3 personnes</b>	505	90	80	120	NI	5	10	5
<b>4 personnes</b>	390	75	70	95	NI	5	5	10
<b>5 personnes ou plus</b>	175	40	45	65	NI	0	5	0
<b>Données totales</b>	<b>3 255</b>	<b>665</b>	<b>620</b>	<b>940</b>	<b>NI</b>	<b>75</b>	<b>65</b>	<b>70</b>
<b>Taille moyenne des ménages privés</b>	2,3	2,2	2,4	2,3	NI	2,2	2,3	2,0
<b>Taille moyenne des familles avec enfants</b>	3,8	3,8	4,0	3,9	NI	3,2	3,8	4,7

Source : Statistique Canada (recensement 2016)

Le tableau 7 montre que plus des deux tiers des ménages dans les villes et localités se composent d'une à deux personnes, ce qui est cohérent avec la taille moyenne qui est d'un peu plus de deux personnes. Pour ce qui est des couples avec enfant, la moyenne oscille entre un ou deux enfants. La proportion de ces couples est si importante qu'il est inutile de calculer les pourcentages des autres formes de ménage, car les nombres sont trop petits.

### **L'état matrimonial pour la population âgée de 15 ans et plus**

Le tableau 8 expose la situation, pour les villes et localités avec des données intégrales, de l'état matrimonial pour la population âgée de 15 ans et plus.



**Tableau 8. L'état matrimonial pour la population âgée de 15 ans et plus**

	Chibougamau	Chapais	Matagami	Lebel-sur-Quévillon	Radisson	Villebois	Val-Paradis	Beaucanton
<b>Population âgée de 15 ans et plus</b>	6 145	1 245	1 165	1 810	NI	130	125	125
<b>Marié ou vivant en union libre</b>	3 850	805	790	1280	NI	80	80	85
<b>Non marié et ne vivant pas en union libre</b>	2 295	435	375	525	NI	45	45	40
<b>Pourcentage des personnes âgées de 15 ans et plus non mariées et ne vivant pas en union libre</b>	37 %	35 %	32 %	29 %	NI	35 %	36 %	32 %
<b>Hommes non mariés et ne vivant pas en union libre</b>	1 255 (55 %)	250 (57 %)	230 (61 %)	295 (56 %)	NI	35 (78 %)	30 (67 %)	25 (63 %)
<b>Femmes non mariées et ne vivant pas en union libre</b>	1 045 (45 %)	190 (43 %)	145 (39 %)	235 (44 %)	NI	10 (22 %)	20 (33 %)	15 (37 %)

Source : Statistique Canada (recensement 2016)

Le tableau 8 montre qu'environ un tiers de la population âgée de 15 ans et plus est non mariée et ne vit pas en union libre. De cette population, plus de la moitié et jusqu'à 78 % sont des hommes.

### **Les familles monoparentales**

Selon Pageau (2008), la monoparentalité est un déterminant individuel de la sécurité alimentaire. Le tableau 9 présente la taille des familles monoparentales et leur répartition entre les parents de sexe féminin ou masculin.

**Tableau 9. L'état des familles monoparentales pour la population âgée de 15 ans et plus**

	Chibougamau	Chapais	Matagami	Lebel-sur-Quévillon	Radisson	Villebois	Val-Paradis	Beaucanton
<b>Taille moyenne des familles économiques monoparentales</b>	2,6	2,6	2,5	2,5	NI	2,0	3,0	2,0
<b>Parent de sexe féminin</b>	225 (69 %)	30 (55 %)	35 (70 %)	45 (69 %)	NI	5 (100 %)	0	5 (100 %)
<b>Parent de sexe masculin</b>	100 (31 %)	20 (45 %)	20 (30 %)	20 (31 %)	NI	0 (0 %)	5 (100 %)	0 (0 %)

Source : Statistique Canada (recensement 2016)

À la lecture de ce tableau, on voit que les familles monoparentales sont composées d'un à deux enfants. En ce qui a trait au sexe du parent, la parité est presque atteinte à Chapais. Pour les autres villes et localités, les femmes monoparentales représentent entre les deux tiers et 100 %.

### **Les revenus des ménages**

Pour Pageau (2008), les revenus monétaires des individus sont également un déterminant de la sécurité alimentaire. Pour faire le portrait des revenus monétaires des individus, nous avons retenu les données relatives au ménage puisque les gens qui habitent ensemble peuvent partager cette dépense. Pour représenter le montant réel possédé par les ménages, le tableau 10 retient les revenus après impôt. Ces données de Statistique Canada sont celles de l'année 2015 et elles sont intégrales. Pour les localités de Radisson, Villebois, Val-Paradis et Beaucanton, les données ne sont pas disponibles.

**Tableau 10. Les revenus des ménages**

	<b>Chibougamau</b>	<b>Chapais</b>	<b>Matagami</b>	<b>Lebel-sur-Quévillon</b>
<b>Tranches de revenu après impôt du ménage en 2015 pour les ménages privés — Total</b>	3 255	670	620	940
<b>Moins de 5 000 \$</b>	15	5	5	10
<b>5 000 \$ à 19 999 \$</b>	255	40	30	40
<b>Pourcentage des ménages vivant avec moins de 19 999 \$ après impôt</b>	8 %	7 %	6 %	5 %
<b>20 000 \$ à 34 999 \$</b>	480	125	55	110
<b>35 000 \$ à 49 999 \$</b>	540	110	100	135
<b>Pourcentage des ménages vivant avec 20 000 \$ à 49 999 \$ après impôt</b>	31 %	35 %	25 %	26 %
<b>50 000 \$ à 69 999 \$</b>	645	175	110	215
<b>70 000 \$ à 89 999 \$</b>	470	100	115	155
<b>90 000 \$ à 99 999 \$</b>	210	35	55	65
<b>100 000 \$ et plus</b>	640	85	165	200
<b>Revenu après impôt moyen des ménages en 2015 (\$)</b>	68 879	64 156	81 989	72 507
<b>Revenu après impôt médian des familles économiques monoparentales en 2015 (\$)</b>	51 328	49 152	52 096	50 816

Source : Statistique Canada (recensement 2016)

Comme le montre ce tableau, en 2015, plus du tiers des ménages vivaient avec moins de 50 000 \$ par année après impôt. À l'intérieur de cette statistique, de 5 % à 8 % des ménages vivent avec moins de 20 000 \$ par année après impôt. Les familles monoparentales ont un revenu médian après impôt se situant à 50 000 \$. Le revenu moyen des ménages se situe entre 65 000 \$ et 82 000 \$. Le tableau 11 qui distingue les revenus des hommes et des femmes, permet de mieux mettre ces données en perspective.

**Tableau 11. Les tranches de revenu après impôt en 2015 pour la population âgée de 15 ans et plus par genre dans les ménages privés**

	<b>Chibougamau</b>	<b>Chapais</b>	<b>Matagami</b>	<b>Lebel-sur-Quévillon</b>
<b>Total — Population âgée de 15 ans et plus dans les ménages privés</b>	<b>6 025</b>	<b>1 225</b>	<b>1 160</b>	<b>1 785</b>
<b>Hommes sans revenu après impôt</b>	45	15	5	10
<b>Femmes sans revenu après impôt</b>	70	30	20	35
<b>Hommes vivant avec moins de 19 999 \$ après impôt</b>	575	115	85	120
<b>Femmes vivant avec moins de 19 999 \$ après impôt</b>	1 005	245	180	335
<b>Hommes vivant avec 20 000 \$ à 49 999 \$ après impôt</b>	1 405	285	240	375
<b>Femmes vivant avec 20 000 \$ à 49 999 \$ après impôt</b>	1 310	245	255	395
<b>Hommes vivant avec plus de 50 000 \$ après impôt</b>	1 305	260	400	535
<b>Femmes vivant avec plus de 50 000 \$ après impôt</b>	595	70	110	105

Source : Statistique Canada (recensement 2016)

Ces données concernent les tranches de revenu après impôt en 2015 pour la population âgée de 15 ans et plus distinguées selon le genre. Elles montrent que les femmes sans revenu après impôt et vivant avec moins de 19 999 \$ par année sont presque deux fois plus nombreuses que les hommes pour toutes les villes. Il y a une certaine similarité entre les femmes et les hommes des tranches de revenus de 20 000 \$ à 49 999 \$. Par la suite, l'écart se creuse pour les revenus de 50 000 \$ et plus après impôt en faveur des hommes, qui sont de 2 à 5 fois plus nombreux que les femmes.

## L'habitation

Le tableau 12 traite du poste budgétaire concernant l'habitation. Il présente d'abord le nombre total de logements privés, puis ceux occupés par des résidents habituels, qu'il distingue selon qu'il s'agit de propriétaires ou de locataires. Les données concernant les propriétaires et les locataires sont tirées d'un échantillon de 25 %.

**Tableau 12. Les logements privés**

	Chibougamau	Chapais	Matagami	Lebel-sur-Quévillon	Radisson	Villebois	Val-Paradis	Beaucanton
<b>Total des logements privés</b>	3 538	749	712	1 155	209	84	76	79
<b>Logements privés occupés par des résidents habituels</b>	3 256 (92 %)	666 (89 %)	618 (87 %)	940 (81 %)	128 (61 %)	72 (86 %)	67 (88 %)	72 (91 %)
<b>Propriétaire</b>	2 255 (63 %)	545 (73 %)	480 (67 %)	785 (68 %)	60 (29 %)	70 (83 %)	45 (59 %)	60 (76 %)
<b>Locataire</b>	1 000 (28 %)	120 (16 %)	140 (19 %)	160 (13 %)	65 (31 %)	10 (11 %)	20 (26 %)	10 (12 %)

Source : Statistique Canada (recensement 2016)

Ces chiffres montrent que dans la majorité des villes et localités, les logements privés sont occupés par des résidents habituels sauf pour Radisson. Si on exclut cette localité, près des deux tiers des logements privés sont occupés par des propriétaires. Deux autres tableaux illustrent en détail le portrait des logements privés. Le tableau 13, issu de données de l'échantillon de 25 %, présente la qualité des logements en fonction de la taille et des besoins de rénovation, tandis que le tableau 14 en détaille le coût.

**Tableau 13. La qualité des logements**

	<b>Chibougamau</b>	<b>Chapais</b>	<b>Matagami</b>	<b>Lebel-sur-Quévillon</b>	<b>Radisson</b>	<b>Villebois</b>	<b>Val-Paradis</b>	<b>Beaucanton</b>
<b>Logement de taille convenable</b>	3 230	655	620	935	130	75	70	65
<b>Logement de taille insuffisante</b>	25	10	0	10	0	0	0	0
<b>Seulement entretien régulier ou réparations mineures requises</b>	3 040	570	560	875	115	60	65	60
<b>Réparations majeures requises</b>	215	100	60	65	10	20	0	10

Source : Statistique Canada (recensement 2016)

De manière générale, les logements sont de taille convenable et ne nécessitent que des réparations mineures, selon les répondants du recensement de 2016 de Statistique Canada. Pour ce qui est du coût du logement (tableau 14), les données proviennent d'un échantillon de 25 %.

**Tableau 14. Le coût du logement**

	<b>Chibougamau</b>	<b>Chapais</b>	<b>Matagami</b>	<b>Lebel-sur-Quévillon</b>	<b>Radisson</b>	<b>Villebois</b>	<b>Val-Paradis</b>	<b>Beaucanton</b>
<b>Moins de 30 % du revenu est consacré aux frais de logement</b>	2 845	595	585	850	NI	NI	NI	NI
<b>30 % ou plus du revenu est consacré aux frais de logement</b>	415	70	40	85	NI	NI	NI	NI
<b>Valeur médiane des logements (\$)</b>	180 196	89 955	80 084	89 821	70 124	80 213	69 656	69 754
<b>Frais de logement mensuels médians pour les logements occupés par un ménage locataire (\$)</b>	561	548	523	608	548	NI	NI	NI

Source : Statistique Canada (recensement 2016)

Globalement, les gens consacrent moins de 30 % de leur revenu aux frais de logement. Chibougamau se distingue nettement des autres localités quant au coût des propriétés. Toutefois, cette situation ne semble pas se refléter sur le coût des loyers pour les locataires.

### **L'éducation**

Selon Pageau (2008), l'éducation est un autre déterminant individuel lié à la sécurité alimentaire. Le tableau suivant (tableau 15) présente des données tirées de l'échantillon de 25 % de Statistique Canada du recensement de 2016. Il porte sur le plus haut certificat, diplôme ou grade pour la population âgée de 25 à 65 ans dans les ménages privés.

**Tableau 15. Le plus haut certificat, diplôme ou grade pour la population âgée de 25 à 64 ans dans les ménages privés**

	Chibougamau	Chapais	Matagami	Lebel-sur-Quévillon	Radisson	Villebois	Val-Paradis	Beaucanton
<b>Total — Plus haut certificat, diplôme ou grade pour la population âgée de 25 à 64 ans dans les ménages privés</b>	4 085	890	825	1 215	170	95	70	75
<b>Aucun certificat, diplôme ou grade</b>	735	230	150	190	10	20	30	40
<b>Pourcentage des personnes qui ne possèdent aucun certificat, diplôme ou grade</b>	18 %	26 %	18 %	16 %	6 %	21 %	43 %	53 %

Source : Statistique Canada (recensement 2016)

Pour ce qui est de Valcanton, c'est-à-dire la fusion entre Val-Paradis et Beaucanton, c'est près de la moitié de la population âgée de 25 à 64 ans qui ne possède aucun certificat, diplôme ou grade. Pour la ville de Chapais, c'est plus du quart. La situation est entre 21 % et 16 % pour les villes de Matagami, Chibougamau et Lebel-sur-Quévillon ainsi que pour la localité de Villebois. La localité de Radisson présente le plus haut taux de certification, diplomation ou grade de la région de la Baie-James.

### **Les moyens de transport des personnes**

Les moyens de transport des personnes âgées de 15 ans et plus sont le dernier élément retenu, car le territoire de la Jamésie est vaste, alors que les lieux d'achat des denrées alimentaires sont souvent fixes. Les statistiques du tableau 16 présentent le mode de transport utilisé par la population active occupée âgée de 15 ans et plus dans les ménages privés pour se rendre à leur lieu de travail. Les données sont issues d'un échantillon de 25 % de Statistique Canada.



**Tableau 16. Le principal mode de transport pour la navette pour la population active occupée âgée de 15 ans et plus dans les ménages privés ayant un lieu habituel de travail ou sans adresse de travail fixe**

	<b>Chibougamau</b>	<b>Chapais</b>	<b>Matagami</b>	<b>Lebel-sur-Quévillon</b>	<b>Radisson</b>	<b>Villebois</b>	<b>Val-Paradis</b>	<b>Beaucanton</b>
<b>Automobile, camion ou fourgonnette — conducteur</b>	2 925	520	580	530	115	65	25	30
<b>Automobile, camion ou fourgonnette — passager</b>	175	45	20	20	15	0	0	0
<b>Transport en commun</b>	35	10	0	135	0	10	15	0
<b>À pied</b>	480	80	155	170	40	0	10	10
<b>Bicyclette</b>	25	0	0	0	0	0	0	0
<b>Autre moyen (p. ex. : autobus – navette, petit avion, etc.)</b>	235	55	30	60	0	10	0	0

Source : Statistique Canada (recensement 2016)

Sans surprise, la grande majorité de la population active âgée de 15 ans et plus se déplace avec un véhicule motorisé comme conducteur.

## Présentation des données issues des entretiens avec les acteurs économiques, publics et communautaires

Dans la présentation des données, nous avons classé en trois catégories les acteurs organisationnels pertinents avec leurs rôles et leurs responsabilités ainsi que les stratégies qu'ils déploient en matière de sécurité alimentaire. Il s'agit des acteurs économiques et des acteurs publics et communautaires. Cette section concerne les acteurs économiques, qui œuvrent surtout dans les secteurs de la production et la distribution alimentaires. Par la suite, nous aborderons les secteurs du transport et, plus succinctement, de la transformation. Au cœur des stratégies de ces acteurs, on le verra, se retrouvent les enjeux, les occasions de développement et les interdépendances.

### Les acteurs économiques

#### Les producteurs agricoles

Selon les documents du ministère du Développement durable, de l'Environnement et des Parcs<sup>5</sup> et les différents portraits réalisés par des instances locales de la Baie-James, cette région compte, en matière de production alimentaire, une dizaine d'établissements agricoles, principalement dans les secteurs de Villebois et Valcanton soit l'Abitibi-Ouest. Ces établissements font l'élevage de bovins, alors que l'éventail de la production végétale comprend les céréales, les fourrages, les bleuets en milieu forestier et la pomme de terre à Chapais. Même si l'agriculture commerciale n'est guère importante en Jamésie, les différentes planifications stratégiques des villes et localités la présentent comme un secteur prometteur pour stabiliser une économie régionale axée sur l'exploitation des mines et des forêts. À la page 12 du document *Le développement de l'agriculture et de l'agroalimentaire dans le Nord-du-Québec : une avenue prometteuse pour l'avenir de la région* (2007), la Conférence régionale des élus de la Baie-James fait les recommandations suivantes :

- 1- Reconnaissance de la région Nord-du-Québec/Baie-James comme étant une région agricole à part entière ;
- 2- Mise en place d'un programme d'aide financière pour le drainage et la préparation de terrain en terres argileuses ;
- 3- Mise en place d'un programme d'aide financière pour la remise en culture ;
- 4- Modulation des normes de certification biologique
- 5- Révision du zonage.

Une dizaine d'années plus tard, selon les rapports annuels 2017-2018 et 2018-2019 de l'Administration régionale de la Baie-James, la priorité annuelle en matière agroalimentaire était de « [t]enir compte des enjeux territoriaux et des intérêts des Jamésiens, notamment pour les questions des ressources naturelles, de transport, de l'industrie minière, du tourisme et de l'agroalimentaire ». Actuellement, les priorités annuelles (2019-2020) sont de renforcer

---

<sup>5</sup> Exemple : Ministère de l'Environnement, de la Lutte contre les changements climatiques, de la Faune et des Parcs (2023). *Portrait régional de l'eau, Nord-du-Québec (Région administrative 10)*. Disponible à <https://www.environnement.gouv.qc.ca/eau/regions/region10/index.htm> [cité le 10 juillet 2023].

la culture entrepreneuriale et d'innovation, notamment dans le domaine agroalimentaire. Pour certains producteurs agricoles rencontrés, le développement de l'agriculture et sa rentabilité représentent des défis et des enjeux liés au climat nordique ainsi qu'à l'éloignement des grands centres. Néanmoins, ces producteurs, des citoyens ainsi que des spécialistes en la matière proposent des initiatives ainsi que des solutions aux défis vécus.

Lors des entrevues, deux initiatives en matière de production alimentaire ont été mentionnées, soit l'exploitation de la cueillette de champignons et la production en serre. Selon les entretiens avec des spécialistes en production alimentaire que nous avons rencontrés, la cueillette des champignons et autres produits forestiers non ligneux déjà présents dans la forêt pourrait être une activité économique comme l'est celle des bleuets. Cependant, ils précisent que les champignons sont fragiles et que le renouvellement des espèces dépend de la préservation du milieu naturel. En outre, la méthode de renouvellement de certaines espèces est encore à l'étude. Deux personnes œuvrant dans le domaine précisent qu'il faut réfléchir au développement économique en fonction de la préservation de la qualité des champignons, de leurs grades et du maintien de la ligne de froid nécessaire à leur conservation. Les limites territoriales sont également un enjeu puisque certaines terres sont publiques et d'autres privées. Un autre spécialiste précise qu'il est indispensable qu'il y ait une planification préalable :

[...] Et il y a aussi l'effet de... quand les gens découvrent des talles, ils veulent garder l'endroit secret, alors on n'est pas rendus comme en France où les gens crèvent les pneus des voitures pour pas... pour dissuader les gens d'aller en forêt. Mais on a quand même... on sent quand même qu'il commence à y avoir de la concurrence au niveau de trouver les bons spots de produits.<sup>6</sup>

Une réflexion et un plan de développement pour l'exploitation de cette ressource, et de celles qui apparaîtront à l'avenir, sont nécessaires dans une perspective de développement durable, selon ces informateurs. Cette réflexion doit inclure la rentabilité de cette activité économique, la préservation de la ressource et les relations avec les Premières Nations. Un autre spécialiste rencontré propose :

[...] Et il y a des communautés crie qui veulent développer aussi des entreprises de PFNL<sup>7</sup>, [...]. [...] à quoi ça ressemble les plans de développement de PFNL, c'est qu'on commence par faire une cartographie du territoire pour trouver les habitats de chaque espèce potentiellement exploitable. Ensuite, après la cartographie, on voit si effectivement il y a beaucoup ou pas d'habitats propices. Ensuite, il y a une première année terrain où on va explorer, on fait du dénombrement. Donc, par exemple, on va compter le nombre de champignons dans les sites qu'on a ciblés par la cartographie. Et ensuite, l'année d'après, c'est vraiment une année où on va aller sélectionner les sites qui sont les plus productifs

---

<sup>6</sup> Nous avons choisi de ne pas numéroter les entrevues pour préserver la confidentialité des personnes. Le cumul de 2 à 3 citations par personne participante pourrait donner trop d'information sur l'identité et briser la confidentialité.

<sup>7</sup> Il s'agit des produits forestiers non ligneux.

sur le territoire et on va aller cueillir. Ensuite, on ramène la cueillette, on pèse le poids frais, poids sec, après conditionnement. Et ensuite on évalue si c'est rentable de démarrer une entreprise. [...]

En somme, l'exploitation commerciale des champignons forestiers ou des produits forestiers non ligneux reste à définir. La planification du territoire, les usages et l'encadrement sont nécessaires pour préserver la ressource dans le temps. On doit aussi favoriser la recherche et le développement d'une culture entrepreneuriale cohérente avec les communautés crie.

Pour ce qui est de la production agricole, les discussions sont partagées entre la production directement en terre et celle réalisée en serre. De manière générale, les spécialistes rencontrés suggèrent que ce développement de la production agricole s'inspire des communautés autochtones qui ambitionnent de devenir autonomes sur le plan alimentaire. Ils énumèrent les moyens déployés pour y parvenir : la mise en terre de semences qui résistent au climat rigoureux du Nord, la construction de serres communautaires et le développement des compétences en agriculture pour les gens des communautés crie. En amont de ces moyens pour contribuer à l'autonomie alimentaire des communautés crie, les serres communautaires sont financées par un organisme public et un conseil de bande qui offre un soutien financier étalé sur cinq ans. De plus, un soutien technique est offert par un organisme compétent en la matière ; en outre, un plan d'agriculture communautaire ainsi qu'un plan d'agriculture urbaine sont disponibles. En résumé, lors des entretiens, les informateurs mentionnent l'importance d'une planification et d'une vision du développement du secteur agricole ainsi que celle d'un soutien financier et technique. Parallèlement, selon des documents administratifs en lien avec différentes planifications de développement territorial de la Jamésie, un Plan de développement de la zone agricole est en préparation depuis quelques années (ex : Administration régionale de la Baie-James, 2017). Ce plan est important puisque selon certains spécialistes en développement du secteur agricole que nous avons interviewés, il faut éviter les conflits d'usage entre l'agriculture et les exploitations minières et forestières. Par exemple, un d'entre eux mentionne que certaines terres agricoles sont achetées pour vendre le bois et non à des fins de production alimentaire.

Dans la localité de Villebois, une serre communautaire est fonctionnelle. Cette serre vise le développement de compétences professionnelles en agriculture à l'aide d'un programme qualifiant, le développement de compétences personnelles avec des activités de formation pour des citoyens, la rentabilité grâce à la vente des récoltes et l'aide alimentaire aux organismes communautaires par des dons. Pour concevoir ce projet de serre, un employé d'un organisme à but non lucratif s'est occupé de la demande de subvention, a mobilisé différents acteurs politiques, institutionnels et communautaires, a recruté les enseignants et a participé à la logistique de la construction. Pour illustrer comment il s'y est pris pour mobiliser les acteurs politiques, il dit :

[...] bien, je l'ai offert aux deux municipalités : Valcanton et Villebois, et Villebois ils ont embarqué dans le projet, ils ont trouvé que c'était une bonne idée d'avoir une serre, parce que c'est quelque chose aussi qu'on peut annexer beaucoup de projets à ça, redynamiser le milieu, avoir de la vente de fleurs, même pour les

personnes âgées, avoir des activités. C'est quelque chose qu'on trouvait de communautaire beaucoup aussi.

Ensuite, le partenariat avec la municipalité est abordé comme suit selon une professionnelle d'un organisme communautaire également impliquée dans le projet de serre :

Bien, c'est plus une collaboration des deux, dépendamment de qu'est-ce que... au niveau décisionnel, bien, nous on leur propose des choses, eux ils nous reviennent avec des... bien, nous on voit ça comme ça. Mais nous, en étant dans le communautaire, bien, on voit ça autrement et peut-être que ça serait plus enrichissant si on faisait ça de cette façon-là. Mais ils ont quand même le dernier mot parce que les coûts, c'est eux autres qui les absorbent. Au niveau de la localité, ils ont des coûts par rapport à ça, là, alors... mais leur implication est vraiment... c'est vraiment génial, on sent beaucoup la proximité des élus là-dedans qui sont très... comment je te dirais... sensibles à ce qui se passe dans la localité pour les besoins comme de la serre qui vont s'ensuivre au niveau des projets futurs qu'on va avoir pour ça.

Les coûts sont similaires pour cette serre et celle qui se trouve dans une communauté crie. À l'achat, les serres ont coûté entre 100 000 \$ et 125 000 \$. Les coûts de chauffage pour 3 saisons peuvent s'élever à 2 000 \$ par année. Selon un organisme local à but non lucratif, il existe peu de données sur la rentabilité de ces projets de serres et sur les expériences vécues pendant leur déroulement. Par ailleurs, certains citoyens rencontrés jugent avec scepticisme ce genre de projet de grande envergure si l'on prend en compte la population restreinte et la disponibilité incertaine des étudiants et de la main-d'œuvre. Notons également qu'un projet de serre est en préparation à Radisson. Ce projet est piloté par des citoyens qui désirent améliorer l'accès physique et économique à des légumes frais pour les gens de la localité. Selon certains citoyens, des élus ambitionnent de vendre des fruits et des légumes frais à un plus vaste territoire, contrairement à l'objectif prôné par ces citoyens. Les principaux défis mentionnés par ce groupe de citoyens semblent être d'ordre technique puisqu'ils doivent produire un plan d'affaires et négocier la mission de leur organisation tout en recevant peu de soutien des instances municipales.

Pour des acteurs économiques comme les producteurs agricoles et les professionnels de soutien, le développement du secteur agricole est un défi en soi. Ce défi est accentué par certaines lacunes liées à la main-d'œuvre (les compétences de gestion et techniques) et au marché (l'éloignement des grands marchés). Toutefois, pour chaque défi, les professionnels rencontrés apportent des pistes de réflexion et partagent des points de vue quant à l'interdépendance qu'ils ont avec les autres acteurs.

À propos du défi que pose le développement du secteur agricole, un informateur propose que les organisations publiques qui veulent soutenir le développement de l'agriculture puissent commencer par aider les entreprises agricoles existantes afin de consolider les acquis. On pourra, par la suite, réfléchir au développement de nouvelles entreprises. Il propose même que les entrepreneurs déjà établis puissent, à leur tour, accompagner les néoagriculteurs et devenir des mentors :

[...] C'est coute les gens qui veulent se partir en agriculture, mais ce n'est tellement pas facile, il y a tellement d'investissement à faire pour les infrastructures, que je pense que d'aider ceux qui sont en place à se solidifier et après ça de peut-être mettre des projets de copilote avec ces producteurs-là pour aider, mais déjà de leur offrir des programmes pour les aider [...]

Certains professionnels du milieu agricole ont émis des réserves concernant les connaissances et l'efficience de la gestion des projets en matière de développement des entreprises de ce secteur. Ils conseillent aux organismes publics d'effectuer une révision des processus administratifs pour offrir un soutien optimal et rapide aux entrepreneurs actuels et futurs. Dans le cadre de ces processus de gestion, les questions liées aux lois et à la reconnaissance de l'agriculture comme activité économique devraient également être éclaircies puisque le territoire jamésien est public à 90 %. Selon les propos des personnes participantes, ces questions sont majeures. Un agriculteur rencontré, qui possède une entreprise agricole sur une terre publique, indique qu'il doit la louer et s'assurer de la superficie dont il a besoin dans une perspective de long terme. Pour lui, la cohabitation avec les secteurs forestier et minier comporte des enjeux quant à la gestion des terres du territoire. Il ajoute que l'instance régionale responsable de la gestion des terres doit s'assurer d'une utilisation harmonieuse des usages de la terre afin que les activités ne se nuisent pas. C'est pourquoi le dépôt d'un Plan de développement de la zone agricole doit être déposé sous peu, s'il faut en croire différentes planifications stratégiques. En ce qui concerne la reconnaissance de l'agriculture dans le Nord-du-Québec, certains mentionnent que l'absence d'un bureau régional du ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec (MAPAQ) fait en sorte qu'ils ne peuvent profiter de certains programmes de soutien et que, de plus, ceux-ci ne sont pas toujours adaptés à la réalité nordique.

En ce qui a trait à la main-d'œuvre, des acteurs économiques rencontrés en entrevue mentionnent qu'il est nécessaire d'améliorer les compétences en gestion des entrepreneurs agricoles. Un informateur souligne que certaines localités à proximité de la Jamésie offrent des formations aux agriculteurs :

Oui, la formation [...] <sup>8</sup> offre présentement [...] <sup>9</sup> a avec un agriculteur, mais pas du secteur du Nord, du secteur de l'Abitibi dans lequel [...] <sup>10</sup> travaille là-dessus justement. Alors [...] <sup>11</sup> l'aide à se former au niveau de la tenue de livres en premier temps et ensuite à comprendre ses états financiers et de faire ses calculs de coûts de revient. Mais pas dans le Nord.

Il ajoute que les recherches sur les coûts de revient sont une lacune pour le développement du secteur agricole puisqu'aucune culture n'est ciblée :

---

<sup>8</sup> Modification de la citation pour préserver l'anonymat de la personne et de l'entreprise.

<sup>9</sup> Idem.

<sup>10</sup> Idem.

<sup>11</sup> Idem.

Bien moi, c'est là où je trouve qu'il y a peut-être un manque, c'est que tant qu'à moi il y a vraiment une bonne analyse coûts engendrés versus les profits et le prix qu'on peut demander quand on vend le produit, parce qu'on s'entend qu'en étant aussi éloigné que ça, je veux dire... si je prends exemple la ferme la plus au nord, bien, au niveau de superficie de récolte, bien, ça prend plus grand pour faire la même production que si on est dans le sud du Québec. Parce que la période d'été est plus courte, la période de récolte est plus courte, alors c'est sûr qu'il y a des coûts engendrés à ça, donc si c'est une grande superficie à récolter, bien, le coût du carburant, le coût de la machinerie deviennent plus élevés. [...] Moi je ne le sais pas, j'ai un petit bémol à ce niveau-là parce que c'est beau de vouloir créer, mais il faut être capable de vendre le produit et de faire un profit.

Actuellement, certains agriculteurs se débrouillent avec des formations d'appoint lors de colloques ou séminaires ou avec l'aide d'un membre de la famille. Une autre personne mentionne qu'elle a une entreprise agricole prospère parce qu'elle a acquis certaines compétences entrepreneuriales dans le cadre de ses expériences professionnelles antérieures. Elle ajoute que sans cette expérience, il aurait été difficile d'être aussi bien organisé. Questionnés sur le partage des connaissances entre les entrepreneurs agricoles dans le Nord-du-Québec, plusieurs participants disent qu'ils ne se rencontrent pas et ne s'entraident pas dans leur développement. Pour ce qui est de la source de leurs compétences techniques en agriculture, des informateurs mentionnent posséder une formation scolaire en gestion agricole qui les a aidés au cours des premières années. Par la suite, pour approfondir leurs connaissances, ils ont organisé des rencontres informelles entre producteurs pour échanger sur les bonnes pratiques, ce qui indique qu'il y a malgré tout des collaborations entre producteurs. D'autres informateurs réalisent des partenariats avec des centres de recherche et consultent Internet. Certains mentionnent que la difficulté de recourir aux services de spécialistes qui connaissent des techniques alternatives en agriculture peut freiner leur innovation. Et que lorsqu'ils y ont accès, c'est pour se rendre compte que peu d'entre eux saisissent les particularités des conditions nordiques. Autre désavantage, pécuniaire celui-ci, devant l'impossibilité de suivre des formations à distance, ils doivent assumer des frais de déplacement élevés.

Le manque de main-d'œuvre est également problématique pour certains producteurs agricoles. Voici ce que confiait à ce sujet une personne spécialisée dans le développement du secteur agricole :

[...] Parce qu'il n'est pas facile à trouver, la main-d'œuvre [...] n'est pas capable de concurrencer les salaires de mine, là, c'est impossible. Et ça, c'est une grosse problématique en région, avec les mines, les salaires sont tellement élevés que dans toutes les sphères, ce n'est pas juste au niveau agricole, c'est dans tout, tu as de la misère à trouver de la main-d'œuvre compétente, alors... Si tu n'es pas capable de trouver de la main-d'œuvre compétente, bien tu t'organises pour t'autosuffire avec toi-même, ton équipe dans le fond.

On le voit, pour certains agriculteurs, il est impossible de concurrencer le salaire offert dans les usines et les mines. Pour pallier cette difficulté, ils doivent limiter leur croissance lorsque tous les actionnaires sont capables de se payer un salaire décent et ont un horaire suffisamment chargé. Ils font aussi usage d'outils mécaniques pour augmenter la cadence de travail. D'un autre côté, selon une professionnelle d'un organisme à but non lucratif :

Bien souvent, les jeunes femmes elles s'accotent... on a beaucoup... ici il y a beaucoup de mineurs, ça a des bons salaires et tout et ça gagne bien leur vie et des fois les jeunes femmes se retrouvent avec ces gars-là, se font faire un bébé et elles sont lâchées. Bon, elle se retrouve toute seule, pas scolarisée. Je trouve ça de valeur, il n'y en a pas des tonnes là, c'est pas la majorité, mais moi-même s'il y en avait juste une, je trouve que c'est une de trop.

Sans nécessairement sous-entendre que l'implication des femmes est l'unique solution, cette personne suggère de réfléchir à la promotion par la formation et à l'implication potentielle des femmes dans l'agriculture. La formation qu'elle propose est celle de la serre de Villebois. Par ailleurs, certains citoyens et professionnels dénoncent le faible nombre de garderies pour s'occuper des enfants d'âge préscolaire, ce qui gêne l'entrée des femmes dans les milieux de travail et dans les établissements scolaires.

Concernant l'éloignement des grands marchés, un producteur agricole mentionne :

Bien, un moment donné, c'est le besoin alimentaire aussi qui nous freine, là. Si on est... en joke on dit qu'on est la ferme le plus au nord du Québec, alors le transport on connaît ça payer du transport nous autres, là. Alors, si on voulait avoir 500 vaches, oui sûrement qu'on réussirait à écouler les veaux, mais on n'aura pas assez de fourrage pour les alimenter. Alors il faudrait tout importer ça, alors...

Un autre participant indique : « En fin de compte ce ne sont pas les acheteurs qui nous freinent, c'est notre place, notre situation en fin de compte. Notre situation géographique ». De manière plus précise, un producteur insiste sur ce point :

On n'a jamais vérifié et le problème c'est l'abattoir. Là, il y en a un à Saint-Hyacinthe et un en Ontario peut-être, mais ils en ont fermé deux en Ontario cet hiver. Alors là, ça vient un problème ça, l'abattage. Et on s'entend qu'envoyer ton animal à Saint-Hyacinthe se faire abattre, après ça tu ramènes la carcasse dans le nord du Québec, bien il y a un coût rattaché à ça, là.

Un autre renchérit : « Bien oui. Et là, ton empreinte carbone remonte en maudit ta livre de viande, là ! ».

La proposition de ces producteurs serait d'étudier le développement de marchés locaux stables même si cela ne règlera pas les questions du prix et de l'accès. Par exemple, si un producteur de bovins dans le Nord-du-Québec vise un développement commercial, la nécessité d'avoir accès à du foin à bon prix et en grande quantité pose deux défis ; par la suite, un troisième défi sera la création d'un abattoir et d'un centre de débitage locaux. En résumé, l'exemple des éleveurs de bovins montre que si certains veulent favoriser le développement



de ce secteur et être concurrentiels, il faudra nécessairement analyser la présence de producteurs de foin avoisinants et l'accès au marché. À titre comparatif, un service d'abattage est offert à La Sarre, ville ayant une population similaire à Chibougamau, avec la Boucherie Des Praz. Cet exemple montre bien l'interdépendance entre les acteurs économiques.

Le même constat est partagé par un producteur végétal. Il ajoute que le faible nombre d'entreprises agricoles a un impact sur l'absence de commerces connexes. À titre d'exemple, il souligne que l'absence de commerces qui vendent des pièces de rechange pour son tracteur engendre des délais pour la commande et la livraison des pièces dont il a besoin. De plus, il doit faire les réparations lui-même parce qu'il n'y a pas de spécialiste en la matière dans les environs. Dans le même ordre d'idées, afin de souligner le manque de personnel compétent, une professionnelle en développement du secteur agricole donne cet exemple :

Et peut-être que d'avoir aussi... pas des ingénieurs, mais des agronomes, avoir accès à des agronomes qui viennent les aider à mettre en place les projets, ça pourrait aider. Parce que ça, c'est une autre des problématiques qu'ils ont en région. Et si tu vas vers les animaux, bien il n'y a plus de vétérinaire.

On peut en conclure que le développement des marchés locaux exige une planification des processus de gestion territoriale des entreprises agricoles et de celles qui leur sont liées.

Pour finir, un dernier élément qui peut entraver le développement de l'agriculture dans le Nord-du-Québec est le manque de terrains disponibles. Une personne questionnée sur son intérêt à faire de l'agriculture commerciale souligne :

C'est le rêve de mon chum, mais en venant ici, il a été un petit peu aboli ; si on rêve disons, on ne pourra pas faire ça. Bien, peut-être qu'on achètera un terrain, mais là on voulait acheter le terrain qui a brûlé à l'écurie, sauf que ça s'achète pas le terrain ici, c'est loué par année, mais tu peux te bâtir ta petite cabane. Sauf qu'on a posé la question si on pouvait avoir autre chose que des chevaux et ils ont dit non, alors ça nous a comme fermé la porte, là.

Cette courte expérience peut mettre en lumière la pertinence d'avoir une vision claire du développement de la zone agricole. Les producteurs et spécialistes interviewés ont insisté sur le besoin de reconnaître l'agriculture comme une activité économique, de favoriser le développement de compétences administratives et techniques et de réfléchir aux processus « de la fourche à la fourchette » pour les marchés locaux.

### **Les distributeurs**

Les distributeurs sont les gens qui travaillent à la vente de produits alimentaires. Comme nous l'avons mentionné dans la section méthodologique, peu d'entre eux ont participé aux entretiens. La cause en est la situation de la COVID-19, période pendant laquelle les épiciers vivaient d'importants défis sur les plans de l'approvisionnement et de l'organisation des mesures sanitaires. Cependant, nous avons pu réaliser des entretiens avec des employés, des professionnels d'organismes communautaires ainsi que des citoyens. Leurs propos

permettent de cerner des stratégies, des enjeux et des occasions de développement ainsi que des interdépendances avec d'autres acteurs.

De manière générale, les villes et localités de la Jamésie possèdent presque toutes un point de vente de denrées alimentaires. La ville de Chibougamau possède deux épiceries, une de grande surface (MAXI) et l'autre plus petite (IGA). Le propriétaire de cet IGA détient également le Marché Tradition de Chapais. La distance entre les épiceries de Chibougamau et de Chapais est d'un peu plus de 40 kilomètres. Pour Matagami, il s'agit d'un Bonichoix. Pour Lebel-sur-Quévillon, la bannière est Provigo. Pour les localités de Valcanton et Villebois, une seule épicerie a pignon sur rue à Valcanton, comme illustré à la figure suivante.

**Figure 3. L'Épicerie J. P. Dufresne (Valcanton)**



Source : Google Map

Considérant qu'il ne s'agit pas d'une bannière commune, la photo permet de constater la grandeur du commerce. Selon un participant à la recherche, cette épicerie est le dernier arrêt alimentaire et d'essence au nord de La Sarre jusqu'à la Baie-James, sauf pour Normétal et Dupuy. Une résidente qui participe à la recherche décrit ainsi l'épicerie :

Si tu regardes ce qui est nourriture sèche, le cannage, les pâtes, ces choses-là, je te dirais que c'est très comparable à [...]. C'est pour ça que je fais l'effort d'acheter toutes mes choses que je peux à Val-Paradis<sup>12</sup>. Alors ça, je te dirais que c'est pareil. Où il y a une différence, c'est la viande et les fruits et légumes et la viande, je te dirais que si elle n'est pas en spécial, c'est le même prix qu'à notre épicerie, c'est juste parce que tu as plus de variété. Au dépanneur, à Val-Paradis, tu vas avoir un format de steak haché et un format de tournedos poulet.

Selon certains citoyens, les publicités des épiceries pour certains aliments sont affichées sur une plateforme gratuite de l'application Facebook et elles peuvent être économiquement intéressantes. La clientèle est composée surtout des résidents et des touristes de la chasse et de la motoneige. Pour ce qui est de Radisson, l'épicerie appartient à une bannière Northern qui possède son siège social à Winnipeg. De ce fait, les employés font uniquement la gestion quotidienne. La figure suivante présente l'épicerie de Radisson.

---

<sup>12</sup> Valcanton est la fusion des localités de Val-Paradis et de Beaucanton.

**Figure 4. L'épicerie Northern de Radisson**



Source : Google Map

Selon des résidents, le prix par rapport à la variété et à la qualité des denrées est trop élevé. Outre la superficie de ces commerces, selon les propos d'employés et d'intervenants communautaires, seules les personnes responsables des achats du Marché Tradition de Chapais et de l'Épicerie J. P. Dufresne possèdent une certaine marge de manœuvre pour soutenir les achats des organismes communautaires qui offrent des repas. Les autres marchés d'alimentation doivent respecter un protocole d'achat basé sur les ventes passées.

Considérant la présence de ces commerces dans presque toutes les villes et localités de la Jamésie (sauf à Villebois), les organismes communautaires qui réalisent des projets en sécurité alimentaire doivent être soucieux de l'impact qu'ils peuvent avoir sur le chiffre d'affaires de ces commerces. Certains intervenants ont tenté de faire des projets comme des jardins communautaires, de la vente de plants de légumes, etc., mais quelques commerçants ont démontré un certain mécontentement. Néanmoins, de tels projets existent, comme les stands ponctuels de vente de fruits et de légumes et la vente de plants de fruits à Lebel-sur-Quévillon et Matagami. Un stand est issu de l'initiative d'une personne qui a décidé de se procurer une grande quantité de fruits et de légumes à Montréal pour les vendre dans sa ville. L'autre stand est un partenariat entre un organisme communautaire et des agriculteurs de l'Abitibi-Témiscamingue. Les plants vendus sont des framboisiers, des groseilliers, des camérisiers et, une année, des canneberges. Pour réaliser ce projet, les partenariats sont multiples : un a été établi avec un organisme public pour le financement, un autre avec un organisme communautaire pour la gestion et un dernier avec des citoyens pour le soutien à la logistique.

De manière générale, une source d'alimentation est présente dans chaque ville et localité de la Jamésie. Certains de ces commerçants collaborent avec les organismes communautaires lorsqu'ils le peuvent. Deux initiatives de distribution alimentaire ont vu le jour soit la tenue d'un stand de vente de fruits et légumes durant la période estivale, et la vente de plants. Pour les organismes communautaires, le défi consiste en la complémentarité des services avec ces commerçants afin d'éviter de les concurrencer. Enfin, pour que ces épiceries soient en mesure d'offrir des aliments, les transporteurs doivent être présents.

### **Les transporteurs**

Sur le territoire de la Jamésie, les compagnies de camionnage mentionnées lors des entretiens sont principalement Kepa Transport, Sobeys et Ben Deshaies. Selon le site Internet de Kepa

Transport<sup>13</sup>, cette compagnie appartient aux communautés crie de Chisasibi et de Wemindji et se spécialise dans le transport général partout au Canada, dont le territoire de la Jamésie. Elle est située à Val-d'Or et elle effectue de nombreux voyages à Radisson. Selon des citoyens de ce secteur qui ont participé à la recherche, cette compagnie accepte de transporter des aliments qu'ils commandent en groupe à une épicerie de Val-d'Or. Le processus est simple : des citoyens forment un comité, font leurs achats en ligne et concluent une entente contractuelle avec la compagnie de transport.

Une autre compagnie présente sur le territoire de la Jamésie est Ben Deshaies. Selon son site Internet<sup>14</sup>, cette compagnie vend et fait la livraison de denrées alimentaires par camion, bateau, avion et train. Selon des informateurs, cette compagnie dessert diverses entreprises telles que les restaurants, les hôtels/motels et les cafétérias des compagnies. Pour ce qui du camion Sobey's, certains citoyens mentionnent qu'il dessert les épiceries de Chibougamau sur une base régulière.

Un autre camion qui circule trois fois par semaine dans les différentes villes et localités de la Jamésie est celui appartenant au Centre régional de santé et de services sociaux de la Baie-James. Le CRSSSJ possède un entrepôt à Chibougamau puisque les achats sont centralisés. À la question concernant l'utilisation de ce camion au maximum de sa capacité, un informateur répond :

Non. Ah non ! Pas du tout. Non, non, parce qu'il n'y a pas juste de la nourriture là, ils nous amènent de la lingerie propre parce que notre buanderie est maintenant centralisée à Chibougamau depuis quelques années, la pharmacie aussi. Alors ils nous desservent en médicaments, en lingerie, en toutes choses-là je vous dirais, en matériel informatique. Si on commande du papier pour les imprimantes, ça va arriver de cette façon-là. Ils vont nous monter aussi de l'équipement, si j'achète une civière, elle va être livrée à Chibougamau et Chibougamau vont me l'envoyer par ce transport-là. La stérilisation aussi, depuis cinq ans environ, notre stérilisation est centralisée à Chibougamau.

Par la suite, en discutant de l'utilisation optimale de ce camion pour des besoins alimentaires pour des petites entreprises ou des organismes communautaires, la personne raconte que ce serait une piste à analyser ultérieurement.

### **Les transformateurs**

Lors des discussions avec les acteurs économiques, aucune entreprise de transformation alimentaire n'a été mentionnée. Certaines organisations vendent du thé du Labrador en sachets et des champignons séchés. Les établissements d'hébergement, les restaurants, les centres de services hospitaliers, certaines épiceries et certaines grandes entreprises semblent posséder des cuisines commerciales. Chacun possède une cuisine et son propre réseau d'approvisionnement alimentaire. Ces réseaux n'ont pas été inclus dans la recherche, la situation de la COVID-19 prenant le plus clair de leurs énergies. De plus, lors des rencontres

---

<sup>13</sup> Kepa Transport. Disponible à <http://www.kepatransport.com/fr/> [cité le 10 juillet 2023].

<sup>14</sup> Ben Deshaies. Disponible à <https://www.bendeshaies.com/fr/> [cité le 10 juillet 2023].

préparatoires, l'accès à ce genre d'installation n'a pas été signalé par les personnes participantes. La seule mention notable faite au cours de ces entretiens préliminaires a concerné les installations culinaires des centres de services hospitaliers pour savoir si elles pourraient éventuellement soutenir les organismes communautaires. Ce soutien permettrait une augmentation de la productivité à des fins de distribution à des personnes dans le besoin. Lors d'une présentation sommaire des données de cette recherche, un professionnel du CRSSSBJ a mentionné que cela a déjà été fait dans le passé et que les gens n'appréciaient pas l'idée d'avoir de la nourriture provenant d'un hôpital. Cette même réflexion a fait l'objet d'une discussion avec une épicerie qui offre des repas. Au souvenir de l'employé, aucune approche n'a encore été faite et la faisabilité serait à discuter, surtout en ce qui concerne les coûts.

### **Les acteurs publics et communautaires**

Lors des rencontres préparatoires à la collecte d'informations, des intervenants d'organismes communautaires ont présenté leurs services et raconté leur quotidien. Des organisateurs communautaires ont également participé aux discussions. En plus de leurs préoccupations à l'égard des mangeurs, ces professionnels se questionnent sur la manière dont les organismes communautaires et les services publics pourraient améliorer leur approche auprès des personnes qui vivent des situations précaires sur le plan financier ou psychologique, les bons coups qui pourraient être répétés par d'autres et les perceptions des usagers à l'égard des services qu'ils reçoivent. Des professionnels œuvrant au sein des écoles primaires et des centres de formation professionnelle ont aussi participé aux entrevues. Ces entretiens centrés sur les services alimentaires développés portaient sur les besoins initiaux et les phases de développement des interventions réalisées. Ces propos sont présentés dans la section suivante. Par la suite, il sera question des organismes communautaires qui œuvrent en sécurité alimentaire. On y traitera des caractéristiques des clientèles, des manières dont les usagers obtiennent leurs informations et des sentiments qu'ils éprouvent à l'égard des services qu'ils reçoivent. Cette section se termine par l'implication des organismes publics subventionnaires.

### **Les écoles**

Dans les écoles primaires et secondaires ainsi que dans les centres de formation professionnelle, les services de type alimentaires communautaires comprennent les petits déjeuners, les soupes-repas et le jardinage. Pour des professionnels de ces établissements, le lien entre l'alimentation et la disposition de la personne à l'apprentissage est évident. En outre, certaines initiatives sont également intégrées au programme scolaire pour développer de nouvelles compétences chez les étudiants. Par exemple, à Matagami, l'école primaire s'est dotée de bacs pour faire pousser des pommes de terre.

Une personne impliquée dans le projet explique :

[...] Évidemment, ça l'a été des patates, ce qui est le plus facile et c'est ce qui demande le moins d'entretien parce que quand on plante des patates, on s'entend que par la suite, il faut quand même arroser, enlever les mauvaises herbes, avoir

quand même une certaine surveillance aussi. Parce que tout se fait durant l'été lorsque les élèves ne sont pas là, alors c'est pour ça qu'il faut avoir quand même un partenariat. On a réussi à avoir un partenariat avec la ville, eux ce qu'ils font c'est que normalement quand ils viennent arroser des fleurs, des parterres, tous leurs espaces verts, bien, ils en profitaient avec le partenaire qu'on a eu avec l'école pour venir arroser nos bacs à patates durant l'été en même temps. Et cette personne-là, bien, étant donné qu'elle travaillait un peu dans les projets floraux et, etc., bien, elle venait aussi jeter un œil de temps en temps [...]. Et le but était évidemment à la longue de pouvoir planter d'autres choses, dont des carottes, des radis, tout ce qui se plante quand même bien. Parce qu'on est quand même un secteur où l'été peut être court et froid, alors pas très propice pour la production maraîchère. Mais ça reste que le but était de leur démontrer, faire un petit peu d'éducation aussi et de faire un projet avec chaque groupe de classe pour la production de légumes.

Questionné sur l'opinion des enseignants à l'égard de ce projet, il répond :

Bien, ils ont trouvé ça vraiment intéressant, parce que c'est tout le avant, la préparation, l'explication ; ça devient vraiment un projet pédagogique en plus, alors c'est vraiment [...]. Alors, ça vient aussi... il y a un lien d'appartenance qui se développe en lien avec la pousse et la plantation.

Il est important de noter que selon un agriculteur de la région, la pomme de terre est bien adaptée au climat et au sol de la Jamésie. Par ailleurs, le professionnel de l'éducation participant à la recherche suggère qu'avant de proposer davantage de services alimentaires, travaille avec son équipe à revoir la politique alimentaire (p. ex. : élargir la gamme d'aliments permis) et les règlements de l'école (p. ex. : donner plus de temps aux étudiants pour manger des collations soutenant) afin de permettre aux étudiants d'améliorer leur alimentation en fonction de leurs goûts. L'autre option d'une école secondaire est l'organisation des petits déjeuners pour les étudiants de tous les niveaux. Cette activité est réalisée dans le cadre d'un projet d'entrepreneuriat avec des étudiants de cinquième secondaire. Chaque année, les étudiants de ce niveau doivent réaliser un projet d'entrepreneuriat, dont celui des déjeuners. Les jeunes qui choisissent ce projet doivent s'occuper de la planification, des achats, des finances et de la prestation du service pendant 42 semaines pour tous les étudiants de l'école.

Le professionnel précise :

Et ça arrive souvent qu'on a l'aide de la nutritionniste au centre de santé qui vient nous préparer un smoothie un certain matin, on choisit vraiment des places dans l'horaire où la nutritionniste vient faire un smoothie ce matin-là, qui est un produit un peu plus soutenant avec des toasts qui ont été faits par des jeunes de l'entrepreneuriat [...].

Pour ce qui est de l'école primaire Beauvalois, où l'indice de milieu socioéconomique (IMSE) (Ministère de l'éducation, 2018)<sup>15</sup> est à 9 sur 10, la situation est différente. Un professionnel de cette école présente le service de soupes pour tous :

Bien, dans le fond, c'est un organisme communautaire qui est à VVB<sup>16</sup> qui n'était quand même pas loin et avec l'aide de Québec en forme<sup>17</sup>, qui existait auparavant, qui a été repris encore par d'autres organismes, qui est venu nous offrir... c'était une possibilité d'avoir une soupe soutenante. Parce que tous les jeunes chez nous à VVB peuvent pas quitter à la maison parce qu'il y a pas de transport scolaire, alors ils sont obligés de dîner à l'école et là en regardant les boîtes à lunch, et on est quand même un réseau très défavorisé à VVB, on s'est aperçu qu'il y a certains jeunes qui avaient peu à manger ou même ce qu'ils avaient à manger des fois, genre comme un pack où on voit des... je ne me rappelle plus comment on appelle ça, [...], bien on s'est aperçu un moment donné que même si on appelait le parent, bien le parent disait... bien c'est tout ce que je suis capable d'offrir à mes enfants [...].

Questionné sur le ciblage des jeunes pour offrir les soupes, il répond :

... elle est offerte à tous les élèves. On s'est dit... tant qu'à cibler quelques élèves qui malheureusement vont être pointés du doigt, on est bien mieux d'y aller at large, que la soupe soit offerte à tous les élèves qui dînent à l'école. Alors tous les jeunes ont droit à la soupe.

Concernant les réactions des parents, il dit :

Bien, on a eu les félicitations évidemment des parents qui disaient... bien, ça va être intéressant pour les jeunes qui... parce que les parents comme ils disent... moi je ne peux pas le savoir si mon jeune a encore faim après le lunch que je lui ai offert [...]. Alors le parent s'inquiète un peu moins à savoir s'il a eu assez de lunch dans sa boîte à lunch, est-ce qu'il a bien mangé, parce que ça aussi ça devient difficile à suivre pour le parent. Est-ce que mon jeune a mangé les deux sandwiches que je lui ai faits ou il a juste pris la soupe et au final il n'a pas mangé mes deux sandwiches parce qu'il ne me dit jamais qu'il ne les aime pas. Alors la soupe devient un peu un passe-partout intéressant pour tout le monde.

Pour ce qui est de l'impact de ce service sur les enfants, il explique :

[...] Mais oui, pour certains c'est clair qu'on a déjà vu des années où des élèves avaient une alimentation très pauvre soit en glucides ou en protéines et qu'avec la soupe, bien on venait pallier quelque chose d'intéressant et ils étaient... pas

---

<sup>15</sup> IMSE utilisée par le ministère de l'Éducation du Québec : proportion des familles avec enfants dont la mère n'a pas de diplôme et la proportion de ménages dont les parents n'étaient pas à l'emploi durant la semaine de référence du recensement canadien (2016)

<sup>16</sup> Il s'agit de Villebois, Val-Paradis et Beaucanton.

<sup>17</sup> Cet organisme s'appelle maintenant M361.

éveillés, mais ils étaient peut-être plus dégourdis dans l'après-midi face à l'apprentissage que si une personne aurait juste mangé un Jos Louis où c'est vraiment rapide l'effet du sucre sur un élève, et après ça on s'aperçoit qu'il a plus un endormitoire ou est moins concentré [...]. Mais moi je pense que la soupe en général est venue peut-être mettre un baume à ces effets-là qu'on ne voyait peut-être pas ou peu, ce n'est pas très perceptible au quotidien voir qui... cibler qui là.

Le professionnel des écoles de Valcanton et Matagami mentionne que ces projets s'ajoutent à celui de la distribution des collations du matin offert par l'organisme de participation des parents (OPP) :

Bien, ce n'est pas un petit déjeuner, c'est une collation qui est offerte. Ce qui veut dire que c'est l'OPP, c'est l'organisme... un peu comme des parents qui s'organisent avec du financement toujours de Québec en forme encore, qui offre une collation [...]. Alors, notre frigidaire est plein à toutes les semaines de collations que les jeunes viennent chercher au fur et à mesure [...].

Trois écoles de Chapais et Chibougamau offrent le service des soupes-repas aux élèves dans un réfrigérateur libre-service. Dans les écoles secondaires et primaires de Chapais, l'IMSE est de 10, ce qui représente le plus haut chiffre pour la défavorisation. De ce fait, une certaine cohérence entre les services alimentaires offerts et l'indice de milieu socioéconomique est observée.

Un autre projet alimentaire, mais avec des adultes en formation, était en cours depuis quelques semaines seulement avant la COVID-19. Ce projet consiste à fournir un déjeuner aux étudiants. Un professionnel de ce centre présente le projet :

[...] De 7 h à 8 h 30, du lundi au vendredi, il y a un frigo qui est barré en tout temps, en fait en dehors de ces heures-là, entre 7 h et 8 h 30, il est débarré pour les élèves et à l'intérieur il y a tout ce qu'il faut pour déjeuner sauf des œufs et du bacon, mettons on s'entend, c'est tout ce qu'ils peuvent faire de façon autonome [...].

Pour ce faire, une agente de bureau débarre chaque matin le réfrigérateur et une personne de l'Association des personnes handicapées embauchée pour travailler à l'école secondaire adjacente est prêtée les vendredis pour faire l'inventaire. Les lundis, l'agente de bureau et l'éducatrice vont faire les achats pour la semaine. Un deuxième service alimentaire existe et il consiste à accompagner les étudiants chez l'organisme communautaire qui offre des soupes-repas à faible coût. Un professionnel raconte l'historique de ce projet :

[...] Donc à chaque début de cohorte, moi, la direction puis l'éducatrice spécialisée ou la conseillère en information scolaire, on va rencontrer les élèves à chaque début pour présenter le code de vie, nous présenter, présenter les services du centre [...]. Donc là on s'est dit... bien on peut justement profiter de ce moment-là pour parler de Développement Chibougamau, qu'est-ce qu'il y a comme services pour pouvoir accompagner les nouveaux arrivants. Et ensuite, bien, on a



pensé aux organismes communautaires, entre autres, le Carrefour de la soupe parce que nos élèves qui arrivent, bien, généralement ils viennent et ils ont un budget pour leurs six mois d'études et ils ne travaillent pas [...]. Et en même temps, bien, il y a l'aspect que c'est encore stéréotypé que le Carrefour de soupe c'est juste les gens qui sont dans le besoin, c'est juste les gens qui sont pauvres qui vont là. Donc on voulait essayer de défaire un petit peu cette perspective-là pour que nos élèves puissent y aller et passer par-dessus ce stéréotype-là pour y aller. Donc on a fait venir aussi le Carrefour de la soupe à quelques reprises dans les activités qu'on faisait au centre [...]. Donc c'était surtout de démystifier cet aspect-là pour pouvoir les amener à bénéficier du service, parce que c'est encore... c'est ça, c'est très ancré de dire... mais là, le Carrefour de la soupe c'est juste le monde pauvre qui vont là et là...

Il précise : « [...] Donc le but, c'est de leur faire comprendre que c'est une alternative et non de dire... tu es identifié comme quelqu'un qui est à faible revenu parce que tu vas au Carrefour de la soupe ».

En résumé, lorsque dans une ville ou localité il n'y a pas d'organisme communautaire, il semble plus difficile pour une école d'offrir ces services parce qu'elle n'a ni les budgets, ni les ressources humaines, ni le mandat de le faire. Toutefois, dans le cas contraire, si un organisme communautaire offre des services alimentaires, le partenariat est possible dans le respect des missions de chacun.

### **Les organismes communautaires et les services en sécurité alimentaire**

Selon le *Portrait des services en sécurité alimentaire dans le Nord-du-Québec, secteur Jamésie* réalisé par la Table jamésienne pour la solidarité et l'inclusion sociale en 2016, 75 % des interventions des organismes œuvrant en sécurité alimentaire consistent en du dépannage, et 25 % des interventions visent l'autonomie alimentaire des personnes. Dans toutes les villes et localités sauf Radisson, des organismes communautaires ou des organismes de charité offrent des services de dépannage alimentaire tels que des repas communautaires, des cartes d'achat en épicerie ou des paniers de Noël. Les activités qui visent l'autonomie alimentaire sont des cuisines collectives, des jardins communautaires et des services de soutien bénévole pour l'allaitement. Dans le cadre de ces activités, les intervenants des organismes communautaires disent travailler de concert dans une perspective de continuum de services en sécurité alimentaire. En outre, le Carrefour de la soupe, qui est un des volets du Carrefour communautaire de Chibougamau, est une initiative collective née d'une collaboration entre des organismes communautaires, la ville de Chibougamau et des organisateurs communautaires. Au cours d'une rencontre préparatoire de cette recherche, une intervenante mentionne que lors d'une discussion, des représentants d'organismes communautaires avaient identifié l'alimentation comme une priorité de leur organisme. Pour donner suite à cet échange, plusieurs employés de ces organismes communautaires ont fait du bénévolat pour démarrer le projet et c'est grâce à l'implication de la communauté que ce service est aujourd'hui disponible.

Pour la plupart des personnes répondantes rencontrées, la clientèle des organismes

communautaires est diversifiée : personnes seules, familles monoparentales ou familles nombreuses, travailleurs au salaire minimum, prestataires du gouvernement. Bref, les utilisateurs sont ceux dans le besoin, et les intervenants accueillent tout le monde. Même si pour certaines activités un groupe d'âge particulier est visé, les personnes rencontrées affirment n'avoir jamais vu quelqu'un se faire fermer la porte. Au-delà du service alimentaire, plusieurs activités privilégient la dimension de sociabilité pour briser l'isolement. Pour certains mangeurs, en effet, il constitue un frein à une saine alimentation parce qu'ils trouvent pénible de cuisiner pour eux seuls. Certains intervenants notent que des personnes utilisent leurs services de manière récurrente et d'autres de façon ponctuelle, par exemple, lors d'une séparation, d'une perte d'emploi ou lorsqu'une personne doit faire un choix entre s'alimenter ou effectuer le paiement d'une facture comme ses médicaments ou le chauffage. La plupart des intervenants rencontrés trouvent que leurs services sont utilisés à bon escient. Ils font la promotion de leurs interventions par du bouche-à-oreille et au moyen des réseaux sociaux. Une de leur grande préoccupation est de préserver l'anonymat de leurs prestataires de services en dépit du fait qu'ils habitent dans des milieux où les gens se connaissent personnellement. Même si une certaine proximité est présente dans les milieux de vie de la Jamésie, les intervenants et les bénévoles ne semblent pas interpellés en dehors de leurs heures de travail, à quelques exceptions près. L'implantation permanente de l'organisme dans le milieu, sa longévité, est un élément mentionné par les intervenants et les mangeurs. Il semble permettre aux organismes communautaires de se faire connaître et d'être intégrés dans la vie de tous les jours des résidents.

Lorsqu'il s'agit des rapports à la clientèle, le premier sujet soulevé est la prise de contact, c'est-à-dire la manière dont les usagers cherchent de l'information concernant les organismes communautaires. C'est par une personne de leur entourage que plusieurs ont appris qu'un organisme communautaire pouvait les aider à combler leurs besoins alimentaires du moment. Les personnes les plus citées sont : un collègue de travail, un ami ou un membre de la famille.

À titre d'exemple, un informateur raconte :

Une de mes amies qui travaille justement à [...], elle... elle a des enfants, elle est monoparentale et elle m'en avait parlé. Elle a dit... gêne-toi pas, tu es dans la marde, tu es dans la marde ! Alors là j'ai dit... OK je vais les appeler. Ce n'est pas super plaisant par exemple. Elle ajoute : Bien, j'ai été surprise du personnel, mettons, qui s'occupait de ça, la madame elle a été super chaleureuse et full souriante. Là maintenant elle vient à l'épicerie, on se voit et on se sourit, je ne suis plus gênée, mettons. Sur le coup j'étais gênée, mais là maintenant non. Elle a su me mettre comme à l'aise et...

Quelques-uns trouvent l'information sur les réseaux sociaux ou sur les babillards publics :

Bien, je pense qu'il y a des tableaux, des fois c'est marqué, mettons, cours de cuisine collective et aussi les messieurs qui vont là ils en parlent qu'ils sont là-dedans et qu'ils aimaient bien ça. Je pense que c'est un petit peu aussi de bouche-à-oreille. Un moment donné, je me suis dit... ça serait le fun cuisiner un peu et au pire congeler tes affaires, que, mettons, quand tu reçois les enfants, tu peux sortir

ça et c'est un mets déjà préparé, tu as rien que besoin de le faire cuire, de le faire réchauffer, mettons. Je trouvais ça pratique aussi.

Néanmoins, pour certaines localités des mangeurs disent : « Bien, ici... je ne sais pas si tu connais Val-Paradis? Mais on est 280 habitants là, alors... et ça fait 38 ans que j'habite ici, je suis née ici, alors dès qu'ils ouvrent quelque chose... » Elle indique aussi que les références fournies par des intervenants du CLSC sont une source d'information<sup>18</sup> :

Bien, j'avais une amie qui avait été engagée à la Maison de la famille, qui m'en avait parlé. Puis quand je suis tombée enceinte, ça j'ai vraiment eu beaucoup de sollicitation et de renseignements de la part du CLSC et des amies. Parce qu'ici le monde apprennent rapidement à tous se connaître, alors mon réseau d'amies m'en avait parlé, alors là j'ai tranquillement participé aux activités [...].

### **Les organismes publics subventionnaires**

Lors des entretiens avec des intervenants communautaires et des acteurs économiques, dans le cadre des projets, le soutien financier d'organismes subventionnaires publics est primordial. Ces organismes qui offrent des subventions sont, entre autres, le Centre régional de santé et de services sociaux avec la Direction de santé publique, et le ministère du Travail, de l'Emploi et de la Solidarité sociale avec le Secrétariat à l'action communautaire autonome et aux initiatives sociales (SACAIS). Des représentants des organismes communautaires ont aussi mentionné l'Administration régionale de la Baie-James avec les programmes en développement social. L'organisme Centraide Abitibi-Témiscamingue-Nord-du-Québec est également impliqué dans le financement des organismes communautaires. Pour finir, il y a la Société du Plan Nord qui a pour mission<sup>19</sup> :

[...] dans une perspective de développement durable, de contribuer au développement intégré et cohérent du territoire du Plan Nord, en conformité avec les orientations définies par le gouvernement et en concertation avec les représentants des régions et des nations autochtones concernées ainsi que du secteur privé.

Au cours des dernières années, une aide financière est accordée pour les projets de serre communautaire. Bien que ces soutiens financiers soient appréciés, certains suggèrent de soutenir également la conception des projets parce que cela nécessite du temps et des ressources humaines. Ils estiment aussi qu'un soutien professionnel devrait être offert pour mieux encadrer les promoteurs et favoriser la pérennité des projets.

---

<sup>18</sup> Nous ne pouvons manquer de noter qu'il n'y a pas de CLSC dans la localité en question. Il s'agit sans doute du centre de santé.

<sup>19</sup> Société du Plan Nord (2023). Disponible à <https://plannord.gouv.qc.ca/fr/> [cité le 10 juillet 2023].

## **Présentation des données issues des entretiens avec des mangeurs portant sur le contexte d'usage et les stratégies**

Cette section vise à présenter les stratégies déployées par les personnes cherchant à éviter l'insécurité alimentaire. Une stratégie est l'ensemble des moyens utilisés pour atteindre un objectif. Comme elle n'aura de sens que si on la remet en contexte, cette section commence par l'arrière-plan de cette utilisation comme on peut le percevoir dans les propos des personnes rencontrées.

### **Les groupes sensibles**

Quelles sont les personnes les plus susceptibles de se retrouver en situation d'insécurité alimentaire ? Il n'est pas facile de répondre à cette question, tant le portrait est hétéroclite. La faiblesse du revenu est évidemment mentionnée comme cause principale de l'insécurité alimentaire. Les informateurs font allusion alors aux personnes recevant des prestations de sécurité sociale, aux travailleurs à temps partiel, aux chômeurs. Certains indiquent cependant que même les travailleurs occupant de bons emplois à la mine ou en forêt peuvent avoir des difficultés à bien s'alimenter s'ils ont des problèmes de consommation de drogue ou d'alcool ou s'ils se révèlent incapables de bien gérer leur budget. Ayant été moins exposés à une situation de pauvreté, ils ont souvent de la difficulté à se débrouiller. La plupart des personnes rencontrées estiment que la pauvreté, bien que réelle, reste très limitée dans la région.

Les personnes âgées sont parmi les groupes à risque d'insécurité alimentaire les plus fréquemment nommés. Elles doivent souvent composer avec des contraintes budgétaires et le poids de la solitude qui les pousse à se sous-alimenter. Cependant, il ressort aussi des entretiens (y compris avec des gens qui ne sont pas des personnes âgées) qu'elles vont aux repas communautaires ou aux cuisines collectives autant par désir de socialisation que par besoin alimentaire. Parmi les autres types d'usagers, les participants à la recherche mentionnent « les messieurs seuls » et les femmes. Lorsqu'elles sont mentionnées, celles-ci sont dans de multiples conditions : en couple, seules ou en voie de séparation, avec ou sans enfants. Toutes ces possibilités sous-entendent des difficultés budgétaires, peut-être plus difficiles encore pour les femmes en voie de se séparer. Dans certains organismes, la proportion hommes/femmes est relativement égale, mais il semble que les hommes manifestent plus de réticence à demander de l'aide que les femmes. Les étudiants adultes ressentent le même genre de contrainte, mais leurs professeurs les encouragent à utiliser les ressources communautaires. C'est à la fois une façon de s'alimenter à bas prix et d'évacuer le stress du faible revenu, et ultimement de faciliter l'apprentissage. Les élèves plus jeunes, à l'école secondaire ou primaire, bénéficient de programmes de collation ou de soupe-midi, afin de pallier la difficulté des familles démunies à offrir une alimentation qui favorise la concentration durant les cours. À ces intentions s'ajoutent celles de développer le goût des enfants pour d'autres types d'aliments et de leur apprendre à éviter le gaspillage.

Sans qu'il soit tout à fait possible de l'expliquer, les membres des Premières Nations sont peu mentionnés et dans très peu de localités. Toutefois, il semble que depuis peu l'utilisation des banques alimentaires et des paniers soit en augmentation parmi ceux qui résident en milieu

urbain. Lorsqu'ils participent à la préparation collective des repas, par exemple, dans des cuisines collectives, les différences entre leurs modes d'alimentation et ceux de la population allochtone compliquent la coordination des activités.

### **Les rythmes de l'alimentation**

L'utilisation des ressources alimentaires doit être considérée en rapport avec les autres dépenses, en particulier les dépenses scolaires. Il y a des moments dans l'année (la rentrée scolaire, les Fêtes) où les dépenses connexes pousseront à l'utilisation des services alimentaires. De même, la semaine de relâche étant une période où il n'y a pas de collation à l'école, l'aide alimentaire, notamment des repas communautaires, y est plus importante. Cela suppose qu'il y a des contraintes financières et budgétaires pour plusieurs parents et que les services collectifs sont alors très utiles pour y faire face.

On va à l'épicerie à intervalles réguliers, généralement une ou deux fois par semaine et on complète par des petits achats, souvent au dépanneur, sans que la planification des achats soit une pratique très répandue. Pour les gens en emploi, les achats sont coordonnés avec le jour de la paie. L'utilisation du dépannage alimentaire connaissant une hausse à partir de la troisième semaine du mois, on peut penser que l'insécurité alimentaire augmente aussi à ce moment. Il y a donc une certaine rythmicité mensuelle. Le cas échéant, les achats vont aussi de pair avec les déplacements. Par exemple, lorsqu'on doit se rendre dans les localités plus importantes (p. ex. : La Sarre, Amos), on en profite pour aller dans des commerces plus gros (p. ex. : Walmart, Maxi) où le choix est plus vaste. On ne semble pas se rendre dans ces villes expressément pour faire une épicerie.

### **Les événements qui causent l'insécurité**

L'alimentation est influencée par les événements imprévisibles ou inévitables de la vie. Certaines personnes rencontrées ont fait part de leurs problèmes de santé et de ceux de leurs proches. Ils sont multiples : diabète de type 1, sclérose en plaques, intolérance au lactose, allergies, intolérance au gluten, etc. Tous ces troubles ont des conséquences sur le régime alimentaire et mènent à des contraintes nutritionnelles. Les personnes affectées bénéficient parfois de l'aide d'une nutritionniste, mais pas toujours ; elles doivent donc expérimenter, ce qui augmente les coûts. Les aliments nécessaires ne sont pas toujours disponibles dans les commerces locaux, car le marché pour ces produits est trop petit pour en assurer un inventaire permanent. Malgré une volonté parfois affirmée de privilégier l'achat local, ces personnes doivent donc commander à l'extérieur et le transport altère parfois la qualité des produits. Une informatrice disait profiter de ses voyages à La Sarre pour « se faire des réserves ».

D'autres événements peuvent influencer l'alimentation. Un accident de travail, à soi ou au conjoint, affecte évidemment les revenus et peut obliger à recourir au dépannage, bien que ce ne soit pas une solution de rechange agréable. Une séparation peut aussi amener une diminution du revenu disponible, voire remettre en question la possibilité d'équilibrer son budget. Une informatrice avouait alors que déménager et quitter la région serait sans doute la seule issue possible à la suite de son divorce. Une autre participante souligne que l'impact de sa séparation sur son alimentation s'est traduit par une augmentation des pertes, car les

restes ne sont plus consommés dans le lunch de son conjoint. Une séparation, entraînant une solitude plus grande, peut aussi enlever le goût de se faire à manger.

De façon prévisible, les personnes rencontrées parlent abondamment de l'impact de la pandémie actuelle sur leur situation. Leurs propos portent sur les empêchements, inconvénients et autres complications provoqués par la COVID-19 ainsi que leurs réactions face à cette situation.

Plusieurs ont parlé des pertes d'emplois, des fermetures temporaires des lieux de travail, qui parfois s'ajoutent à un déclin déjà amorcé. Il en découle des pertes de revenus et une insécurité personnelle. De plus, le confinement et l'instauration de barrages policiers ont pratiquement éliminé les sorties et les entrées dans la région. Il est donc plus ardu d'aller à l'extérieur pour acheter les produits qui ne sont pas, ou plus, disponibles sur place. Les restrictions de mobilité ont parfois amené des pénuries d'aliments dans les commerces locaux, voire un rationnement par les commerçants. En conséquence, les achats à l'épicerie ont été moins importants. Dans plusieurs endroits, le surcroît de travail des intervenants a parfois mené à un délestage de services et à une diminution dans l'offre de services à domicile, y compris dans les organismes communautaires, ce qui peut signifier, par exemple, pour les popotes roulantes, une réduction significative de la distribution de repas chauds. Les bénévoles qui s'occupent des services de dépannage ou d'aide immédiate se sont retrouvés surchargés à leur tour :

Comme au début de la crise, on m'a appelée pour me dire... bon, bien là, ça repose sur toi, là j'ai dit... non. Moi c'est trop, ça me prend une équipe, je ne suis pas capable toute seule.

Pratiquement toutes les personnes qui utilisent les services des organisations communautaires font remarquer que la pandémie a mis fin à leurs activités. Selon elles, les cuisines collectives, le dépannage, les repas communautaires, les soupes populaires, les cours de cuisine ont presque tous cessé leurs activités, avec parfois des effets négatifs sur le budget, la vie sociale et la qualité de l'alimentation. La peur de la contagion en a mené plusieurs à cesser d'aller à l'épicerie, surtout les personnes âgées qui sont un groupe à risque. L'isolement de ces personnes risque donc d'être accentué. Devant de telles situations, un grand nombre de personnes rencontrées ont modifié leurs habitudes. Faire ses achats par téléphone ou sur Internet est devenu une pratique beaucoup plus courante ; une informatrice notait d'ailleurs que la petite épicerie locale s'était adaptée à la situation plus vite que les grosses chaînes d'alimentation. De la même façon, certains groupes s'occupant de dépannage alimentaire font livrer les aliments par des bénévoles, afin de décourager les gens d'aller chercher leur sac d'emplettes à l'épicerie. De façon générale, en espérant repousser la contagion, on a créé une pression intenable sur les commerces locaux incapables de répondre à la demande. L'explosion du nombre de commandes téléphoniques allongeait les délais d'attente et les services de livraison se sont retrouvés débordés à de nombreuses reprises. Plusieurs répondants disent avoir stocké des denrées ou fait de plus grosses épiceries dès le début du confinement, compromettant ainsi le maintien des inventaires dans les commerces.

Cependant, il n'y a pas eu que des conséquences négatives. Aller au restaurant a pratiquement disparu (malgré les commandes à emporter), et les gens cuisinaient davantage à la maison, à

la fois parce qu'ils avaient plus de temps, en raison du confinement, et par goût. Les menus ont changé pour devenir plus simples, plus équilibrés. Aussi, la difficulté d'approvisionnement incite à mieux planifier ses achats et à consommer de façon réfléchie. Une informatrice ayant perdu son emploi dit que la pandémie lui permet plus de stabilité et facilite la dispensation des soins à sa fille. Un informateur faisait remarquer que la cuisine collective a interrompu ses activités, mais que la personne responsable appelle les habitués jusqu'à trois fois par semaine pour prendre de leurs nouvelles, ce qui démontre un remarquable (et très apprécié) dévouement. Enfin, un autre informateur dit que la pandémie confirme la fragilité de la situation alimentaire régionale. D'après lui, cela peut encourager les habitants et les gouvernements à s'intéresser à l'autoproduction :

[...] [Ils] vont peut-être motiver les gens à être un peu plus enclins à financer des projets d'autosuffisance alimentaire, surtout si le Nord est coupé. On voit que le Nunavik veut couper ses allers-retours, mais ils vont bien devoir manger. Alors je pense que ça va peut-être motiver dans ce sens les décideurs à ouvrir des programmes pour l'autosuffisance, et tant mieux.

Il n'empêche que la situation est inquiétante, comme l'indique un autre informateur :

Présentement, il n'y a plus rien qui roule, la seule affaire qui roule [...] c'est le garage, les hôtels sont fermés, le restaurant fait du take out et il y a l'épicerie. Alors, c'est comme j'ai dit l'autre jour, ça serait peut-être le fun de penser à ça, s'il y a quelqu'un qui attrape juste une grippe à l'épicerie, vous allez faire quoi ?

### **La pauvreté, son absence et sa stigmatisation**

Précédemment, le tableau 10 présentait les revenus des ménages comme les a recueillis Statistique Canada (2016). Se limiter au seul revenu est cependant bien insuffisant pour aborder la pauvreté. Les propos des personnes rencontrées permettent d'en avoir une vision un peu plus fine et, surtout, de mieux cerner leur compréhension de quelques-unes de ses facettes.

Plusieurs informateurs disent qu'il n'y a pas de pauvreté chez eux, car les salaires sont bons et le niveau de consommation élevé :

C'est tous des gens qui ont des belles maisons, une voiture, quatre roues, skidoo, beau camion de l'année qui vaut plusieurs milliers de dollars. Alors les gens économiquement semblent très, très, bien aller dans notre secteur.

Pour les personnes rencontrées, les gens pauvres ne correspondent pas à un profil particulier. Il peut s'agir de prestataires de la sécurité du revenu (le BS) ou de la sécurité de la vieillesse, ou de travailleurs au salaire minimum, en emploi précaire ou à temps partiel. Des gens âgés, mais aussi des jeunes ou des étudiants (bien qu'ils ne l'admettent pas). Dans certains secteurs de logements sociaux géographiquement définis, plusieurs vivent dans la précarité financière ; demeurer dans ces secteurs est une façon de révéler sa pauvreté.

Comme cela a été décrit dans les entrevues, les personnes en situation de pauvreté sont souvent seules, parfois des familles avec enfants ou monoparentales. Ce sont elles qui reçoivent des paniers ou des bons alimentaires provenant des organismes communautaires et ce sont souvent elles qui ne peuvent pas donner de bonnes collations à leurs enfants. Si être un bénéficiaire de paniers de dépannage est un indicateur de pauvreté, les pauvres sont à 50 % des femmes et généralement en couple. Pour un informateur, les pauvres sont les chômeurs, mais il n'y en a pas dans sa localité, où tout le monde a un emploi. Selon lui, des chômeurs n'arriveraient pas à survivre, de toute façon. Le chiffre de 100 000 \$ est souvent donné pour indiquer quel est le niveau de revenu suffisant pour être à l'aise. Un informateur indique toutefois que si on n'a pas ce revenu, cela signifie sans doute qu'on a moins de 40 000 \$, ce qui condamne sinon à la pauvreté, du moins à avoir de la difficulté dans la vie quotidienne. Selon lui, il n'y a guère de moyen terme entre ces deux extrêmes.

Pour plusieurs, la pauvreté renvoie à davantage que le seul seuil de pauvreté. Elle signifie aussi des difficultés personnelles, de l'exclusion, de l'isolement. Elle se manifeste dans l'apparence, l'hygiène et le peu d'éducation. Pour certains informateurs, ses causes sont l'incapacité à gérer son budget et à faire les dépenses appropriées. La conséquence est que des gens qui ont un bon salaire n'ont parfois rien dans le frigo :

Et si on les aide pas, c'est les enfants qui mangent pas, parce que ces parents-là, ou cette maman-là, ou ce papa-là, il sait pas comment le gérer son budget. C'est les skidoos, les cellulaires, les roulottes, les... Moi, je pense que c'est de la sensibilisation beaucoup au niveau budgétaire, au niveau planning familial, en priorité.

Voilà un trait de la pauvreté qui est assez récent : on peut être en insécurité alimentaire même avec de bons revenus. Ça dépend de la façon dont on gère son budget et ses habitudes de consommation. Étant donné la cherté des aliments et du coût de la vie dans le Nord-du-Québec, les gens qui n'ont pas de revenus élevés ont de la difficulté à s'alimenter correctement, en raison du manque de nourriture ou de choix, ou du manque de qualité et de variété des aliments.

Malgré les énoncés selon lesquels il n'y a pas de pauvreté, un informateur nous a confié que lorsqu'il distribue les aliments presque périmés de son commerce, des gens viennent les chercher sous divers prétextes (par exemple, pour dire qu'ils l'utiliseront pour la chasse). Sa vision de la pauvreté se rapproche de celle énoncée « par le panier de consommation » ou de la définition « absolue » de la pauvreté : elle renvoie à un manque dans les besoins de base, qu'une informatrice a défini ainsi :

[...] On le sait parce qu'on est proche de nos gens et c'est partout pareil, il y a pas de localité où c'est pas un besoin, là. Il y en a partout de l'exclusion sociale et des personnes en situation de pauvreté. C'est la base : l'habillement, le logement et la nourriture.

Q : Oui, l'aspect social...



Répondante : Oui effectivement. Parce que souvent c'est des gens qui s'isolent.

D'autres informatrices ne nient pas l'existence de la pauvreté, mais indiquent que « les gens » n'ont pas conscience de son existence, peut-être parce qu'ils l'associent à l'itinérance. Cette ignorance était aussi le cas de l'informatrice citée ci-dessus, jusqu'à ce qu'elle s'implique dans des organismes communautaires.

La stigmatisation est généralement associée à la pauvreté, mais lorsque les informateurs l'ont mentionnée, il s'agissait surtout de la honte ou de la gêne d'utiliser les services d'aide plutôt que celle de la pauvreté « en général ». Les termes utilisés renvoient plus à un sentiment ressenti par la personne qu'à une étiquette attribuée par les autres. Pour désigner leur réticence à utiliser les services, ils emploient des termes comme :

- gênée (terme le plus fréquemment utilisé) ;
- exposer ses faiblesses ;
- ne pas y aller pour ne pas prendre la place de quelqu'un ;
- se faire juger ;
- demander de l'aide ;
- en tant que personne, on est censé pouvoir s'occuper de soi ;
- le jugement des autres.

En fait, seule une intervenante a utilisé le terme de « stigma » (sic), ce qui démontre son aspect plutôt technique.

Les références à la nécessité de l'anonymat sont nombreuses. Même dans l'organisme communautaire d'une répondante, très peu de gens connaissent les noms des bénéficiaires. Ça n'empêche pas les gens de poser des questions à leur sujet, mais elle n'y répond pas et quand on croise les usagers, on fait abstraction de leur utilisation du service :

[...] je fais comme si de rien n'était, là, bonjour comme d'habitude et c'est tout, sans plus. Parce qu'ils n'ont pas besoin que... [...] les autres ont pas besoin de savoir.

Ce désir d'anonymat touche aussi la réception de l'aide. On vient rarement demander soi-même un panier alimentaire et, de plus, ce sont d'autres personnes, des parents, des amis ou d'autres utilisateurs qui référeront leurs connaissances aux bons soins des intervenants. Et même à ce moment, les utilisateurs refusent de s'y rendre : il faut que des bénévoles aillent porter le panier. De même, dans une localité, il est arrivé que le centre de santé décide de ne pas offrir de panier à quelqu'un afin d'éviter que les autres résidents ne l'apprennent. Comme cette personne avait quand même besoin d'aide, on a fini par lui offrir de l'argent, ce qui est une mesure plus discrète. Comme conséquence de cette situation, l'offre de paniers d'alimentation a été abandonnée.

Ce désir d'anonymat ne touche pas que les soupes populaires : une intervenante en traite aussi lorsqu'il s'agit de sa maison d'hébergement, où s'ajoutent évidemment des questions de sécurité. Cette situation illustre l'importance mais aussi la difficulté de la confidentialité :

[...] même si en fait, à notre maison, on met l'aspect confidentialité... que c'est super important, ça finit tout le temps par se savoir d'une part ou d'autre, de voir quelqu'un marcher vers la maison d'hébergement. Ça va se parler et ça... c'est ça, c'est difficile de garder l'aspect confidentialité à [nom de l'endroit].

Il n'est donc pas facile de conserver l'anonymat. La soupe populaire est un organisme connu ; on voit facilement qui s'y rend. Bien que tout le monde puisse y aller, y compris les travailleurs à l'aise, il est clair qu'elle est assimilée à la pauvreté, à laquelle seront donc aussi associées les personnes qui s'y rendent, même si théoriquement, elles ne sont pas nécessairement pauvres. La difficulté de préserver l'anonymat est causée, selon les informateurs, par la petite taille des localités.

C'est sûr qu'ici c'est plus facile, c'est un petit milieu, tout le monde se connaît, donc c'est certain qu'à [...] on connaît beaucoup ceux qui nous entourent.

Cependant, en plus de la petite taille, l'anonymat est problématique parce que ce sont « toujours les mêmes personnes » qui utilisent les services ou y sont bénévoles. Cela mène à une espèce de cercle ou de circuit où l'anonymat devient impossible :

C'est toujours le même monde qui est dans le réseau d'aller chercher des services, c'est toujours le même monde qui font du bénévolat et qui voit les besoins.

Cela dit, la petite taille n'a pas que des conséquences négatives, car si elle implique une fragilité de l'anonymat, elle permet aussi une meilleure connaissance des besoins :

C'est dur de respecter la confidentialité parce que mon doux que c'est mémère, mais d'un autre côté, on a de l'information privilégiée qui nous arrive, qu'on n'aurait peut-être pas dans d'autres circonstances.

Le désir d'éviter la stigmatisation amène des ajustements dans les programmes. On a vu, précédemment, le cas des paniers d'alimentation qui ont été abandonnés dans une communauté. De même, dans une école qui offre des collations, tous les élèves y ont droit, afin qu'il soit impossible de cibler les élèves qui en profitent :

[...] il y a aussi les collations à l'école qui sont distribuées à tous les élèves, tous, tous, tous, les élèves. Et c'est vraiment important que ce soit tous les élèves, parce qu'ils ne se font pas pointer du doigt ceux qui n'ont pas rien à manger. Alors, c'est comme sur une base... bien, tout le monde en a.

Un usager mentionne qu'une intervenante l'a aidé à comprendre comment utiliser le service et cela lui a permis de surmonter sa gêne. Après cette première fois, revenir a été plus facile. Une autre façon de dissiper la gêne est d'utiliser le service en groupe, avec des amis ou des collègues, ce qui rend plus facile le premier pas :

Alors, on y allait [à la soupe populaire] tout le monde ensemble avec les élèves qui voulaient venir aussi, pour comme montrer que c'est des êtres humains qui vont manger là.

Afin de bannir la gêne, une solution est de changer l'interprétation de l'utilisation : par exemple, un usager propose de voir les cuisines collectives non pas comme de l'aide, mais comme une occasion de développer ses compétences alimentaires et de rencontrer des gens :

Je pense aussi que si on mettait l'emphasis sur l'aspect social et l'aspect justement convivial et qu'au final, oui c'est vrai que ça revient avantageux. Je pense que ça permettrait peut-être aux gens de... ça serait peut-être plus incitatif à y aller.

À la lumière de ce qui précède, cesser d'éprouver de la gêne n'est pas une tâche facile. Il faut, selon les termes d'un informateur, « être prêt » et faire un travail sur soi :

Des préjugés et le monde ne sont pas prêts... ils aiment mieux moins manger, mais pas se faire juger peut-être.

Surmonter ces obstacles est une démarche difficile à accomplir et surtout pas définitive. Une informatrice nous confie ne plus avoir besoin de l'aide alimentaire à laquelle elle a eu recours il y a quelques années. Depuis, elle ne veut pas y retourner, car elle se sentirait jugée à nouveau et refuse de se faire violence en dissimulant sa gêne :

Et non ça me fait pas peur, c'est juste qu'on dirait que les gens... vu que je sais que je suis jugée, j'ai pas envie de faire un effort pour y aller et de ressentir encore la même chose en ayant essayé.

### **Les stratégies face à l'insécurité alimentaire**

Cette section aborde les stratégies mentionnées lors des entretiens. Rappelons qu'une stratégie est l'ensemble des moyens pris pour atteindre un objectif. En l'occurrence, cela signifie la façon dont les personnes rencontrées s'y prennent pour atteindre une sécurité alimentaire. Comme on le verra, ces personnes font preuve de créativité, déployant entre cinq à huit stratégies. Celles-ci sont présentées ici de façon essentiellement descriptive (une analyse plus détaillée se trouve dans la section « Discussion des résultats »).

#### **Faire des économies**

Cette section présente des façons de faire dont le but premier est de diminuer le poids de l'alimentation dans le budget. Il y a donc une dimension monétaire assez claire.

Changer la façon de s'alimenter en diminuant les produits superflus, vus comme moins essentiels ou trop chers est probablement la première stratégie. En général, il s'agit de produits de luxe ou raffinés, mais c'est aussi le cas de la viande rouge, comme le montrent ces propos de deux informateurs :

Bien, il y a les affaires de luxe. Moi aussi j'aime bien ça le foie gras et ces choses-là, mais mon budget n'est pas conséquent à ça. J'ai des goûts en masse, mais je n'ai peut-être pas toujours les moyens de satisfaire mes goûts.

Bien, c'est souvent au niveau du coût de la viande. Je veux dire pour une portion normale pour une personne seule, des fois la viande peut coûter vraiment cher, ce qui fait qu'un moment donné, bien tu choisis autre chose, là.

Le coût élevé est fréquemment dû aux frais de transport sur de longues distances. Une personne citée plus haut poursuit cependant en disant « Mais en même temps, quand j'ai le goût de quelque chose, je ne me prive pas non plus. Un moment donné tu le fais parce que tu en as besoin et c'est ça », ce qui montre que cette stratégie peut être appliquée avec souplesse.

Une autre stratégie est de planifier les repas, de façon à diminuer les pertes et à maximiser l'usage des aliments. Cependant, cette stratégie n'a pas été mentionnée très souvent, la plupart des participants cuisinant des repas à partir d'aliments de base et de manière spontanée avec ce qu'il y a dans le réfrigérateur ou selon leur goût du jour. D'autres cuisinent quelques repas pour la semaine, sans plus. Une seule répondante raconte passer des heures à feuilleter des livres de recettes le samedi pour planifier ses repas. Cependant, plusieurs préparent une liste d'épicerie en fonction des promotions de la semaine avant d'aller faire leurs achats, surtout lorsque la distance à parcourir est importante.

On peut aussi diminuer les coûts liés au transport en jumelant les rendez-vous et les déplacements. Certains ont mentionné qu'ils doivent se rendre régulièrement dans d'autres localités pour recevoir des services de soins de santé (dentiste, pédiatre, etc.) ou dans le cadre de leur travail. Ils en profitent pour faire des arrêts aux grandes épiceries. Cela leur permet de diminuer les dépenses en essence, de maximiser leur temps et de profiter des rabais des grandes chaînes d'épicerie.

Certaines personnes font de la récupération alimentaire. Cela a été mentionné par une personne qui ne la pratiquait pas elle-même, mais qui a vu des gens venir à l'épicerie et récupérer la nourriture invendue mise dans le panier derrière l'épicerie et destinée au rebut. Cette personne ajoute :

Des fois dans le temps de la chasse, ils nous disent que c'est pour la chasse, mais il y en a d'autres qui viennent régulièrement. Et il y a un monsieur aussi qui partait avec tout le panier et il disait que c'était pour aider les personnes à plus faible revenu, mettons.

Le fait d'éviter les restaurants a été mentionnée par un répondant qui disait passer beaucoup de temps sur la route et qui préférait utiliser des mets congelés plutôt que d'aller dans les restaurants, à la fois pour diminuer les coûts et pour avoir une meilleure qualité nutritionnelle. Selon lui, les restaurants servent fréquemment du « junk food » et il préférait donc commander des repas congelés ou les préparer lui-même.

Le stockage d'aliments à rabais peut se révéler utile pour faire des économies en permettant d'acheter de plus grosses quantités ou de stocker des aliments achetés pour moins cher ailleurs, qu'on ramène soi-même ou qu'on demande à des amis de ramener de leur voyage. Cette façon de faire demande évidemment un congélateur, qui est un équipement coûteux à l'achat mais qui, à la longue, peut être économiquement rentable :

L'hiver quand j'ai des amis qui montent par la route, je me fais monter pour 250 \$ de pains. Du pain baguette, du pain long, du pain brun, pain aux raisins. Le Nord, tout est une question de planification comme nos grands-parents et nos arrière-grands-parents ont fait, c'est la même chose au niveau des légumes.

Jouer sur les postes budgétaires permet aussi de faire des économies. Plusieurs nous ont confié arriver à manger convenablement grâce aux économies réalisées sur le loyer lorsque l'immeuble appartient à un proche, mais on nous a aussi parlé du coût de l'essence :

Oui, la maison au complet appartient à mon père, alors c'est sûr que je peux avoir l'air un peu d'une fille... mais je ne paye pas grand-chose, mais en même temps je lui fais à manger, je m'occupe de sa maison, je fais ses affaires alors il n'a pas à s'inquiéter pour ça au moins. Mais sinon, je ne serais pas capable de vivre.

Une façon de faire comparable est de manger sur les lieux de travail. Un répondant, intervenant dans un groupe communautaire, nous a confié que le fait d'avoir un repas payé au travail lui permet de réduire ses dépenses alimentaires.

Enfin, face à ces besoins essentiels, plusieurs répondants ont recours à des stratégies qui visent moins à économiser à partir de revenus fixes qu'à augmenter ces revenus. Certains répondants nous ont confié que le coût de la vie est tellement élevé dans leur localité qu'un travailleur au salaire minimum doit nécessairement avoir un deuxième emploi pour combler ses besoins de base.

### **Les pratiques d'achat en épicerie**

D'autres formes d'actions sont menées par les répondants. On peut les regrouper en notant cependant qu'elles portent surtout sur les pratiques d'achat en épicerie.

On a vu plus haut que plusieurs personnes font des listes pour faire leur marché. Certaines personnes demandent aussi des coupons différés lorsqu'ils sont disponibles. Les achats sont souvent faits en fonction des rabais annoncés dans les circulaires, ce qui peut signifier des achats moins satisfaisants et des choix limités. L'utilisation des spéciaux semble plus fréquente lorsque les répondants vont faire leurs achats à l'extérieur. Ils ont mentionné que les épiceries locales font peu de ventes au rabais et que certaines n'en font plus du tout, car les clients attendaient ces aubaines pour effectuer leurs achats (par exemple, pour acheter des produits ayant dépassé leur date de péremption), ce qui nuisait à la rentabilité des commerces. Un répondant a dénoncé ces pratiques comme des « abus ». Un autre répondant a mentionné que comme il demeure en habitations à loyer modique (HLM), il peut faire livrer son épicerie sans frais, ce qui lui évite d'avoir à se déplacer. Un autre informateur a mentionné que pour une personne seule, acheter les repas préparés à l'épicerie ne revient pas vraiment plus cher que de les cuisiner soi-même.

Une pratique fréquente peut être vue comme une forme d'entraide : plusieurs des participants à la recherche racontent avoir un réseau d'amis ou de membres de leur famille qui vivent à proximité de grandes épiceries. Lorsqu'il y a des produits en promotion et que la personne ne veut pas se déplacer seulement pour cette raison, elle peut demander à quelqu'un de faire

l'achat et de le stocker pour le récupérer plus tard. À l'inverse, lorsqu'une personne se déplace pour acheter dans une épicerie grande surface, elle peut donner suite aux demandes de ses amis ou de certains membres de sa famille.

Alors on monte à Saint-Jérôme pour acheter ça, on remplit le char et on fait des commandes à tout le monde. Alors, dans le fond, j'en fais à mes beaux-parents, à mon père, à ma mère, à ma belle-sœur. Ça fait déjà au moins quatre personnes à chaque fois.

Mais comme le mentionne une répondante, cette façon de faire demande un bon réseau personnel.

### **Produire soi-même sa nourriture**

Plusieurs répondants consomment le gibier qu'ils ont chassé. La plupart en parlent comme d'un aspect complémentaire quoiqu'incertain de leur alimentation (certaines années, on ne va pas chasser, ou la chasse est moins bonne), mais qui ajoute de la variété. C'est un loisir assez coûteux : le permis, l'équipement, le déplacement et, pour la plupart des répondants, le dépeçage par un boucher professionnel, tout cela revient assez cher. La chasse au petit gibier est plus facile, mais lorsque celle au gros gibier est fructueuse, la quantité de viande constitue un apport non négligeable au menu. Plusieurs mentionnent donc donner ou recevoir du produit de la chasse de leurs amis ou de membres de leur famille. Quelques-uns affirment pouvoir dépecer eux-mêmes leur gibier et tous rappellent que cette viande doit être congelée — ce qui nécessite donc un congélateur. La pêche est une autre façon, moins coûteuse, de produire soi-même sa nourriture, mais elle semble moins populaire et occupe une moins grande place dans l'alimentation. Pratiquée l'hiver autant que l'été, elle est surtout un loisir. Les prises sont consommées fraîches, le poisson congelé ayant moins bon goût.

La cueillette de petits fruits (bleuets, fraises, framboises) est pratiquée par plusieurs personnes, mais surtout comme un loisir, bien que les quantités (de bleuets, en particulier) puissent être assez importantes et se prêter à la congélation. Avec l'équipement nécessaire (bac, peignes), le bleuets peut aussi rapporter un revenu appréciable.

Pour produire sa nourriture de façon autonome, on peut cultiver un jardin potager ou élever des poules. On peut aussi le faire collectivement dans un jardin communautaire, et c'est alors un projet porté par un organisme avec des objectifs qui dépassent la seule production de nourriture : socialisation, intégration des personnes handicapées, éducation des enfants aux animaux, initiation à l'agriculture sans pesticides. Identifier l'objectif le plus fondamental n'est toutefois pas clair.

Dans le cas des jardins privés, qui sont assez nombreux malgré les obstacles — connaissances du jardinage, compétences (avoir le pouce vert), avoir de la bonne terre et des semences ou des plants, brièveté de la saison —, le but premier semble le loisir. L'aspect purement économique ne semble pas être l'aspect le plus important, bien que ceux qui cultivent des patates puissent en récolter des quantités appréciables. Malgré l'aspect loisir, on nous a dit que la culture du nord et des villes minières ne prédispose pas à la joie du jardinage : les gens sont habitués à avoir tout fait en achetant à l'épicerie, et se déplacent beaucoup. Pour faire de

l'agriculture ou avoir une basse-cour, il faut être sédentaire. Les répondants originaires d'une autre région ont noté la différence en arrivant en Jamésie. Ce genre de pratique est, au mieux, complémentaire aux achats à l'épicerie et on nous a très peu parlé d'autonomie alimentaire. Cependant, l'idée d'avoir une nourriture de bonne qualité, fraîche et à peu près bio, est revenue souvent :

Et il y a des gens qui sont enthousiastes au niveau du jardinage, mais ce n'est pas tant pour assurer une sécurité alimentaire que pour faire une distraction familiale ou par souci en fait de bien manger, oui, mais pas par souci de combler quelque chose, parce qu'on a des centres d'achat avec tout ce qu'on veut ici.

Avoir un jardin (privé ou communautaire) peut se combiner à la culture en serre. Bien qu'elle permette de prolonger la saison, la serre nécessite toutefois un plus gros investissement et engendre des coûts de chauffage assez élevés l'hiver. Les gens l'utilisent plutôt pour prolonger la saison d'été. Élever des poules est assujéti aux règlements municipaux alors qu'on ne nous en a pas fait mention pour la culture du jardin. De même, avoir un jardin communautaire nécessite l'appui de la municipalité et, selon une informatrice, le jardin de Chibougamau n'a fonctionné que quelques années avant d'être détruit par la municipalité<sup>20</sup>.

La question de l'autosuffisance alimentaire reste donc un enjeu abstrait, bien qu'elle soit mentionnée par une intervenante et qu'une informatrice installée depuis peu y pense :

Et on aime ça jardiner, c'est un plaisir de faire nos propres choses et encore plus dans des circonstances comme ce qu'on vit présentement, ça nous encourage encore plus. Les légumes... on projette que les fruits et légumes ne vont pas être accessibles financièrement pour certains, [...] Alors ça va faire grimper les coûts des produits et nous, étant pas mal autosuffisants, bien, ça ne nous touchera pas et ça nous encourage plus à le faire nous-mêmes.

D'un autre côté, les coûts associés à la production de l'ensemble des aliments sont tels que l'idéal d'autosuffisance semble bien lointain :

Ah non ! Il ne faut pas calculer justement (Rires). Parce qu'on sait que ce n'est pas rentable, on s'entend qu'il faut que tu aimes ça avant tout.

## **Faire la cuisine**

Faire la cuisine est une pratique courante adoptée par l'ensemble des répondants, qui vont peu au restaurant et qui, s'ils achètent parfois des mets préparés, ne s'en nourrissent pas exclusivement. Cuisiner est aussi nécessaire pour les personnes ayant des exigences alimentaires particulières, comme celles découlant d'une condition de santé, de choix personnels comme le végétarisme ou de principes religieux. La plupart décrivent faire une cuisine simple et rapide, mais on nous a souvent parlé d'activités de conservation ou de congélation qui demandent du temps, tout en permettant d'élargir l'éventail des aliments

---

<sup>20</sup> D'autres informateurs ont précisé que le jardin, opéré par FaunENord, a été fermé pendant un certain temps en 2019 à cause de travaux dans le secteur et, à l'été 2020, à cause de la COVID-19.

disponibles. La congélation est très utilisée pour stocker les aliments achetés en grande quantité ou les poissons et les produits de la chasse. Elle est aussi utilisée par les travailleurs qui se préparent des portions individuelles. Évidemment, elle exige de posséder un congélateur — certaines personnes nous ont dit en avoir trois — ou d'utiliser celui du réfrigérateur. Elle permet assurément des économies en aliments, mais, à l'inverse, entraîne des coûts en électricité et des pertes d'aliments s'il y a panne de courant.

Plusieurs personnes avouent aimer cuisiner, mais pas pour en faire un métier : cuisiner est une activité destinée aux proches (conjoint, parents, enfants). Les personnes seules nous ont dit ressentir une démotivation à ne cuisiner que pour elles-mêmes. Apparemment, faire la cuisine s'inscrit dans une division du travail et est une activité individuelle qui échoit généralement aux femmes (bien que quelques répondants masculins nous aient dit en être responsables). On nous a peu parlé de cuisiner en commun, mais un informateur nous a confié :

Sinon avec les coloc, quand tu mets de l'argent ensemble pour l'épicerie, tu as comme accès à plus, tu es capable de transformer plus, alors ça je pense que je savais des sous là-dedans aussi.

Le choix des menus est en grande partie déterminé par le budget et par l'offre locale d'aliments, s'approvisionner à l'extérieur étant plus coûteux. Le menu est aussi influencé par les compétences des personnes ; certaines nous disent faire des recherches sur Internet et regarder les émissions culinaires pour se renouveler ou trouver des recettes précises, d'autres ont recours à des nutritionnistes. C'est en particulier le cas de personnes devant tenir compte de leur condition de santé ou de celle d'un proche. Suivre des cours de cuisine est aussi une façon de développer ses compétences et, en particulier, de diminuer les coûts de l'alimentation. Des répondants nous ont aussi dit que leur participation à des cuisines collectives les a aidés à composer leurs menus hebdomadaires ; les nutritionnistes les ont aussi guidés afin de mieux équilibrer leur alimentation en dehors des menus de la cuisine collective.

### **S'entraider**

L'entraide entre individus est une façon de faire répandue. Elle peut prendre plusieurs formes, certaines plus organisées, d'autres plus informelles, et elle peut s'appliquer à la nourriture ou à d'autres aspects de la vie. Par exemple, des personnes utilisent le covoiturage pour aller faire l'épicerie, ce qui diminue les frais de transport.

Les répondants nous parlent de dons de nourriture, une forme d'entraide qui se déroule à l'intérieur d'un cercle assez restreint de personnes proches : parents, enfants, amis, parfois voisins. Le don de produits de la chasse ou de la pêche est mentionné entre amis ou voisins :

C'est des bons amis, mettons, ils tuent un orignal, ils m'en refilent un petit morceau. Il y en a qui vont à la chasse à la perdrix, ils me fournissent un couple de perdrix.

Selon une informatrice, cela se produit chaque saison de chasse. Le don de nourriture peut donc renforcer les liens entre les personnes, mais peut aussi viser à en créer de nouveaux en



dépassant les relations strictement marchandes, comme lorsqu'une informatrice nous a confié que ses clients lui donnent parfois du gibier. Les dons de nourriture préparée se font au sein du cercle familial, des parents aux enfants ou l'inverse, parfois entre frères ou sœurs. Un répondant, par exemple, nous dit aller voir sa famille à l'extérieur et revenir avec beaucoup de nourriture préparée par sa mère, ce qui, de son propre aveu, l'aide beaucoup.

Une autre forme d'entraide touche davantage les organismes communautaires. Par exemple, des agents de la faune donnent la viande des animaux braconnés à une cuisine collective. On nous a aussi dit que certaines cuisines collectives jouent un rôle de popote roulante en allant porter une partie des mets cuisinés à des personnes qui ne peuvent se déplacer. Certaines reçoivent aussi du gibier donné par des individus :

Oui, il y en a qui font ça, qui en emportent à la cuisine communautaire ou qui vont comme donner à des familles qui sont dans le besoin. Et ça, ça se fait avec la pêche, mais ça se fait aussi avec les jardins communautaires.

Une forme mentionnée à quelques reprises est l'emprunt d'argent, généralement à la famille, parfois aux amis. Cet emprunt (ou ce prêt) ne comporte pas de frais d'intérêt, ce qui montre qu'il s'agit d'une forme d'aide et non d'une relation commerciale. Pour des personnes au budget limité, même s'il s'agit d'une dette et donc d'une forme d'obligation, le prêt peut aider à passer à travers une période difficile ou à se procurer les produits manquants des paniers d'épicerie offerts par les organismes communautaires. C'est sans doute pourquoi cette forme de transaction semble se produire entre personnes proches :

La plupart du temps j'emprunte à peu près 100 \$ ou 150 \$ à mon amie. Mais c'est sûr que elle, il faut que je lui remette après là quand j'ai des sous. Mais mettons que c'est mon ange gardien, cette amie-là.

Une autre forme d'entraide monétaire est le crédit envers les clients. Comme le montre l'extrait suivant, cela reste une pratique exceptionnelle, sinon il risque d'y avoir de l'abus. Il vaut mieux, du point de vue de l'informateur, donner les items invendus plutôt que de faire crédit :

Bien moi, il y a une secousse, je faisais un peu de crédit, mais là j'ai arrêté parce que c'était rendu trop, alors là je ne fais plus de crédit. Mais ça va arriver de temps en temps que je vais « déstocker » une personne qui est mal pris.

La formation d'un groupe d'achat IGA est une autre forme d'entraide, mais qui n'existe qu'à Radisson, où on trouve trois ou quatre de ces groupes depuis sept ou huit ans. De 10 à 12 personnes se réunissent pour que leurs achats en ligne auprès d'une épicerie leur soient expédiés sur la même palette d'une entreprise de transport. Les aliments sont au même prix qu'ailleurs, mais les mettre sur la même palette permet de diminuer les coûts de transport. La palette est facturée à une personne du groupe, qui doit ensuite se faire rembourser par chacun des participants. Le tout se fait selon des accords verbaux. Que cela ait été mentionné dans une communauté très éloignée de petite taille n'est sans doute pas étranger à l'importance de la confiance qui règne entre les participants :

[...] quand je disais qu'il faut avoir un responsable de groupe, en fait c'est, par exemple, moi qui a appelé chez Kepa et qui a dit... bien, maintenant j'ai un groupe IGA, à toutes les deux semaines, tu dois aller récupérer ma palette chez IGA. La personne qui se porte responsable, mettons, du groupe est responsable du paiement du transport aussi.

### **Utiliser l'aide publique et communautaire**

L'aide communautaire ou publique (la différence n'est pas toujours évidente) en matière d'alimentation est abordée fréquemment par les personnes rencontrées. Cette aide prend plusieurs formes : les repas communautaires, la popote roulante, la soupe populaire, etc. Les cuisines collectives et le thème plus large du dépannage seront abordés dans d'autres sections.

Les repas communautaires sont des repas préparés par une cuisinière à un faible coût pour les gens âgés de plus de 50 ans (5 \$) ou gratuits avec contribution volontaire. Tout en étant une belle occasion de socialisation, ils permettent aussi aux intervenant.e.s de faire du dépistage précoce de personnes ayant des problèmes de santé (comme la maladie d'Alzheimer). Les surplus de nourriture sont distribués aux participants qui le désirent. Dans certaines localités, ces repas sont une initiative d'un comité de développement social et constituent un projet de partenariat qui existe depuis plusieurs années. À Chibougamau, les repas communautaires sont aussi, selon un informateur, principalement une occasion de socialisation pour les gens seuls ou qui ne veulent pas se faire à manger.

Ces repas sont de l'entraide, mais ils sont aussi de l'aide publique. Ils ne sont pas une initiative purement individuelle : ils sont mis sur pied dans le cadre de programmes ou de projets de développement social. Une intervenante estime que ce projet est du même ordre que les repas à l'école, la serre communautaire ou la friperie, en lien avec les activités du centre de femmes. Mais y aller et participer à l'activité peut être considéré comme une stratégie individuelle, une action entreprise par une personne pour régler un problème. Dans les entrevues avec les mangeurs, le principal problème semble être l'isolement, bien que l'intervenante insiste plutôt sur le côté économique. Cette fonction implique que si on n'a pas « la mentalité » ou si on n'est pas sociable, ce genre d'activité ne sera pas intéressant.

Les soupes populaires sont mentionnées par quelques informateurs, mais essentiellement à Chibougamau, où le « Carrefour de la soupe » semble bien connu. Le Carrefour communautaire est un organisme communautaire qui, en plus de la soupe populaire, se préoccupe aussi de dépannage et organise des cuisines collectives dans le même édifice. Dans plusieurs entrevues, la différence entre une soupe populaire et une cuisine collective ne semble pas toujours très claire. De même, à écouter les commentaires des personnes rencontrées, les différences entre une soupe populaire et un repas communautaire sont minces. Tous ces termes semblent presque interchangeables.

Les intervenants rencontrés qui œuvrent dans le secteur de la formation des adultes parlent du Carrefour de la soupe à leurs étudiants, dont plusieurs ont des contraintes monétaires. Selon eux, utiliser le service peut être une solution intéressante pour économiser en frais d'alimentation. Mais pour que les étudiants l'utilisent, ils doivent surmonter le stéréotype selon lequel il ne s'adresse qu'aux gens démunis. Les professeurs font valoir qu'elle est une

*alternative* qui n'est pas seulement pour les gens pauvres. Encourager les étudiants à y aller en groupe et accompagnés d'un professeur est une bonne façon d'abattre les préjugés et de montrer que « ce sont des êtres humains qui vont là ». L'objectif est donc de surmonter les stéréotypes. Un informateur qui utilise ce service mentionne qu'au début, il ne se « sentait pas à sa place », mais de connaître les gens qui y vont lui a permis de dépasser ce sentiment. Il connaît des gens à qui il a parlé du Carrefour de la soupe, mais, dit-il, ils ne sont « *pas encore prêts* » à y aller, car ils pensent que ce serait exposer leurs faiblesses. Si les intervenants insistent sur la dimension financière, les informateurs-mangeurs semblent plutôt motivés par la socialisation : rencontrer des gens, sortir de chez soi, casser la routine, car quand on est seul, on tend à ne plus se faire à manger. C'est surtout par des contacts personnels avec une personne qui fréquentait le lieu qu'ils en ont appris l'existence.

Une des cuisines collectives exerce une double activité. En plus de la cuisine en groupe, elle offre un service de livraison pour les gens à mobilité réduite qui ont besoin d'aide pour la préparation des repas. Cela la fait ressembler à une popote roulante.

Une autre forme d'aide publique est l'aide à domicile, principalement pour les personnes âgées vulnérables. Il s'agit parfois de l'auxiliaire familiale du réseau de santé et de services sociaux régional qui prépare les repas pour les personnes qui ne peuvent sortir de chez elles. Ou bien c'est le chèque emploi-service, qui permet d'embaucher une personne pour donner un coup de main à la maison. C'est fréquemment un aidant naturel qui est ainsi employé par la personne, bien que l'argent provienne du MSSS. Il faut alors que la personne réponde aux critères du ministère, qui sont assez semblables à ceux exigés pour recevoir du soutien à domicile. Un informateur handicapé visuel utilise ce service pour qu'une cuisinière lui prépare ses repas, mais, dit-il, c'est lui qui lui apprend à cuisiner, car elle ignore certaines des recettes qu'il préfère. Il a aussi reçu de l'aide d'un organisme du Lac-Saint-Jean qui lui a fourni une liseuse et des équipements pour sa cuisine, ce qui lui a permis de recommencer à cuisiner.

### **Participer à des cuisines collectives**

Les cuisines collectives reçoivent de nombreuses mentions lors des entrevues. Au-delà du principe de base — des personnes se regroupent pour préparer des repas économiques qu'on peut congeler pour les consommer plus tard —, les cuisines prennent de nombreuses formes. La plupart sont mises sur pied par une intervenante (malgré l'existence d'intervenants masculins, la fonction semble essentiellement féminine dans les entrevues) employée d'un groupe communautaire ou d'une organisation publique. Les cuisines sont le plus souvent une partie des activités d'un organisme comme un centre communautaire ou un centre de femmes. On a mentionné une cuisine mise sur pied de façon plus ou moins spontanée par des personnes qui désiraient se détacher d'une cuisine afin d'échapper à la curiosité des autres membres de l'organisme. Certaines cuisines se rencontrent une fois par mois, d'autres sur une base hebdomadaire. Les repas préparés sont le plus souvent répartis entre les membres, parfois gratuitement, parfois pour un prix modique, parfois en quantités égales pour toutes, parfois au prorata des besoins (c'est-à-dire de la taille de la famille). On a mentionné une cuisine qui joue aussi le rôle de popote roulante : une partie des repas est distribuée aux résidents âgés en perte d'autonomie d'un immeuble à loyer modique qui ne peuvent se déplacer ou se faire à manger.

Les personnes participantes sont très majoritairement des femmes, même pour les cuisines qui ne sont pas associées à un centre de femmes, bien qu'un informateur ait mentionné participer à une cuisine composée uniquement d'hommes. Les groupes sont composés d'environ une demi-douzaine de personnes décrites comme vulnérables, moins nanties ou associées à une situation de pauvreté. Une répondante estime qu'avant sa séparation, ses revenus familiaux étaient trop élevés pour avoir droit à des services comme la cuisine collective ; cela montre qu'elle la conçoit comme un service auquel n'ont accès que les plus démunis. Un autre informateur disait, dans le même sens :

[...] on a une cuisine collective, mais je vous dirais que la cuisine collective présentement c'est vraiment des gens qui font une cuisine, mais pour eux parce qu'ils sont moins nantis.

Le recrutement se fait à l'aide d'affiches dans des lieux publics, mais surtout par le bouche-à-oreille de participantes qui tentent d'en convaincre d'autres. Un informateur a mentionné avoir pris connaissance de l'existence de la cuisine à la Soupe populaire, où des personnes en parlaient positivement. Dans bien des cas, la participation est flottante et intermittente, avec un taux de roulement qui semble élevé. Un trait commun à toutes les cuisines est l'importance de l'intervenante qui en est la cheville ouvrière. Elle recrute les participantes, s'occupe des aspects financiers (gestion des subventions, réception des sommes données par les participantes, achat des aliments), s'occupe des liens avec les autres organismes et de l'horaire des activités (ateliers, cours, et la cuisine elle-même). Elle cumule parfois les rôles de cuisinière et de travailleuse de milieu. À l'occasion, elle décide du menu et, généralement, veille à leur bon équilibre nutritionnel.

La prise de décision au sein des cuisines semble très variable. Plusieurs informatrices ont souligné qu'elles discutent entre elles du menu de la prochaine cuisine, en personne ou via une page Facebook. Une informatrice a dit participer à la cuisine lorsque le menu lui plaisait et ne pas y aller lorsqu'il ne l'intéressait pas. Dans tous les cas, « c'est eux autres qui décident du menu ». Ou, dans les termes d'une autre informatrice :

Q : Et qui fait les courses, les achats ?

R : Ça, c'est eux autres qui s'occupent de ça.

Ces phrases, qui démontrent une certaine extériorité par rapport à la prise de décision (« eux autres »), indiquent que pour certaines participantes, la cuisine est un service offert plutôt qu'une activité impliquant une appropriation et une appartenance. Mais comme le montrent les énoncés qui précèdent, cela peut varier de façon importante.

L'activité d'une cuisine collective nécessite de nombreux partenariats. Une cuisine offre des repas communautaires dans une école et collabore à la redistribution des aliments du jardin communautaire. Certaines sont mises sur pied par des maisons d'hébergement ou des centres de femmes et avec leurs membres. Les équipements nécessaires peuvent être partagés avec d'autres activités, comme à Chibougamau, où la cuisine collective est dans le même édifice que la Soupe populaire, les deux étant en réalité le même organisme. La mise sur pied d'une

cuisine collective demande une coordination avec les activités des groupes communautaires, afin d'éviter les dédoublements (une personne a aussi parlé de « guerre de clocher » entre localités par rapport à la présence d'une cuisine). Des liens avec des épiciers sympathisants sont utiles pour négocier des prix plus avantageux ou profiter des produits en promotion ou de denrées qui approchent de leur date de péremption. Dans les localités où elles existent, les organisations caritatives ou les clubs sociaux donnent fréquemment un appui financier aux cuisines collectives. On peut déceler une certaine complémentarité entre la distribution de paniers de Noël et l'activité des cuisines dans ces propos d'une répondante :

Le principal mandat [...] c'est de remettre des paniers dans le temps des Fêtes, des paniers de provisions à des familles qui sont sur le bien-être social ou qui sont [au] salaire minimum, quelque chose comme ça et qui ont des enfants ou des personnes seules aussi [...] Et lorsqu'il y a pas eu la cuisine collective ou la popote roulante qui est tenue en arrière, là on fournissait les coupons d'achats au Bonichoix pour permettre qu'ils fassent une épicerie.

Les activités des cuisines collectives répondent à plusieurs objectifs. Le plus évident est celui d'épargner, car les achats en groupe permettent d'obtenir de meilleurs prix, tout comme entretenir les contacts avec les épiciers. Cette utilité financière est mentionnée par toutes les intervenantes rencontrées ainsi que par la plupart des usagères, pour qui les repas peuvent alors revenir à aussi peu qu'un dollar. Comme l'indique une répondante :

[...] j'avais une cuisine une fois par semaine. C'est 25 \$ et tu as l'entrée, un repas et un dessert pour quatre personnes. Moi, il m'en restait comme toujours beaucoup et des fois c'est des grosses popotes comme les spaghettis, tout ça, là.

Mais limiter les coûts est loin d'être la seule motivation à participer et, parfois, n'est pas mentionnée du tout par les répondantes usagères. Le besoin de socialiser, de rencontrer des gens, de briser la routine, de sortir de chez soi a été énoncé à de multiples reprises :

On passait des belles journées et les journées où on a fait ça, c'est bizarre, mais il y a même du monde du village qui venait comme en passant... heille ! C'est un restaurant [...] et ça venait jaser et ça a mis cette journée-là, une belle... j'utilise le mot âme, mais une belle vie dans le village pour les gens qui sont venus. Et évidemment, on pensait en faire d'autres, mais encore là la pandémie a mis un stop là-dessus.

Ou de l'avis d'une autre :

Et c'est social aussi, ce qui est le fun dans ces moments-là, on cuisine tous ensemble et on jase. Moi j'adore cuisiner aussi, alors c'est l'occasion de parler un peu de ce qu'on mange à la maison.

Autrement dit, ce n'est pas uniquement l'aspect nutritionnel qui motive à participer, mais aussi le plaisir de rencontrer des gens avec qui échanger, sur la cuisine mais aussi sur d'autres sujets.

Je veux sortir, moi, de la maison, je veux échanger, savoir des choses nouvelles, je suis curieuse.

Mais cette incitation n'agira que si on se reconnaît une affinité avec les autres personnes. Des informatrices ont mentionné que l'âge avancé de plusieurs autres participantes ou leur statut social trop différent les retenait de participer.

Les cuisines collectives permettent aussi d'apprendre à composer de nouveaux plats et de nouveaux menus, ou à utiliser de nouveaux aliments. En échangeant avec les autres participantes, mais aussi avec des spécialistes, comme une nutritionniste, on apprend à élaborer des menus plus variés et plus équilibrés, ce qui est utile même pour les repas préparés à la maison. Parfois, les cuisines sont tout simplement une façon d'apprendre à cuisiner, comme l'indique une informatrice parlant de son fils :

Il aime beaucoup ça, lui, il est séparé et il n'a pas ses enfants tout le temps et la semaine qu'il a pas ses enfants, lui, il va souvent à la cuisine collective, parce qu'il aime pas beaucoup se faire à manger et il sait pas trop quoi faire et tout ça. Alors, lui, il utilise la cuisine collective quand même assez souvent et régulièrement.

Comme plusieurs cuisines organisent des ateliers et des cours de cuisine, ces compétences sont évidentes et appréciées. Dans les termes d'une intervenante, les cuisines visent à « justement développer leur autonomie par rapport à la nourriture et la préparation, planification, ces choses-là ». Les cuisines collectives permettent donc de développer des compétences.

Enfin, un autre aspect ne doit pas être oublié. Plusieurs informatrices ont mentionné que la participation aux cuisines leur permettait d'économiser et de mieux gérer leur temps, car servir des menus où certains plats ont été congelés facilite les choses.

Un moment donné, je me suis dit... ça serait le fun cuisiner un peu et au pire congeler tes affaires, que mettons, quand tu reçois les enfants, tu peux sortir ça et c'est un mets déjà préparé, tu n'as rien que besoin de le faire cuire, de le faire réchauffer, mettons. Je trouvais ça pratique aussi. Et quand je travaille aussi, je me suis dit... des fois quand je travaille, je travaille beaucoup, je n'ai pas le temps vraiment. Quand tu arrives le soir, ça ne te tente pas de cuisiner, alors tu sors quelque chose le matin et c'est prêt, je trouvais ça pas pire.

Cet impératif de gestion de l'horaire explique pourquoi les recettes sont généralement simples : il ne faut pas y passer trop de temps.

Si les cuisines collectives ont plusieurs avantages pour les personnes rencontrées, y participer ne va pas sans difficulté. La première exigence est évidemment d'être intéressé par la cuisine et certaines informatrices ont expliqué leur manque d'intérêt en disant que « moi, la cuisine, ça ne m'intéresse pas vraiment ». Une autre contrainte est le temps nécessaire à la participation. Les activités de cuisine peuvent prendre au moins une demi-journée et jusqu'à une journée complète, ce qui est une large part de la vie quotidienne. Il s'agit parfois de se rencontrer une fois par mois, mais certaines cuisines sont hebdomadaires, ce qui peut devenir

exigeant. La conséquence est que cette activité est contraignante pour les personnes qui ont un horaire chargé ou un emploi :

J'ai commencé l'école au mois d'octobre, alors j'ai arrêté les cuisines collectives. Et là, ils étaient censés trouver un samedi que j'aurais pu participer, parce que ça me manquait beaucoup.

Une autre informatrice indique que sa participation se déroulait lorsqu'elle avait plus de temps libre :

[...] quand j'avais plus de temps dans ma vie, là. Oui, quand j'étais enceinte surtout, j'étais en arrêt maternité, alors j'avais un groupe de cuisine collective.

Une autre fait remarquer qu'il y a des « coûts cachés » à une telle participation :

Bien, j'ai aimé ça, mais j'ai pas le temps d'y aller trop souvent non plus, sinon il faut que je me trouve des gardiennes, là. Alors, je fais tout à la maison.

D'autres difficultés sont liées à ce qui est un trait important des cuisines : leur « aspect social ». Il implique qu'il faut se sentir à l'aise avec les autres participantes, se reconnaître des similitudes qui facilitent le partage d'expériences. Plusieurs informatrices ont mentionné que les cuisines recrutent surtout des personnes âgées et que la différence d'âge les en éloigne.

C'est encore des vieux ! Il y a une personne de mon âge que je vois qui essaye de faire un peu de cuisine communautaire une fois de temps en temps, elle [...]. Mais je la connais, j'ai déjà été prendre des marches avec, pour ça c'est bien, mais je n'ai pas envie de me mélanger avec ça.

Les participantes se connaissent bien et forment un groupe qu'il n'est pas toujours facile de pénétrer : « ce sont toujours les mêmes qui participent » et il est difficile de départager l'activité en commun et les autres aspects de la vie :

Elles sont envahissantes par rapport à d'autres personnes. Moi des fois j'aurais le goût d'y aller, juste cuisiner, faire mes affaires, avoir un bon temps en train de cuisiner, mais vu qu'on est un petit milieu aussi... et là ils ont le goût de se confier et ça te tente pas toujours de... [...] Ils sont comme socialement mésadaptés un peu, alors ils voient pas les limites, ils voient pas que toi tu veux être là et faire ton activité et pas avoir à gérer quelque chose, là.

Dans de petites communautés, surtout si le recrutement et la participation sont compliqués à cause des horaires de travail, aller à une cuisine collective « juste pour cuisiner » peut être ardu, voire contradictoire avec ce qu'est une cuisine.

La dimension sociale et relationnelle peut donc avoir un revers. Cependant, elle est essentielle non seulement aux activités, mais à la mise sur pied d'un groupe de cuisine. Selon une personne rencontrée, les gens de sa localité ne sont pas intéressés par une vie collective :

J'ai proposé [...] de faire un genre de cuisine communautaire où les gens pourraient se réunir, faire une super grosse sauce à spag ou faire du gros riz et retourner. Ça serait un événement les fins de semaine pour rapprocher le monde. Mais... pfft ! Le monde, ça les intéresse pas.

Toujours selon elle, le manque de tissu social local et l'absence de volonté d'en créer une expliquent donc l'échec de la mise sur pied d'une cuisine collective.

Mais s'il est une contrainte sur laquelle de nombreuses personnes sont revenues, c'est « l'image » des cuisines collectives. Elles sont associées à la pauvreté, aux gens incapables de se nourrir autrement. Cela a été dit de plusieurs manières :

On a une cuisine collective, mais je vous dirais que la cuisine collective présentement, c'est vraiment des gens qui font une cuisine, mais pour eux parce qu'ils sont moins nantis.

Cette association peut parfois faciliter le recrutement. C'est ce qu'indiquait une informatrice en disant que les participantes à une cuisine collective ne vont pas à celle du centre de femmes parce que celles qui vont au centre sont plus riches, mieux habillées, et que cela les incommode. Elles ont donc démarré leur propre cuisine « avec des mamans qui sont monoparentales, sur l'aide sociale et tout ça ». Mais plus souvent, la pauvreté associée aux participantes aux cuisines est un frein au recrutement, ce que déplore une intervenante :

Mais je pense que l'aspect cuisine collective, des fois je pense que ça freine les gens un peu par rapport à la stigmatisation, ils ne voient pas vraiment ça comme une opportunité justement de développer des compétences. Je pense que les gens ils voient ça... cuisine collective égale peut-être soutien alimentaire, pauvreté, demander de l'aide. Alors je pense qu'il y a comme un stigma en avant de tout ça. [...] Je pense aussi que si on mettait l'emphasis sur l'aspect social et l'aspect justement convivial et qu'au final, oui c'est vrai que ça revient avantageux. Je pense que ça permettrait peut-être aux gens de... ça serait peut-être plus incitatif à y aller.

### **Utiliser le dépannage alimentaire**

L'utilisation de diverses formes de dépannage a été fréquemment mentionnée dans les entretiens comme une façon de lutter contre l'insécurité alimentaire. Le terme désigne plusieurs types d'activités : paniers de Noël, soupe communautaire offerte par un organisme communautaire comme un de ses programmes ou activités, repas communautaires, soupes dans les écoles offertes par les écoles elles-mêmes, ou en partenariat avec un organisme communautaire, collations, épicerie payée par un organisme, banque alimentaire, chèque auprès de l'épicerie. Il y a un accent sur les enfants, bien que le CFP offre des déjeuners à ses étudiants adultes. On pourrait aussi y inclure les popotes roulantes. Le dépannage peut être une activité hybride, notamment lorsqu'une cuisine collective distribue des portions à des gens qui ne peuvent se déplacer. Le trait commun de ces diverses formes d'aide est que ce



sont des compléments qui ne visent pas à combler tous les besoins sur une base permanente. Ce sont des apports ponctuels qui doivent être complétés par d'autres actions.

Plusieurs des informations proviennent d'intervenants ou de bénévoles, qui insistent en général sur l'aspect économique : le dépannage vise à aider dans l'immédiat les gens dans le besoin qui sont dans une passe difficile. Les intervenants scolaires rencontrés, sans nier l'aide budgétaire que représentent les collations, les soupes du midi ou les déjeuners, insistent aussi sur l'aspect pédagogique : avoir moins faim aide les élèves à se concentrer. Ils tiennent aussi à offrir ce service à tous les enfants de l'école, afin d'éviter la stigmatisation. Des informateurs œuvrant dans des organismes à vocation plus caritative veulent mettre l'accent sur l'aide aux personnes seules (qui sont surtout des personnes âgées) et les familles à faible revenu (« des gens qui sont sur le bien-être ou au salaire minimum, quelque chose comme ça »), sans autre objectif, ni de but pédagogique, ou de plan d'intervention. Ces organismes ont généralement été mis sur pied à une époque où il n'y avait pas de cuisine collective ou de popote roulante. Mais si les paniers de Noël sont fréquemment associés à ce genre d'organisme, ce n'est pas toujours le cas : il arrive qu'un centre de femmes distribue aussi des paniers de Noël.

Leur aspect caritatif se retrouve avec évidence dans les énoncés des informateurs œuvrant dans des organismes offrant des paniers de Noël, qui reposent entièrement sur le bénévolat de quelques individus. Avec les années, ceux-ci deviennent de véritables experts, et connaissent intimement les bénéficiaires des paniers. Cette connaissance est facilitée par la petite taille des milieux, où « tout le monde se connaît ». La contrepartie est une absence de discrétion ou d'anonymat qui freine la demande d'aide (selon les personnes rencontrées, les bénéficiaires sont en fait le plus souvent recommandés par des amis ou des parents et demandent rarement eux-mêmes de l'aide). Les informateurs insistent sur l'importance de la confidentialité : même parmi les bénévoles de l'organisme, peu savent à qui les paniers sont destinés, bien qu'il s'agisse généralement toujours des mêmes personnes. Cette intimité entre les bénéficiaires et certains bénévoles signifie aussi que ces derniers peuvent décider la pertinence de donner un panier ou un bon d'épicerie à telle ou telle personne :

Parce que c'est sûr et certain qu'on ne donnera pas à une personne qui a un fonds de pension et qui reçoit la RRQ et la Sécurité de vieillesse, etc., qui est capable de s'en payer des affaires.

De même, si quelqu'un a les moyens de payer pour la popote roulante, il ne pourra pas recevoir de panier de Noël. Il y a donc une sélectivité voire un arbitraire des bénévoles qui se manifeste aussi dans le choix des aliments à mettre dans les paniers de Noël (on ne demande pas leurs préférences aux bénéficiaires) ou dans ceux de l'épicerie. On ne nous a pas parlé de limites dans le nombre de demandes admissibles de la part de la même personne, bien qu'un informateur dise « avoir droit » à l'épicerie « une fois aux trois mois ».

Il s'agit essentiellement d'aide en nourriture. Dans certains cas, il y a eu autrefois des dons en argent, mais cela ne se fait plus « afin que ce soit bien utilisé ». Cette expression signifie une insistance sur les fruits et légumes et les aliments nutritifs, ce qui sous-entend que les bénéficiaires, laissés à eux-mêmes, auront tendance à acheter des choses moins bénéfiques pour la santé. Cette suspicion à leur égard, qui accompagne souvent la pauvreté, se manifeste

aussi dans des commentaires sur l'incapacité à bien gérer son budget ou à garder son domicile propre :

Vivre dans un endroit où eux autres ils se plaisent à vivre là-dedans. Pour moi, ce n'est pas propre. Un moment donné tu arrives [...] quand je suis toute seule, c'est propre moi, c'est rangé (Rires). Ah non ! C'est ça qui me... je me dis... ouin ! C'est sûr et certain que ces personnes-là sont... ils ont la Sécurité de vieillesse et le supplément, mais c'est tout, là.

De façon cohérente, cette informatrice estime que la chose la plus utile serait de donner des cours de bonne gestion budgétaire à des gens qui ne semblent pas capables de la faire. Des expressions comme « eux autres » ou « ces gens-là » montrent bien la distance qui existe entre elle et les bénéficiaires.

Les informateurs sont très souvent revenus sur la stigmatisation des gens qui vont à la Soupe populaire. La gêne est un important frein à y aller, surtout la première fois. Pour aider à surmonter les réticences, il est préférable de connaître d'autres personnes qui utilisent le service, ou d'y aller en groupe, comme les étudiants du CFP sont encouragés à le faire. Dans la décision d'y aller, il y a aussi un travail personnel à faire, un travail sur soi : il faut « être prêt ». Avoir faim ne semble pas suffire. Le bien-être des enfants compte pour beaucoup dans la décision d'y aller.

Les organismes qui fournissent du dépannage sont, ou ont été, liés aux activités paroissiales ou à des organisations comme les Filles d'Isabelle. Ils ont souvent des liens de collaboration avec des organismes communautaires et l'Administration régionale Baie-James, celle-ci ayant plutôt, comme le CRSSBJ, un rôle de financement. Dans certains cas, les entreprises et les syndicats contribuent en donnant les surplus de leurs propres collectes, par exemple, durant la période des Fêtes. Des sommes sont aussi recueillies par des bénévoles qui font du porte-à-porte. Certains épiciers sont prêts à donner des aliments qui approchent de leur date de péremption. Les personnes sont recommandées par des citoyens ou par des organismes. Il y a peu de publicité, rendue moins nécessaire en raison de la petite taille des localités. Lorsque les organismes de dépannage en font, par exemple, pour appeler la population à faire des dons, ils utilisent les bulletins paroissiaux, mais aussi des circulaires et la radio. Un informateur dit avoir connu l'existence de la cuisine collective grâce à la Soupe populaire.

### **Utiliser des stratégies plus coûteuses**

Il existe d'autres façons de s'alimenter, mais elles n'ont pas comme objectif de faire des économies, mais plutôt d'augmenter la qualité et la diversité de la nourriture, généralement en ciblant des aliments qui sont peu ou pas disponibles localement. Plusieurs de ces façons de faire demandent des équipements coûteux ou un transport à longue distance. Ce sont donc des pratiques qui ne sont pas à la portée des gens démunis.

Dans quelques localités, des personnes ont pris l'initiative de mettre en vente des paniers de légumes importés des régions voisines en garantissant une certaine régularité dans l'approvisionnement. Cette forme d'agriculture soutenue par la communauté a été populaire : les paniers se sont vendus rapidement. Mais pour une personne rencontrée, ils étaient

destinés d'abord à des personnes affiliées au réseau de la santé et cela a soulevé des protestations<sup>21</sup> :

Et je pense qu'il y a eu du chialage là-dessus parce que les gens qui en auraient eu le plus de besoin et qui auraient pu en bénéficier, bien, ils pouvaient pas. Alors maintenant, je pense que c'est comme plus un marché ouvert.

De plus, les producteurs ont dû composer avec une sécheresse qui a limité leur capacité à fournir les quantités nécessaires. En raison de cette incertitude, la popularité des paniers en a souffert.

Plusieurs informateurs ont mentionné qu'un distributeur venant du Lac-Saint-Jean fait la tournée des localités avec un camion réfrigéré contenant divers aliments (viande, légumes, poisson). Il effectue la livraison à la résidence des clients qui lui ont commandé des items, ou fait du porte-à-porte pour écouler sa marchandise. Cela permet de rendre accessible une variété de produits qu'on ne trouve pas sur place et les coûts restent abordables, à condition de pouvoir acheter en assez grosse quantité. Un informateur remarque que ce genre d'achat n'encourage pas l'économie locale.

On a aussi fait mention de la présence d'un distributeur de viande itinérant. Un vendeur itinérant propose de la viande, du poisson et des fruits de mer emballés sous vide et congelés. Il circule dans les localités quatre à cinq fois par année. Il est apprécié pour la qualité de la nourriture, son aspect pratique et la diversité de ses produits.

Certaines localités organisent des foires gourmandes qui mettent à l'honneur les producteurs locaux ou de régions voisines comme le Témiscamingue ou le Nord-Est de l'Ontario. Il y a aussi des marchés de Noël et des étalages pendant la saison des sucres. Ces activités favorisent des produits de luxe.

Un informateur dont l'emploi ne lui permet pas de cuisiner et qui se méfie du *fast food* de certains restaurants commande des plats à cuisiner du genre *GoodFood*. Ils lui parviennent par courrier et, parfois, la livraison est gratuite. Il les entrepose dans son congélateur et les utilise lorsqu'il ne peut cuisiner.

Certains informateurs tentent d'augmenter leur autosuffisance alimentaire en élevant des poules, mais surtout pendant l'été, car le faire pendant l'hiver demanderait des équipements chauffants très coûteux. De plus, les taxes demandées par certaines municipalités diminuent l'intérêt pour cette pratique. Ils ont alors recours aux poulaillers communautaires, là où ils existent. Ils ne cherchent pas à devenir totalement autosuffisants et le simple plaisir d'élever des animaux ou des produits maraîchers est une motivation qui surclasse l'aspect économique, comme le montre cet extrait :

Bien, pour des produits frais, fins, sans produit chimique, pesticide et compagnie et encourager local. Et on aime ça jardiner, c'est un plaisir de faire nos propres

---

<sup>21</sup> Selon une autre informatrice, ces paniers n'étaient pas réservés et la plupart ont été utilisés par des gens extérieurs au réseau de la santé.

choses et encore plus dans des circonstances comme ce qu'on vit présentement, ça nous encourage encore plus.

Certains disent viser l'autosuffisance à long terme, mais ils ont besoin d'équipements qui permettent de diversifier la production (serres intérieures et extérieures, équipements de boucherie), et qui supposent un investissement coûteux. De plus, il faut des connaissances en agronomie qu'ils ne possèdent pas. Ils en sont donc au stade de l'expérimentation et se basent surtout sur leur réseau familial pour les acquérir.

## Discussion des résultats et pistes de développement

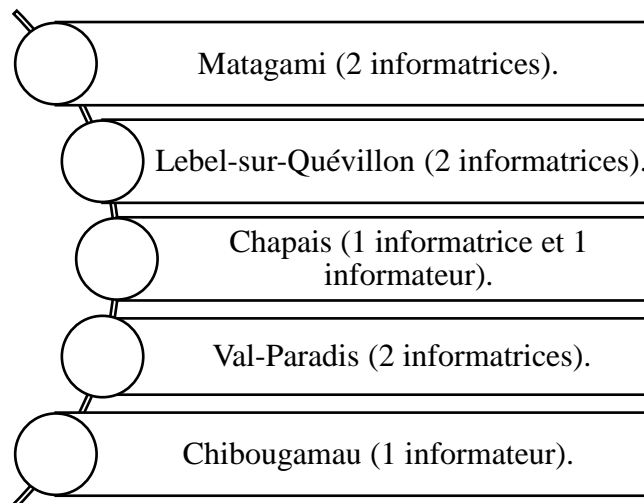
Comme on a pu le voir précédemment, les informateurs disent déployer annuellement entre cinq à huit stratégies différentes pour s'alimenter. Considérant ce nombre, les stratégies des citoyens ne diffèrent pas de façon marquée d'une ville ou localité à l'autre. Le tableau suivant (tableau 17) présente le nombre moyen de stratégies déployées par les informateurs de la présente recherche.

**Tableau 17. Les villes et localités avec le nombre moyen de stratégies par informateur**

Villes et localités	Les informateurs déploient en moyenne
Chapais	8,6 stratégies
Villebois et Valcanton	8,5 stratégies
Lebel-sur-Quévillon	8,25 stratégies
Matagami	8,2 stratégies
Chibougamau	6,2 stratégies
Radisson	5 stratégies

Les endroits où les informateurs déploient 10 stratégies et plus sont cités à la figure 5.

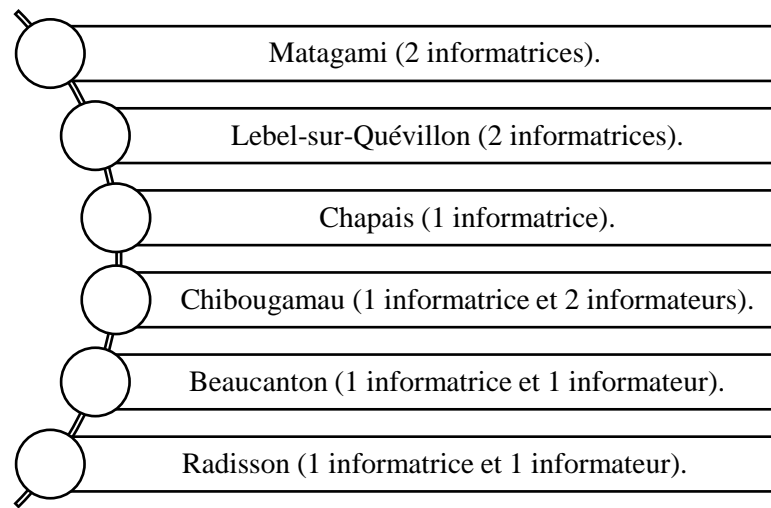
**Figure 5. Les endroits où les informateurs déploient 10 stratégies et plus**



Au total, 9 informateurs sur 24 ont mentionné réaliser 10 stratégies et plus pour maximiser leurs achats alimentaires avec le budget dont ils disposent, ce qui représente 37,5 % de notre échantillon<sup>22</sup>.

<sup>22</sup> Comme nous l'avons indiqué, l'échantillon d'informateurs n'étant pas statistiquement représentatif, on ne peut extrapoler les résultats de cet échantillon à la population générale.

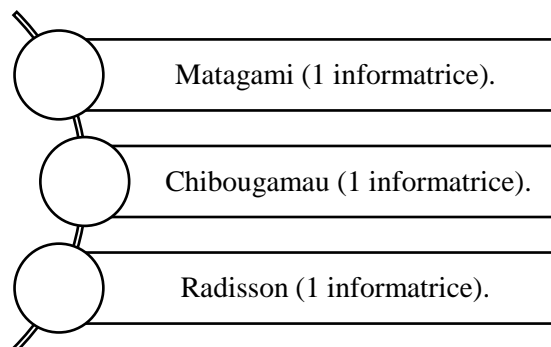
**Figure 6. Les endroits où les informateurs déploient entre 5 à 9 stratégies**



Comme l'indique la Figure 6, au total, 12 informateurs sur 24 ont mentionné réaliser entre 5 à 9 stratégies ce qui représente 50 % de notre échantillon.

Les endroits où les informateurs déploient entre 1 à 4 stratégies sont présentés à la figure 7.

**Figure 7. Les endroits où les informateurs déploient entre 1 à 4 stratégies**



Au total, 3 informateurs sur 24 ont mentionné réaliser entre 1 à 4 stratégies ce qui représente 12,5 % de notre échantillon.

Les stratégies alimentaires des informateurs résidant dans les différentes villes et localités de la Jamésie sont similaires. De fait, le lieu de résidence ne semble pas être un élément distinctif lorsqu'il est question des stratégies liées à l'alimentation des individus. Par ailleurs, lorsque nous additionnons toutes les stratégies alimentaires différentes des 24 participants à la recherche, nous arrivons à un total de 180 stratégies. Un élément distinctif qui retient l'attention est la présence des enfants dans les ménages des informateurs. En effet, les ménages avec un à plusieurs enfants représentent 50 % de l'échantillon (12 informateurs sur 24 ont au moins un enfant à leur charge) et ils font usage de 71 % des 180 stratégies énumérées durant les entretiens.

Pour ce qui est des stratégies, les trois plus populaires sont : aller à l'épicerie, accumuler les denrées et bénéficier des rabais des épiceries.

**Stratégie 1 :** Il s'agit de la stratégie « aller à l'épicerie » :

- 15 personnes sur 24 (63 %) mentionnent faire leurs achats à l'épicerie locale et 2 personnes sur 24 affirment avoir recours à l'épicerie locale seulement pour se dépanner.
- Pour ce qui est de faire son épicerie à l'extérieur de la ville ou de la localité, 16 informateurs sur 24 (67 %) font le déplacement pour :
  - avoir accès à une plus grande variété d'aliments ;
  - réduire les coûts parce que les aliments sont moins chers malgré la distance parcourue ;
  - l'habitude.

Il importe de mentionner que certaines personnes disent faire leurs achats régulièrement dans les deux types d'épiceries.

**Stratégie 2 :** L'autre stratégie qui affiche un pourcentage élevé est l'accumulation des aliments soit par la congélation, le stockage des denrées sèches ou le cannage (13 personnes sur 24, 54 %). Ces informateurs accumulent des aliments parce qu'ils ont été vendus au rabais ou qu'ils sont le fruit d'une chasse ou d'une cueillette. Certains disent vouloir avoir accès à certains aliments périssables saisonniers toute l'année.

**Stratégie 3 :** Pour ce qui est des habitudes d'achat, 38 % (9 personnes sur 24) des répondants disent faire leurs achats alimentaires en fonction des rabais affichés. Pour les mangeurs qui font leurs achats à l'épicerie locale, il peut être difficile de baser leurs choix uniquement sur les produits en promotion, qui sont d'un éventail limité.

Le tableau suivant présente les stratégies alimentaires qui impliquent un organisme communautaire ou une personne de l'entourage des informateurs.

**Tableau 18. Les stratégies alimentaires impliquant des organismes communautaires et des personnes de leur entourage**

29% participent aux activités de la cuisine collective (7/24).	29% utilisent à l'occasion les dons alimentaires faits par leur entourage (7/24).
20% utilisent le dépannage alimentaire des organismes communautaires (5/24).	16% ont intégré le repas communautaire comme une stratégie alimentaire (4/24).

Le recours à ces stratégies alimentaires implique une personne extérieure ou un organisme communautaire et suppose donc un lien social.

Enfin, le tableau suivant présente d'autres stratégies alimentaires.

**Tableau 19. Les "autres" stratégies alimentaires**

38% des informateurs de la recherche font du jardinage sur leur terrain ou dans un jardin communautaire (9/24).	29% chassent (7/24).
29% cueillent (7/24).	25% pêchent (6/24).

Ce tableau montre que le jardinage est une activité fort populaire chez les informateurs de la recherche tout comme les activités de chasse et de pêche.

Bref, une variété de stratégies alimentaires est utilisée par les personnes participantes à la recherche. Celles-ci semblent maîtriser différentes compétences telles que cuisiner, planifier des achats, jardiner, dépecer un animal, pêcher, cueillir, etc. Elles possèdent de l'espace et plusieurs équipements et accessoires liés à la cuisine, à la congélation, à la pêche, à la chasse et au jardinage en terre ou en serre, sans oublier une voiture pour se rendre à l'organisme communautaire ou à l'épicerie à l'extérieur de la ville. Ces personnes semblent avoir bâti un réseau de soutien avec des membres de leur famille pour faire des achats, prêter de l'argent, se déplacer en voiture, avec des organismes communautaires et avec des organismes publics (p. ex. : école). À l'inverse, certains informateurs sans réseau social mentionnent avoir moins le goût de manger ou de cuisiner.

À la lumière de ces données, on constate que ces différentes stratégies peuvent s'imbriquer pour constituer un continuum ou un processus d'amélioration continue pour les citoyens. À titre d'exemple, certains mangeurs mentionnent avoir participé à des groupes de cuisine collective et acquis des compétences culinaires, qui leur permettent aujourd'hui d'acheter des aliments non transformés (à plus faible coût) et cuisiner des repas qui répondent à leurs goûts. D'autres exemples ont été décrits dans la présentation des données pour illustrer le lien entre les stratégies individuelles et les ressources disponibles dans le milieu. En se fiant à ces exemples, les décideurs publics et les intervenants sociaux semblent arriver à la conclusion que les interventions en matière de sécurité alimentaire doivent être autant collectives qu'individuelles.

À partir de ces quelques statistiques toujours en rapport avec les 24 entrevues de citoyens résidant en Jamésie, nous pouvons aller dans le même sens que d'autres recherches telles que celles de Tremblay et al. (2006) ou de Côté (2007) qui relèvent que ces personnes maîtrisent plusieurs compétences pour maximiser leurs achats alimentaires en fonction de leur budget. Pour ce qui est de la gestion des finances personnelles, les difficultés sont davantage vécues



chez les personnes qui perdent leur revenu à la suite d'une fermeture d'usine, par exemple. De la même façon, la proximité entre les citoyens d'une petite ville ou localité peut empêcher la personne à avouer ses problèmes financiers parce qu'elle a peur d'être jugée négativement. Du coup, l'approche qui semble se dégager avec les soupes accessibles à tous à Chibougamau, à Villebois et dans certaines écoles peut avoir une influence salutaire par rapport aux jugements « négatifs » qui persistent à l'égard des services communautaires, en mettant l'accent sur l'universalité du service comme frein aux préjugés.

En terminant, un élément important qui ressort de l'analyse des données est la notion de plaisir de manger pour les informateurs. Cette notion de plaisir est retenue dans le Guide alimentaire canadien (Gouvernement du Canada, 2019) ainsi que dans la Vision de la saine alimentation pour la création d'environnements alimentaires favorables à la santé (Dufour-Bouchard et al., 2010).

Ces considérations directement issues des données recueillies doivent être complétées par une perspective plus globale du système alimentaire, car la sécurité alimentaire s'inscrit dans la *Loi-7 — Loi visant à lutter contre la pauvreté et l'exclusion sociale* (Gouvernement du Québec, 2002). L'article 2 de cette loi précise que :

Pour l'application de la présente loi, on entend par « pauvreté » la condition dans laquelle se trouve un être humain qui est privé des ressources, des moyens, des choix et du pouvoir nécessaires pour acquérir et maintenir son autonomie économique ou pour favoriser son intégration et sa participation à la société.

L'intérêt de se rappeler cet article est d'exposer que les ressources et les moyens peuvent être liés aux individus et par la suite, les notions de choix et de pouvoir peuvent être liées à l'environnement. De la même façon, l'analyse de nos données démontre qu'un mangeur qui désire améliorer ses stratégies alimentaires peut être limité par les options offertes dans son environnement ou sa ville/localité. C'est pourquoi l'article 5 souligne que :

La stratégie nationale se compose d'un ensemble d'actions mises en œuvre par le gouvernement, ses partenaires socio-économiques, les collectivités régionales et locales, les organismes communautaires et les autres acteurs de la société afin de contrer la pauvreté et de favoriser l'inclusion sociale. À cet égard, le gouvernement suscite la participation citoyenne, notamment celle des personnes en situation de pauvreté.

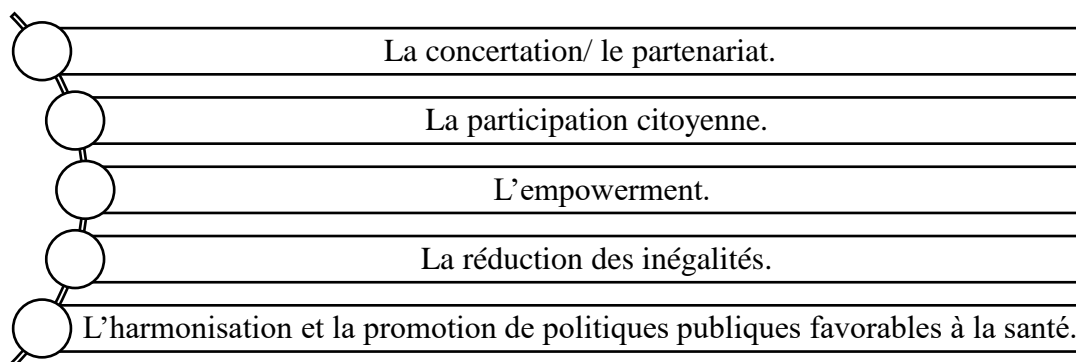
Il en découle l'article 9, paragraphe 4 :

4° favoriser, pour les personnes et les familles en situation de pauvreté, l'accès, en toute dignité, à un approvisionnement alimentaire suffisant et nutritif, à un coût raisonnable, de même qu'à une information simple et fiable qui leur permette de faire des choix alimentaires éclairés ;

Le gouvernement du Québec a publié en 2008, le *Cadre de référence en sécurité alimentaire* (Pageau, 2008). Ce cadre de référence mentionne que les activités en lien avec la sécurité alimentaire devraient miser sur l'autonomie alimentaire dans une perspective de

développement des communautés et, dans une moindre mesure, sur le dépannage alimentaire. Les éléments clés des interventions en matière de développement des communautés cités dans le cadre de référence (Pageau, 2008) sont présentés à la figure suivante.

**Figure 8. Les éléments clés des interventions en matière de développement des communautés**



Source : Pageau (2008)

Ces notions de participation citoyenne, de concertation et de partenariat sont importantes puisqu'elles sont mentionnées par plusieurs participants à la recherche. Elles permettent aussi d'aborder l'enjeu de l'empowerment des personnes et des communautés, qui avait été mentionné par les professionnels du CRSSSBJ, lorsque les données de cette recherche leur avaient été présentées.

Dans les pages suivantes, nous présenterons ces concepts en lien avec les résultats obtenus. Afin de suggérer des pistes d'actions futures, tout en mettant de l'avant leur aspect systémique, nous commencerons par la notion de l'empowerment puisqu'il s'agit tout d'abord d'une mesure d'intervention individuelle et par la suite, communautaire. Dans ce but, nous présenterons les concepts qui lui sont associés, tels que la concertation, la participation citoyenne et la promotion de politiques publiques favorables à la santé visant aussi la réduction des inégalités (voir tableau 20).

**Tableau 20. L'ordre de présentation des éléments clés des interventions en matière de développement des communautés**

1. L'empowerment.
2. La concertation/le partenariat.
3. La participation citoyenne.
4. La promotion de politiques publiques favorables à la santé visant aussi la réduction des inégalités.

Source : Ninacs (2008)

Comme on le voit, cette présentation exposera donc un cheminement de l'ordre individuel vers le collectif. Ce cheminement aurait aussi pu être compris à l'inverse. L'essentiel est que pour développer une vision globale en Jamésie en matière de sécurité alimentaire, plusieurs concepts doivent être abordés avec les individus qui composent le territoire.

### **Premier élément clé des interventions en matière de développement des communautés : l'empowerment**

#### La définition

L'auteur le plus utile est Ninacs (2008), qui a eu une grande influence sur les perspectives québécoises de l'empowerment. Nous avons donc retenu sa définition afin de développer de nouvelles stratégies alimentaires ou d'améliorer celles qui existent. Même si de nombreux auteurs donnent différentes définitions de l'empowerment, Ninacs (2008) se distingue par le fait qu'il propose une certaine opérationnalisation de ce concept. Pour lui, l'empowerment...

[...] a pour objectif de dépasser la simple assistance en visant le développement de la capacité d'agir des personnes et des communautés aidées. Ce faisant, elle cherche à leur permettre de répondre elles-mêmes à leurs propres besoins le plus rapidement et le plus complètement possible, ou, du tout au moins, à leur insuffler une certaine emprise sur l'assistance qui leur est procurée par quelqu'un d'autre. (Ninacs, 2008, p. 2)

Il ajoute (p. 15) que

[l']empowerment repose sur la prémisse que les individus et les collectivités ont le droit de participer aux décisions qui les concernent et que les compétences requises par cette participation sont déjà présentes chez les individus et les collectivités, ou que le potentiel pour les acquérir existe.

En matière de sécurité alimentaire, l'analyse des données permet de cibler des suggestions d'actions à partir des stratégies présentées par les personnes qui ont participé aux entretiens.

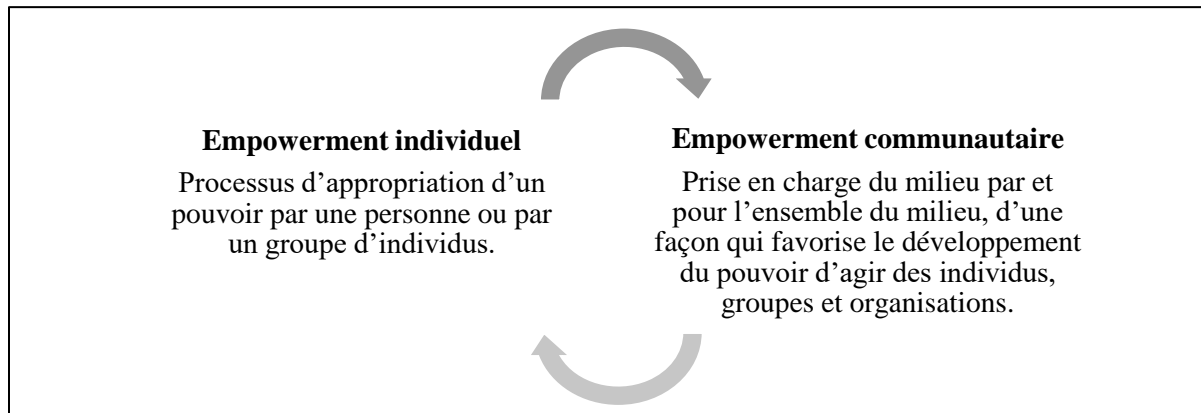
Comme finalité à l'empowerment Ninacs écrit :

Il s'agit d'un avantage considérable dont les effets vont du respect de la dignité des personnes et des communautés en question à l'atteinte de résultats plus probants et plus durables, en passant par une réduction de leur dépendance envers ceux et celles qui leur fournissent le soutien tels les organismes communautaires, les institutions publiques et l'État. (Ninacs 2008, p. 5)

De façon générale, Ninacs (2008) distingue trois types d'empowerment : individuel, communautaire et organisationnel. Le troisième type d'empowerment concerne les organisations en tant que « communautés fonctionnelles », des systèmes autonomes dont l'utilité (la fonction) est d'« établir le pont entre les individus et la communauté en son sens large » (Ninacs 2008, p. 57) par exemple en servant de lieu d'intégration. Ce type d'empowerment doit évidemment être considéré par une analyse visant à étudier comment une communauté « au sens large » se constitue et se donne les moyens d'exister. Il est plus

périphérique pour une recherche comme la nôtre, visant surtout à cerner les stratégies utilisées par les acteurs individuels, les « mangeurs ». Nous avons donc choisi de nous attarder uniquement à l’empowerment individuel et communautaire. Comme on le verra, les rôles possibles ou souhaités des organisations communautaires et publiques ne seront pas négligés puisqu’ils sont intégrés au système alimentaire pour certaines stratégies, sans pour autant en être l’élément central. La figure suivante présente les définitions et la complémentarité des concepts d’empowerment individuel et collectif.

**Figure 9. La complémentarité entre l’empowerment individuel et communautaire**

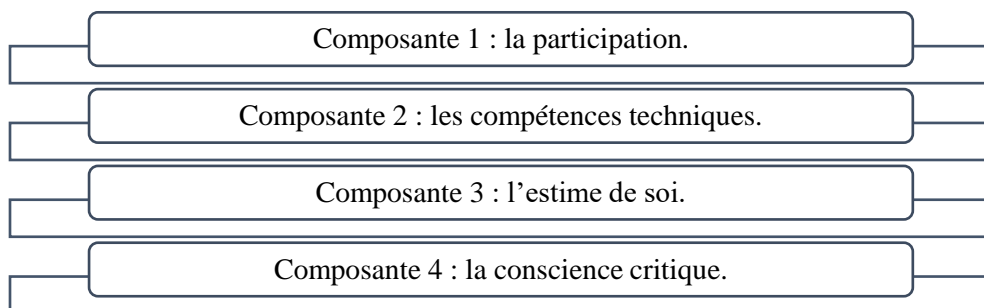


Source : Ninacs (2008)

Comme l’indique cette figure, qui insiste sur l’interaction et le renforcement mutuel des deux types d’empowerment, l’empowerment individuel « correspond au processus d’appropriation du pouvoir par une personne ou par un groupe d’individu » (Ninacs, 2008, p. 17).

Sur le plan individuel, les composantes proposées par Ninacs sont liées à la personne qui désire acquérir davantage de pouvoir sur soi pour faire ses choix et réaliser ses aspirations. Ces composantes sont présentées à la figure suivante.

**Figure 10. Les composantes liées à la personne**

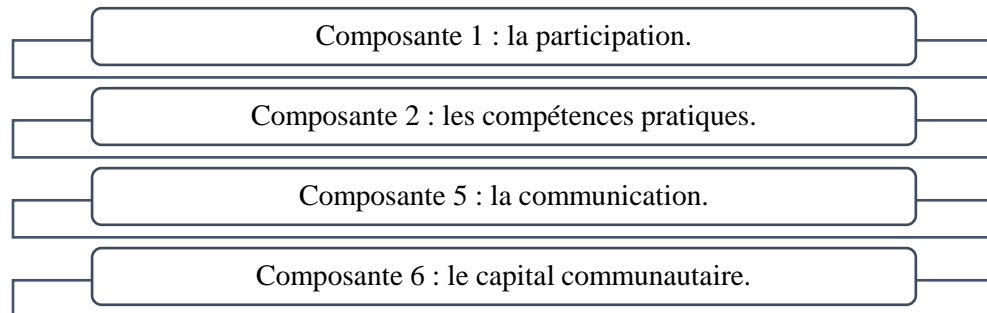


Source : Ninacs (2008)

Sur le plan communautaire (Figure 11), ces mêmes éléments sont abordés, mais ils sont vécus comme un processus collectif où des individus se développent à leur rythme. Nous aborderons aussi la participation (composante 1 mentionnée précédemment) et les

compétences pratiques (composante 2 mentionnée précédemment), toujours présentes avec la communication (composante 5), ainsi que le capital communautaire (composante 6).

**Figure 11. Les composantes communautaires (Ninacs, 2008)**



Source : Ninacs (2008)

Ces différentes composantes seront présentées de la même façon. Le premier point sera la définition retenue, suivie des bons coups et des défis relevés par l'analyse des données et nous terminerons avec des suggestions d'actions.

### **Composante 1 de l'empowerment individuel et collectif : la participation**

#### La définition retenue

La définition de la participation se détaille en plusieurs aspects présentés au tableau suivant.

**Tableau 21. La participation dans l'empowerment individuel et communautaire**

Empowerment individuel :	Empowerment communautaire :
<b>La participation : établir des relations, faire des choix et prendre des décisions</b>	<b>La participation</b>
<div>1) Assistance muette.</div> <div>2) Participation aux discussions simples.</div> <div>3) Participation aux débats.</div> <div>4) Participation aux décisions.</div>	<div>1) Espaces et ressources permettant la participation (décisions significatives).</div> <div>2) Pouvoir partagé équitablement.</div> <div>3) Accent sur les processus et les résultats.</div> <div>4) Occasions d'apprendre et de contribuer.</div>

Source : Ninacs (2008)

Le tableau 21 expose une gradation dans la participation soit, pour l'empowerment individuel, de l'assistance muette d'une personne à la prise de décisions. Pour ce qui est de l'empowerment communautaire, une gradation semblable va de la création d'espaces collectifs pour une prise de décisions significatives jusqu'aux occasions d'apprendre et, par le fait même, de contribuer à quelque chose de significatif pour une communauté.

#### Des bons coups à souligner en Jamésie

À la lumière des données analysées, les organismes communautaires offrent une panoplie d'activités où les citoyens peuvent s'impliquer. Dans le champ de l'empowerment individuel, certains informateurs appuient l'idée de l'assistance muette lors de leur première expérience au sein d'organismes communautaires surtout pour les activités concernant le dépannage alimentaire telles que les repas communautaires, les collations ou les soupes dans les frigos des écoles. Ensuite, certains citoyens participent à des activités telles que des cuisines collectives ou s'impliquent bénévolement pour les repas communautaires. Il y a aussi la participation de bénévoles aux activités de dépannage, la collaboration entre résidents pour l'achat en groupe, par exemple. D'autres disent même s'impliquer au sein des conseils d'administration des organismes communautaires. Ainsi, des espaces et des ressources semblent être mis à la disposition des citoyens pour participer à la prise de décisions significatives au sein des OBNL. Concernant l'empowerment individuel, des organismes communautaires offrent la possibilité aux citoyens d'établir des relations et de prendre part à des décisions significatives, s'ils le désirent. Dans le cadre de la présente recherche, la dimension collective a été peu abordée parce que les entretiens ont été réalisés de manière individuelle et aucune séance d'observation n'a été tenue à cause du contexte de la pandémie.

#### Des défis en Jamésie

Par ailleurs, les expériences d'implication citoyenne semblent être plus problématiques lorsqu'il est question d'enjeux à l'échelle de leur ville ou localité. Cependant, la collaboration entre les élus municipaux et les personnes impliquées dans le projet de la serre communautaire de Villebois peut être un exemple intéressant puisque des intervenants sociaux, des personnes bénévoles, des élus et des fonctionnaires municipaux travaillent ensemble sur ce projet. D'autres milieux semblent éprouver certaines résistances qui peuvent être liées à des divergences de vision de développement de leur milieu.

#### Des suggestions d'actions pour favoriser la participation des citoyens aux processus de prise de décisions significatives

Comme on a pu le voir au tableau précédent (tableau 21), la participation des citoyens peut être vue de façon progressive, c'est-à-dire que la personne peut, au début, être présente sans participer aux échanges mais que, peu à peu, elle sera invitée à s'exprimer sur certains enjeux. En matière de stratégies alimentaires, de nombreux citoyens participent aux différentes activités. En matière d'empowerment<sup>23</sup>, la vision du processus d'intervention est de faire progresser ou cheminer la personne vers une appropriation de son pouvoir d'agir. Ainsi,

---

<sup>23</sup> Le terme est pertinent ici, puisque le système alimentaire actuel crée des inégalités qui peuvent reléguer des gens à des situations de vulnérabilité et donc, à des pertes de pouvoir.

lorsqu'une intervenante anime la discussion, elle peut solliciter la participation de toutes les personnes présentes en donnant des droits de parole. Par la suite, l'intervenante peut leur proposer de s'impliquer dans le développement de certaines activités portant sur leurs besoins alimentaires. Cette manière d'aborder les choses avec les citoyens favorise le développement d'activités sociales, au lieu qu'ils soient constamment en attente de services. Lorsqu'une personne s'implique dans le développement d'une activité, il importe de faire des retours ou des séances d'apprentissage sur les acquis pour intégrer ces nouvelles pratiques. Le tableau suivant propose différentes actions et questions pour les animatrices d'activités de sécurité alimentaire au sein des organismes communautaires. Il indique les différentes actions et questions possibles pour favoriser le développement de l'empowerment individuel et collectif des citoyens qui participent à des activités en lien avec la sécurité alimentaire. Bien que ces questions aient été au départ formulées pour des activités de cuisines collectives, elles peuvent être adaptées à d'autres circonstances.

**Tableau 22. Petit guide d'animation d'une activité en sécurité alimentaire : actions et attitudes à privilégier pour favoriser la participation des citoyens (à l'intention des animatrices)**

<p><b>Assistance muette</b></p> <p>En tant qu'animatrice, est-ce que j'encourage les personnes présentes aux activités à inviter une autre personne de son entourage ?</p>
<p><b>Participation aux discussions simples</b></p> <p>En tant qu'animatrice, est-ce que j'offre à toutes les personnes présentes la possibilité de s'exprimer ?</p> <p>Est-ce que j'encourage personnellement les personnes à le faire, est-ce que je les félicite ?</p>
<p><b>Participation aux débats</b></p> <p>En tant qu'animatrice, est-ce que j'expose les arguments favorables et défavorables d'un sujet discuté entre les personnes présentes à l'activité ?</p>
<p><b>Participation aux décisions</b></p> <p>En tant qu'animatrice, est-ce que je laisse la planification et la conception des activités offertes aux personnes participantes ?</p> <p>Lorsqu'un problème survient dans une activité, est-ce que je demande aux personnes participantes de trouver elles-mêmes la solution ?</p> <p>Est-ce que je me place en position de soutien au développement des activités ?</p>
<p><b>Espaces et ressources permettant la participation (décisions significatives)</b></p> <p>En tant qu'animatrice, est-ce que j'encourage les personnes à s'impliquer au conseil d'administration de l'organisation ?</p> <p>Est-ce que je crée des espaces de discussion avec les citoyens sur le rôle de l'organisme communautaire et ses activités ?</p> <p>Est-ce que j'invite des élus municipaux, provinciaux et fédéraux à participer à certaines activités ?</p>

**Tableau 22 (suite)**

<b>Pouvoir partagé équitablement</b> En tant qu'animatrice, est-ce que j'encourage les personnes à s'impliquer au sein de l'organisation ? Est-ce que les opinions des citoyens sont aussi valables que les miennes ? Au sein de l'organisation, y a-t-il déjà eu une discussion au sujet du pouvoir décisionnel accordé aux citoyens ? L'organisation a-t-elle déjà fait des représentations au sein d'autres instances pour faire entendre les suggestions de développement des citoyens ?
<b>Accent sur les processus et les résultats</b> Lorsque des citoyens prennent des décisions ou veulent s'impliquer pour la réalisation d'une activité, en tant qu'animatrice, est-ce que j'explique le processus vécu pour tirer des leçons, reconnaître les efforts et les résultats ?
<b>Occasions d'apprendre et de contribuer</b> Pour donner suite aux explications liées au processus et aux résultats obtenus, en tant qu'animatrice, est-ce que je peux développer des outils ou un journal de bord pour conserver ces leçons apprises ? Après chaque étape d'un projet, en tant qu'animatrice, est-ce que je réalise une séance de rétroaction sur les réussites accomplies ? sur les connaissances et les compétences acquises ?

Source : inspiré de Racine et Leroux (2004) et Desjardins (2014)

Le Tableau 22 présente les différentes actions et questions possibles pour favoriser le développement de l'empowerment individuel et collectif des citoyens qui participent à des activités en lien avec la sécurité alimentaire.

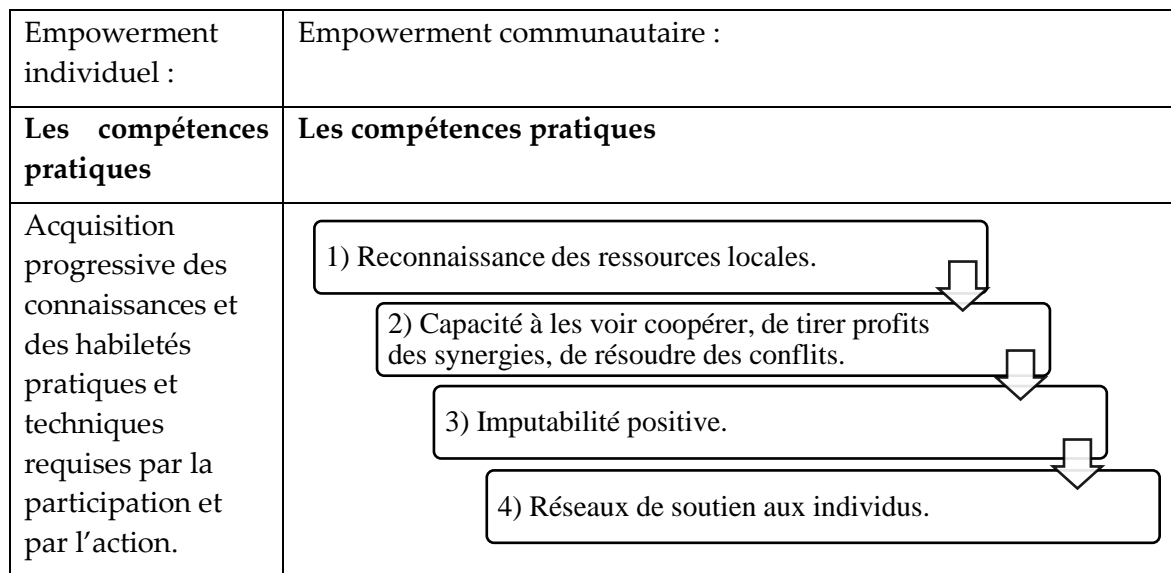
## **Composante 2 de l'empowerment individuel et collectif : les compétences pratiques**

### La définition retenue

La seconde composante de l'empowerment individuel et collectif, selon Ninacs (2008), concerne les compétences pratiques. La figure suivante en présente les composantes.



**Figure 12. Les compétences pratiques**



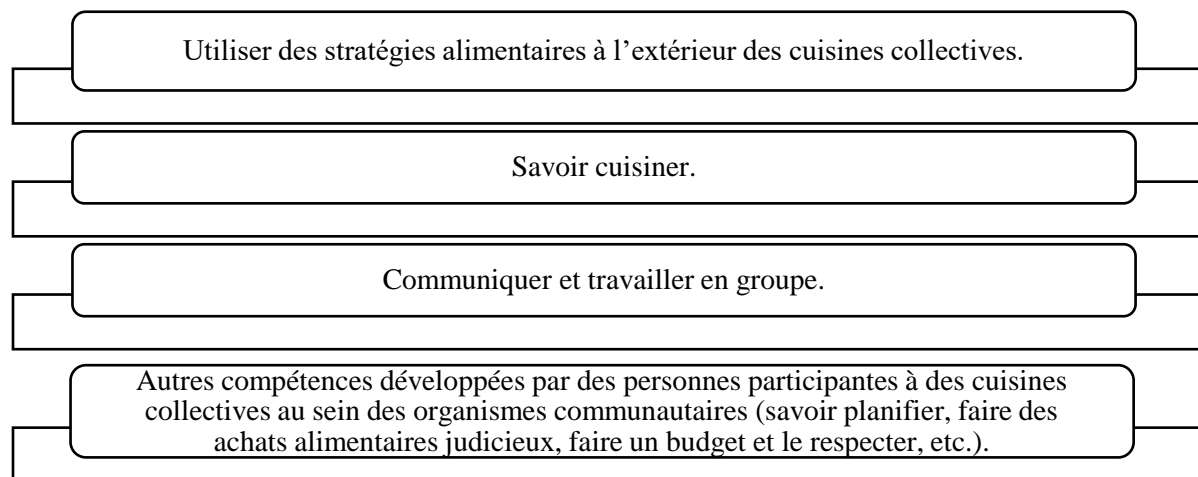
Source : Ninacs (2008)

Il ressort de la figure 12 que les citoyens acquièrent des connaissances et des habiletés par l'action et par leurs relations avec d'autres personnes. Pour les intervenants des organismes communautaires, cela peut impliquer des activités concrètes pour que les citoyens apprennent et mettent en œuvre leurs compétences pratiques. Ensuite, les communautés possèdent des ressources qui peuvent être mises en commun pour élaborer des processus d'entraide.

#### Des bons coups à souligner en Jamésie

Selon Racine et Leroux (2004), les compétences pratiques en matière de sécurité alimentaire peuvent être celles indiquées dans la figure 13.

**Figure 13. Les compétences pratiques en sécurité alimentaire**



Source : Racine et Leroux (2004)

Pour ce qui est d'« utiliser des stratégies alimentaires à l'extérieur des cuisines collectives », les informateurs de la recherche en ont énuméré plusieurs. À des fins de rappel, ces stratégies sont très diversifiées ; on retrouve l'allaitement, la diminution des produits superflus, la modification de l'alimentation, la prise d'un rendez-vous à l'extérieur de la ville ou localité et faire l'épicerie en même temps, les achats en fonction des produits en promotion, la cuisine en groupe, la congélation ou le stockage, la chasse, la pêche, la cueillette des fruits sauvages, le jardin privé ou la serre maison, les poules pondeuses, les repas communautaires, le dépannage alimentaire. Bref, le recours aux stratégies alimentaires autres que les cuisines collectives, même si elles sont utilisées par 7 informateurs sur 24, n'est pas rare pour les participants à la recherche.

Le second aspect est « savoir cuisiner » qui peut inclure la réappropriation de savoirs traditionnels remontant aux premiers habitants. Cette compétence a été discutée par certaines personnes parce qu'elle permet l'achat de denrées non transformées donc, moins coûteuses. De plus, les personnes qui disent savoir cuisiner peuvent se faire des repas qui leur apportent du plaisir à manger et à partir d'ingrédients qu'ils ont sous la main. Bien sûr, une activité de cuisine collective où les participants concoctent un repas de trois services ou de plusieurs portions ne comble pas tous les besoins alimentaires jusqu'à la prochaine rencontre. Toutefois, l'acquisition de cette compétence encourage la personne à élargir son éventail de stratégies alimentaires et à en tirer une certaine satisfaction.

Les troisième et quatrième aspects concernent des compétences pour l'opérationnalisation des groupes de cuisines collectives. Lorsque cette opérationnalisation est transposée à d'autres stratégies alimentaires collectives, comme demander à des personnes qui habitent dans une ville voisine de faire leurs achats dans une épicerie qui offre des produits en promotion, ou alors de faire du covoiturage, de faire des échanges de denrées, de constituer, participer ou gérer un groupe d'achat, tout cela demande des compétences. Ces habiletés peuvent être celles énumérées précédemment : communiquer, travailler en équipe, planifier les achats, respecter le budget, faire des achats judicieux, etc.

Bref, l'analyse des données révèle que l'empowerment individuel concernant la maîtrise de compétences pratiques semble être présent chez des informateurs. Il s'agit là d'un atout qui peut servir à l'action et à l'intervention.

### Des défis en Jamésie

Pour ce qui est de l'empowerment communautaire et des compétences pratiques, l'analyse des données révèle que les organismes communautaires sont actifs dans les villes et localités de la Jamésie sauf à Radisson. Ils se concertent, dirigent des personnes dans le besoin au bon endroit, respectent les missions de leurs partenaires, etc. Un défi qui se pose à eux est de poursuivre leurs démarches de sensibilisation des enjeux relatifs à la sécurité alimentaire auprès des élus municipaux, des autres ministères ou organismes publics, des commerçants et des citoyens. Ces démarches de sensibilisation pourraient se faire pour chacune des villes et localités, mais aussi de manière globale sur tout le territoire de la Jamésie, car, comme on l'a vu, des stratégies similaires sont utilisées par les informateurs sans qu'il y ait vraiment de différence entre les localités.

Nous pouvons maintenant suggérer des actions pour favoriser l'amélioration des compétences pratiques des individus et des communautés.

Lorsqu'on les aborde de manière plus individuelle, ces compétences (planifier les achats, respecter le budget, faire des achats judicieux) pourraient être soutenues par le travail des intervenantes des organismes communautaires surtout pour les personnes qui vivent momentanément une baisse de revenu (p. ex. : à la suite d'une perte d'emploi ou d'une fermeture d'usine). Des partenariats avec de grands employeurs de chacune des villes et localités pourraient être conclus afin d'organiser des ateliers de sensibilisation ou des présentations ou d'animer des stands d'information à des moments critiques. Cela signifie qu'une personne désignée à l'intérieur de chaque entreprise pourrait être en communication avec un organisme communautaire pour fournir des références lorsqu'il y a licenciement ou planifier des ateliers lorsqu'il y a annonce de fermeture prochaine d'une usine ou d'une mine. Bref, il serait pertinent que les intervenants des organismes communautaires établissent un premier contact avec des personnes potentiellement à risque de connaître dans un avenir rapproché des difficultés financières. La création de capsules vidéo diffusées sur les réseaux sociaux peut être aussi une option pour préserver l'anonymat des personnes et défaire certains préjugés. Le témoignage d'ex-employés d'usines ou de mines ayant vécu des événements liés à une perte d'emploi peut être aussi un outil de sensibilisation. Ces différentes approches peuvent aussi contribuer à l'éveil de la conscience critique qui sera abordée ultérieurement.

Pour favoriser les compétences pratiques dans le cadre de l'empowerment communautaire, la présente recherche offre un portrait général des différents rôles que peuvent jouer des acteurs présents dans les localités. En matière de sécurité alimentaire, les acteurs nommés ou participants ont été nombreux et diversifiés :

- publics : organismes subventionnaires ou de soutien tels que Société du Plan Nord, le CRSSSBJ, SADC, ARBJ, MAPAQ, Société des parcs, élus municipaux et provinciaux ;
- économiques : agriculteurs, distributeurs, transporteurs, restaurateurs, activités connexes ;
- communautaires : organismes qui offrent des services de dépannage, repas communautaires, cuisines collectives, jardin, cueillette, etc. ;
- les citoyens eux-mêmes.

Les stratégies alimentaires des mangeurs et leur contribution spontanée à cette recherche peuvent démontrer leur préoccupation et leur intérêt à vouloir améliorer leur situation. Avec ce portrait, les intervenants des organismes communautaires peuvent mettre à contribution les expériences réussies dans les différentes villes et localités pour influencer et mobiliser les acteurs de leur milieu.

Pour ce qui est des citoyens qui ont participé à la recherche, certains ont formulé des vœux tels que le partage des connaissances (horticulture, compost), les fêtes ou rassemblements liés aux semences ou aux récoltes, la diversité des commerces alimentaires (p. ex. : produits raffinés) et la réalisation de projets rassembleurs. On peut y voir une volonté d'améliorer les

choses dans leur environnement et, comme nous l'avons souligné précédemment, certains informateurs veulent y contribuer.

Pour terminer cette composante, voici un guide d'animation pour favoriser les compétences pratiques des citoyens. Il présente les différentes actions et questions possibles pour favoriser le développement de l'empowerment individuel et collectif des citoyens qui participent à des activités portant sur la sécurité alimentaire. Bien que ces questions aient été au départ formulées pour des activités de cuisines collectives, elles peuvent être adaptées à d'autres circonstances.

**Tableau 23. Petit guide d'animation d'une activité en sécurité alimentaire, actions et attitudes à privilégier pour favoriser les compétences pratiques des citoyens**

<p><b>Stratégies alimentaires à l'extérieur des cuisines collectives</b></p> <p>En tant qu'animatrice d'un organisme communautaire, est-ce que j'encourage les personnes participantes à discuter de leurs différentes stratégies alimentaires ?</p> <p>Est-ce que j'encourage les personnes à s'entraider dans ces stratégies ?</p>
<p><b>Savoir cuisiner</b></p> <p>En tant qu'animatrice d'un organisme communautaire, est-ce que j'offre aux personnes des occasions de développer leurs compétences culinaires lorsque cela est possible ?</p> <p>Lors d'un repas communautaire, est-ce que certaines personnes peuvent s'impliquer dans la préparation ?</p> <p>Lors d'un dépannage alimentaire, est-ce qu'il peut arriver à l'occasion d'offrir aux personnes de cuisiner les aliments offerts ?</p>
<p><b>Autres compétences : communiquer, travailler en équipe, planifier les achats, respecter le budget, faire des achats judicieux</b></p> <p>En tant qu'animatrice de cuisines collectives, est-ce que j'utilise régulièrement des outils pour faire les budgets des activités avec les personnes ?</p> <p>Est-ce que j'explique les différents choix qui ont été faits dans le cadre des budgets de réalisation des activités ?</p> <p>Au fil du temps, est-ce que je délègue cette action à une personne citoyenne ?</p> <p>Lorsque j'observe une bonne action en lien avec des compétences de la part d'une personne participante, est-ce que je fais du renforcement positif (encouragement, félicitations) ?</p> <p>Pour ce qui est du travail d'équipe, lorsque je suis entourée d'un groupe de personnes, est-ce que je suis capable d'identifier et de nommer les forces et les défis de chacun ?</p> <p>Est-ce que j'amène autour de la table des problèmes ou des situations pour que les personnes participantes prennent des décisions ?</p>

**Tableau 23 (suite)**

<p><b>Reconnaissance des ressources locales et capacité à les voir coopérer, tirer profit des synergies, résoudre des conflits</b></p> <p>Lorsqu'une personne citoyenne ou une intervenante d'un organisme communautaire veut faire un projet ou une activité, est-ce que je regarde toutes les ressources disponibles sur le territoire qui pourraient être mises à profit ?</p> <p>Est-ce que je vérifie les missions et les activités de ces acteurs ?</p> <p>Est-ce que je me questionne sur la complémentarité ou le respect des missions de mon organisation et de celles des autres ?</p> <p>Est-ce que j'entreprends des démarches pour rencontrer ces autres acteurs liés au projet ou à l'activité avec les citoyens mobilisés ?</p> <p>Est-ce que je communique avec d'autres organismes des autres villes et localités pour savoir s'ils ont déjà fait ce genre de projet ou activité ?</p>
<p><b>Imputabilité positive</b></p> <p>En tant qu'intervenante sociale, est-ce que je publie sur les réseaux sociaux ou les réseaux de communication locaux mes activités en lien avec l'alimentation ?</p> <p>Est-ce que je communique les retombées des activités alimentaires à l'égard des personnes usagères ?</p> <p>Est-ce que je partage les expériences, projets ou activités réalisées avec les autres intervenantes des autres villes et localités ?</p>
<p><b>Réseaux de soutien aux individus</b></p> <p>Après avoir pris connaissance des différentes stratégies alimentaires des informateurs de cette recherche, est-ce que je les ai partagées avec les citoyens participants aux activités de l'organisation dans le but de créer un réseau de soutien ?</p>

Source : inspiré de Racine et Leroux (2004) et Desjardins (2014)

### **Composante 3 de l'empowerment individuel : l'estime de soi**

#### La définition retenue

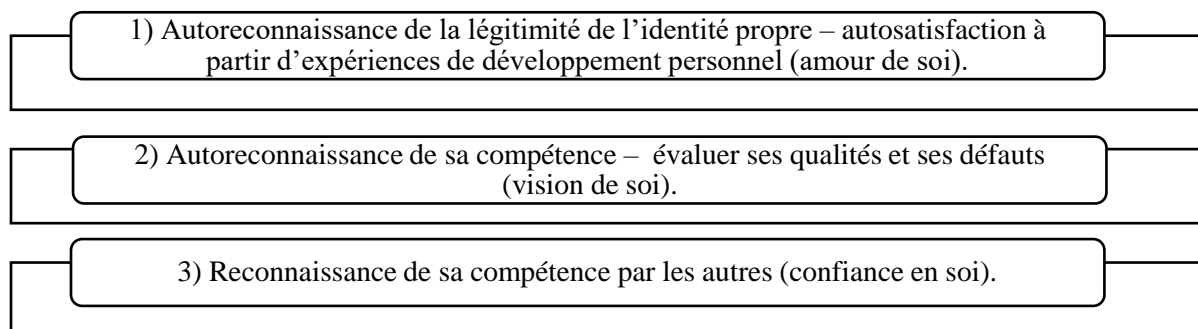
La définition de l'estime de soi provient d'André et Lelord :

Dans ce modèle, l'estime de soi désigne la transformation psychologique qui annule les évaluations négatives antérieures intériorisées et incorporées dans l'expérience de développement de l'individu et par laquelle il arrive à être satisfait de lui-même (amour de soi), à évaluer ses qualités et ses défauts (vision de soi) et à penser qu'il est capable d'agir de manière adéquate dans les situations importantes (confiance en soi) (1999, cité dans Ninacs, 2008, p. 21).

Ninacs cite également Papineau et Kiely :

Ce cheminement amène l'individu à se percevoir comme possédant des qualités, des aptitudes, des habiletés et des connaissances lui permettant d'atteindre des objectifs personnels ou collectifs, selon le cas (1994, cité dans Ninacs, 2008, p. 21).

En résumé, Ninacs (2008) retient trois éléments de l'estime de soi intégrés à l'empowerment individuel :



**Figure 14. Les compétences individuelles**

Source : Ninacs (2008)

Cette définition met en lumière le cheminement personnel des citoyens à l'égard de leur capacité à satisfaire leurs besoins de manière autonome avec leurs qualités, leurs forces, leurs habiletés et leurs connaissances.

#### Des bons coups à souligner en Jamésie

Différents informateurs participant à la recherche ont mentionné être fiers d'avoir développé des habiletés et des connaissances à l'égard de certaines stratégies alimentaires telles que le jardinage, la cueillette, la chasse, l'allaitement maternel, les cuisines collectives. Certains précisent avoir développé des connaissances et des compétences à l'égard de la transformation alimentaire (savoir cuisiner) grâce à leur participation à différentes activités offertes par des organismes communautaires. L'analyse des données révèle donc un certain amour de soi chez les informateurs.

#### Des défis en Jamésie

Les organismes communautaires sont présents dans toutes les villes et localités de la Jamésie. Par leur mission sociale, ils contribuent au développement de l'amour de soi et de la vision positive de soi des personnes participantes. Il pourrait être pertinent de développer la reconnaissance des compétences des personnes citoyennes concernant les différentes stratégies alimentaires qu'elles déploient. Certains informateurs savent comment fabriquer une serre hydroponique dans un sous-sol de maison, cuisiner, jardiner malgré des conditions climatiques défavorables, dépecer un animal. Nous soumettons l'idée que le prochain défi des organismes communautaires et publics sera de mettre à profit les connaissances et les

compétences des citoyens au service des autres. Cette idée favorisera la reconnaissance des compétences des personnes participantes par les autres.

#### Des suggestions d'actions pour favoriser l'estime de soi des citoyens

Pour favoriser l'estime de soi des citoyens participants aux différentes activités des organismes communautaires et publics, il pourrait être intéressant pour les intervenants sociaux d'identifier les forces des citoyens. Ces forces peuvent être des connaissances ou des habiletés particulières en matière de sécurité alimentaire. Dans un premier temps, ces connaissances et habiletés pourraient être consignées par chacune des organisations. De cette façon, à chaque fois qu'une organisation veut concevoir et réaliser une activité, les connaissances et les habiletés des citoyens pourraient être mises à contribution.

Dans un deuxième temps, l'analyse des données révèle que les stratégies alimentaires des citoyens sont similaires d'une ville et localité à l'autre. Il serait donc possible de construire une carte interactive des connaissances et des habiletés des citoyens. De manière volontaire, les citoyens pourraient décrire cette connaissance ou habileté qu'ils veulent partager. Ainsi, lorsqu'une organisation ou un autre citoyen aimerait acquérir cette connaissance ou habileté, il pourrait communiquer avec la personne en question. Une variante concerne les groupes sur les réseaux sociaux où l'on retrouve des échanges de conseils. Certains groupes en lien avec les stratégies alimentaires des citoyens pourraient être encouragés.

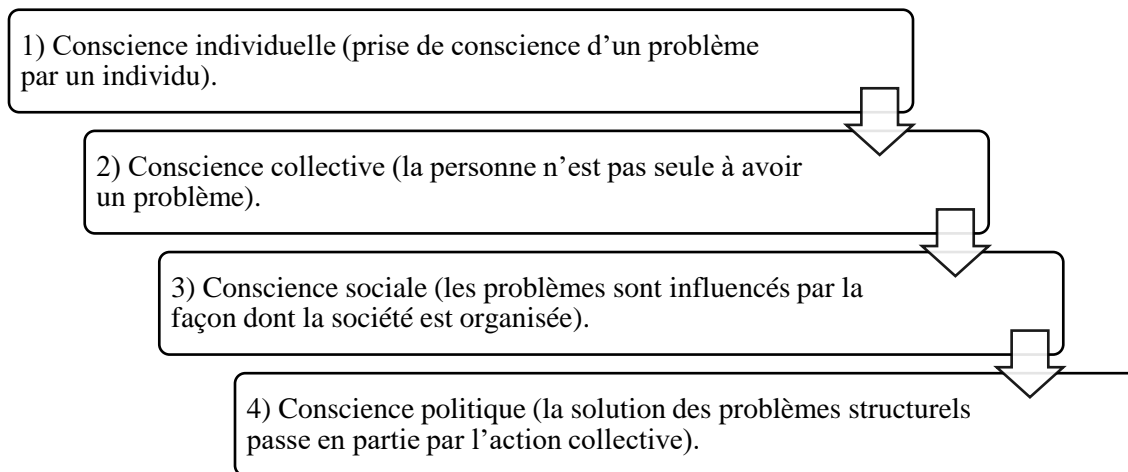
Dans un troisième temps, des capsules vidéo pourraient être créées avec ces citoyens qui possèdent une connaissance ou une habileté particulière. Ces capsules pourraient être partagées sur les sites Internet ou les pages des réseaux sociaux. Cette façon de reconnaître les connaissances et les habiletés des citoyens pourrait avoir, éventuellement, un effet d'entraînement.

### **Composante 4 de l'empowerment individuel : la conscience critique**

#### La définition retenue

Le dernier élément de l'empowerment individuel est la conscience critique. Comme Gutiérrez (1995) l'a mentionné (cité par Ninacs, 2008), la conscience critique est un processus qui commence de manière individuelle et se termine par l'action collective. La figure suivante présente les quatre niveaux.

**Figure 15. La conscience critique**



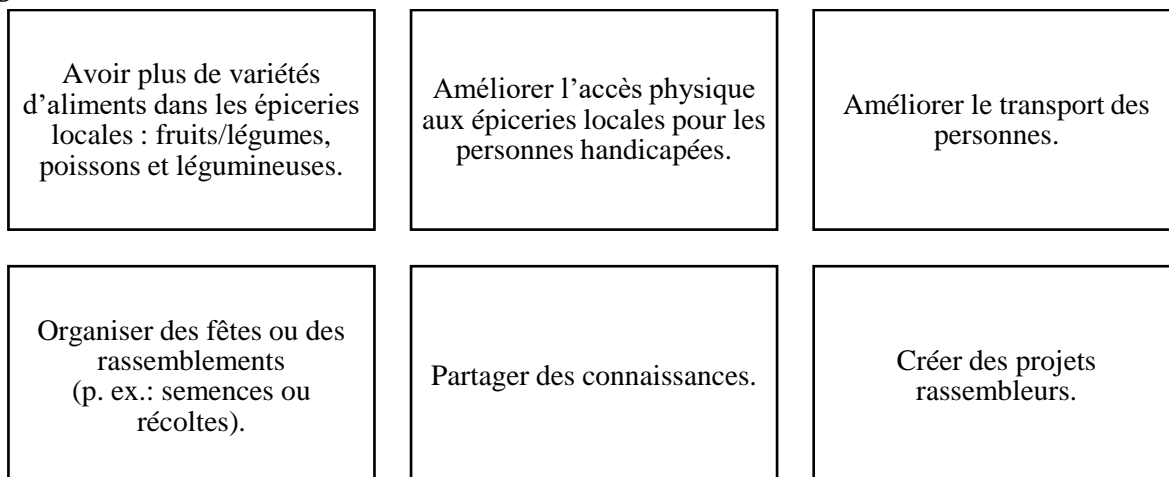
Source : Ninacs (2008)

La séquence s'amorce par une prise de conscience individuelle par la personne pour ensuite se développer vers la collectivité de manière sociale et politique.

#### Des bons coups à souligner en Jamésie

À la lumière de l'analyse des données, les citoyens participants mentionnent que s'alimenter en Jamésie présente des défis importants d'où le déploiement de plusieurs stratégies alimentaires et leur motivation à participer à cette recherche. Certains vont jusqu'à évaluer qu'une personne ou un ménage ayant un revenu de moins de 40 000 \$ peut avoir de la difficulté à se nourrir convenablement à cause du prix élevé des denrées. D'autres ajoutent qu'une personne qui travaille au salaire minimum doit cumuler plus d'un emploi pour subvenir à ses besoins. Considérant ces éléments, certains citoyens témoignent d'une conscience individuelle et collective de l'alimentation en Jamésie. Ils peuvent être également conscients que leurs choix alimentaires sont influencés par leurs compétences alimentaires et les possibilités qui s'offrent à eux. Certains d'entre eux identifient des cibles collectives à atteindre, que présente la figure suivante.

**Figure 16. Des cibles collectives à atteindre**





L'analyse des données peut ainsi révéler que des solutions sont possibles pour soutenir le développement des stratégies alimentaires ; toutefois, cela doit passer par une action collective.

#### Des défis en Jamésie

L'analyse des données permet de souligner que la conscience sociale et, par le fait même, politique des acteurs économiques, publics, communautaires et citoyens reste à bonifier. Des agriculteurs ont mentionné les difficultés qui pourraient survenir pour développer l'agriculture. Les agriculteurs participants ont souligné :

- la complexité de la gestion des terres publiques ;
- l'absence d'expertise locale (p. ex. : agronome, vétérinaire) ;
- l'absence ou la faible présence de commerces connexes (p. ex. : vente de pièces pour les tracteurs, abattoir) ;
- le faible soutien public en matière de développement agricole.

Pour ce qui est des distributeurs, il peut être compliqué de développer un marché de proximité puisque la majorité d'entre eux doivent respecter les ententes qu'ils possèdent avec les grandes bannières. Certains disposent d'une certaine marge de manœuvre, par exemple, commander certains aliments pour les besoins spécifiques des organismes communautaires, mais les démarches doivent faire l'objet d'une planification initiale. De ce fait, l'augmentation de la production alimentaire locale ne garantit pas l'accès à des denrées pour les citoyens. L'interdépendance entre acteurs économiques, acteurs publics et citoyens doit être considérée en matière de développement.

#### Des suggestions d'actions pour favoriser la conscience critique de la population jamésienne

L'analyse des données révèle que certains défis associés à l'alimentation peuvent être relevés par les citoyens, notamment la création de projets rassembleurs, le partage de connaissances et les fêtes des récoltes ou des semences. D'autres défis peuvent interpeller des épiciers tels que l'accessibilité de leur commerce pour les personnes ayant un handicap physique et l'élargissement de l'éventail des denrées vendues. Pour ce qui est du transport des personnes, le développement d'un projet avec le ministère des Transports du Québec et les compagnies de taxi pourrait être envisagé, un peu à l'image de ce qui se fait au Saguenay–Lac-Saint-Jean.

Pour terminer, lorsqu'il est question d'un accès à des aliments variés qui soit économiquement raisonnable, les solutions deviennent plus complexes à mettre en place. Les actions seront abordées ultérieurement avec les concepts de partenariat et concertation.

### **Composantes 5 et 6 de l'empowerment communautaire : la communication et le capital communautaire**

#### La définition retenue

Pour Ninacs (2008), les autres composantes de l'empowerment communautaire sont la communication et le capital communautaire. Le tableau suivant présente les éléments qui forment ces composantes.

**Tableau 24. La communication et le capital communautaire**

<b>La communication :</b> Climat de confiance; information pertinente; transparence dans les processus décisionnels.	<b>Le capital communautaire :</b> Sentiment d'appartenance à la communauté et à l'environnement; conscience de la citoyenneté.
---	---

Source : Ninacs (2008)

La présente recherche n'aborde pas ces éléments liés à la communication. Nous ne pouvons donc que souligner les suggestions d'actions émises par Racine et Leroux (2004) pour favoriser des communautés. Ces actions pourraient être également analysées du point de vue de la gouvernance des organisations toutefois, ce levier organisationnel perdrait de son sens sans avoir au préalable favoriser l'empowerment collectif des mangeurs.

### Des suggestions d'actions pour favoriser la communication dans la population en Jamésie

En ce qui a trait à la communication, les intervenants des organismes communautaires peuvent développer la capacité des gens à communiquer par différentes actions (Racine et Leroux, 2004) :

- amener les gens à partager leurs malaises dans les groupes d'activités ;
- inviter les gens à être francs ;
- miser sur les interactions positives ;
- développer un processus décisionnel ;
- prendre des décisions de manière transparente en expliquant les raisons ;
- favoriser la circulation de l'information avec des messages clairs et en continu.

Pour ce qui est du capital communautaire, Ninacs (2008, p. 40) mentionne qu'il « [...] assure l'entraide sur le plan individuel et [qu'il] stimule l'action sur des questions sociétales plus larges ».

Racine et Leroux (2004) suggèrent de :

- développer le sentiment d'appartenance des personnes utilisatrices d'un service alimentaire d'un organisme communautaire tel que les cuisines collectives;
- développer le lien des participants avec d'autres organismes communautaires;
- favoriser l'entraide concrète et le partage;
- favoriser l'implication de tous.

### Des bons coups à souligner en Jamésie

Selon les personnes participantes à la recherche, différentes actions sont déjà mises en œuvre et que l'on peut rattacher aux objectifs proposés par Racine et Leroux (2004). Par exemple, une informatrice qui participe aux cuisines collectives s'implique aussi au conseil d'administration de l'organisation ce qui peut renforcer son sentiment d'appartenance à l'organisation. Pour ce qui est de développer le lien des participants avec d'autres organismes communautaires, certains informateurs mentionnent fournir des références ou offrir des collaborations lors d'activités spéciales.

### Des défis de la Jamésie

L'analyse des données révèle que certaines activités offertes par les organismes communautaires devraient être davantage développées et organisées par les citoyens. Des informateurs observent que des citoyens sont en posture d'attente envers les organisations publiques, communautaires et même privées pour l'organisation des activités. Paradoxalement, cette volonté de « servir la communauté », si elle encourage une posture passive ou attentiste, peut constituer un frein au développement local et, surtout, communautaire.

## Des suggestions d'actions pour favoriser le capital communautaire dans la population en Jamésie

Sommairement, les différents éléments de l'empowerment individuel et communautaire visent à « permettre aux personnes ou aux collectivités, incluant celles qui sont pauvres, de déterminer par elles-mêmes les voies à privilégier dans leur développement ou, si c'est le cas, dans leur lutte contre l'appauvrissement » (Ninacs, 2008; p.12). Intégrer la notion d'empowerment dans la philosophie d'action des intervenants sociaux et communautaires favoriserait le développement d'activités communautaires au lieu de maintenir les citoyens dans une attitude passive, en attente d'une prochaine activité.

### **Deuxième élément clé des interventions en matière de développement des communautés : la concertation et le partenariat**

#### La définition retenue

La littérature scientifique propose différentes définitions de la concertation et du partenariat. Nous avons retenu celles de Bourque (2008), car elles sont bien connues et pertinentes pour la situation québécoise. Cet auteur propose que la concertation est :

[...] un processus collectif de coordination basé sur une mise en relation structurée et durable entre des acteurs sociaux autonomes qui acceptent de partager de l'information, de discuter de problèmes ou d'enjeux spécifiques (par problématique ou par territoire) afin de convenir d'objectifs communs et d'actions susceptibles de les engager ou non dans des partenariats. (Bourque 2008, p. 5)

Pour ce qui est du concept du partenariat, il suggère qu'il s'agit :

[...] d'une relation d'échange structurée et formalisée (par contrat ou entente de services) entre des acteurs sociaux (communautaire, économie sociale, institutionnel, privé) impliqués dans une démarche convenue entre eux et visant la planification, la réalisation ou l'évaluation d'activités ou de services. (Bourque 2008, p. 8)

Les différences entre les deux concepts sont l'implication et la finalité des parties prenantes, mais ces notions s'influencent mutuellement.

#### Des bons coups à souligner en Jamésie en matière de concertation et de partenariat

Parlant de concertation, certains informateurs mentionnent qu'une concertation entre les allochtones et les Premières Nations est présentement en train de se développer avec le gouvernement régional d'Eeyou Istchee Baie-James. En matière de sécurité alimentaire, c'est un bon coup puisque certains informateurs mentionnent que des communautés des Premières Nations possèdent une vision de développement territorial axée sur l'autonomie alimentaire avec des plans d'agriculture communautaire et d'agriculture urbaine. Soulignons également que certaines communautés des Premières Nations possèdent elles aussi une serre communautaire comme celle de Villebois. En plus, l'analyse des données souligne la présence de lieux de concertation entre les organismes communautaires d'une même ville ou localité.

Pour ce qui est du partenariat, dans différentes villes et localités de la Jamésie, l'implication des élus municipaux dans certains projets mérite d'être soulignée. Le partenariat peut être conclu dans le cadre d'un prêt d'un local ou d'un terrain ou de ressources humaines pour accomplir certaines tâches administratives et peut même aller jusqu'à se voir octroyer la responsabilité fiduciaire d'un projet d'envergure comme la serre communautaire de Villebois. La notion de partenariat peut aussi s'appliquer à l'entraide communautaire entre les organismes, comme au Carrefour de la soupe à Chibougamau où les intervenants ont mis leurs ressources en commun. Nous pouvons également souligner le partenariat entre des organismes communautaires et des établissements scolaires pour offrir des soupes-repas aux enfants.

### Des défis en Jamésie

L'analyse des données révèle que l'absence de lieu de concertation peut ralentir le développement ou interrompre la continuité de certaines initiatives en matière de sécurité alimentaire. En effet, certains producteurs agricoles et professionnels de soutien ont expliqué qu'ils ne pouvaient compter sur aucun lieu d'entraide ou de partage sur le territoire de la Jamésie. Par conséquent, les compétences techniques ou de gestion maîtrisées par certains ne sont pas mises à profit pour les autres. De plus, toutes ces connaissances acquises par les quelques agriculteurs présents sur le territoire de la Jamésie (incluant Villebois et Valcanton) ne semblent pas être partagées avec les agents de développement ou de soutien des organisations publiques. C'est le même phénomène pour les équipements et les ressources humaines. On peut en déduire que la mutualisation est un objectif et un enjeu qui reste encore valide.

### Des suggestions d'actions pour favoriser la concertation et le partenariat

À court terme, différentes instances publiques de la Jamésie veulent soutenir le développement de l'agriculture. Les agents de soutien des organisations publiques et ministères pourraient alors unir leurs forces. Comme l'expérience des organismes communautaires avec le Carrefour de la soupe le suggère, les organisations publiques et ministères pourraient regrouper leurs efforts et leurs leviers financiers pour soutenir la serre communautaire de Villebois. Ce lieu communautaire à but non lucratif pourrait devenir un incubateur agricole où les agriculteurs actuels et futurs auraient accès à des ressources matérielles et immatérielles (connaissances, savoir-faire). Cet incubateur agricole pourrait devenir une référence régionale en matière de développement et de soutien en agriculture pour la Jamésie.

À l'instar des communautés de pratique, cet incubateur pourrait, à moyen terme, servir de lieu d'échange entre les agriculteurs. Il pourrait être aussi un lieu d'échange entre les agriculteurs et les instances publiques pour soutenir ce secteur économique et partager les défis vécus au quotidien. Il pourrait aussi devenir un lieu de rencontre entre les allochtones et les Premières Nations concernant les préoccupations à l'égard de la sécurité alimentaire. Comme Bourgault-Faucher et Dupont (2020) l'ont suggéré, les activités de formation, de recherche et d'information pourraient être regroupées en un seul endroit. Toute cette expertise permettrait de guider et soutenir les acteurs du développement, et de faire

reconnaître les particularités du climat nordique. En partenariat avec le gouvernement du Québec, différents sujets pourraient être traités de manière globale, par exemple, la notion de rentabilité des cultures en lien avec la réalité nordique, la protection des ressources cueillies en forêt, le développement des méthodes alternatives de culture (permaculture, jardin naturel, forêt nourricière).

Enfin, ce projet territorial pourrait favoriser l'amélioration des compétences techniques et de gestion des agriculteurs actuels et futurs, le partage des connaissances et des ressources matérielles, la concertation entre les entrepreneurs agroalimentaires et les organisations publiques et les ministères. Comme mentionné dans la définition de Bourque (2008), ces différentes concertations pourraient, le cas échéant, aboutir à des ententes de partenariat qui maximiseraient l'utilisation des ressources présentes en Jamésie.

### **Troisième élément clé des interventions en matière de développement des communautés : la participation citoyenne**

#### La définition retenue

Liée à la notion d'empowerment, la participation citoyenne est la participation de la population civile au sein des institutions pour favoriser la démocratie et le dialogue (Carrel, 2017 ; voir aussi le classique Arnstein, 1969).

#### Des bons coups à souligner en Jamésie

En matière de participation citoyenne, les données ont mis en évidence l'importance du bénévolat en Jamésie. Certains intervenants travaillant dans des organismes communautaires font du bénévolat pour permettre la concrétisation de certains projets puisque cette phase ne semble pas être financée par les bailleurs de fonds publics. D'autres intervenants font du bénévolat pour soutenir la réalisation de certaines initiatives qui ne reçoivent pas de subventions récurrentes. Certains intervenants perdent leur emploi parce que leur organisation n'est plus financée, mais ils reçoivent toujours des demandes de soutien et, considérant qu'il s'agit de petites communautés, ils acceptent d'être bénévoles de manière ponctuelle.

Pour ce qui est des citoyens, certains s'impliquent dans les organismes communautaires pour la réalisation d'activités ou au sein des conseils d'administration, ce qui est une autre forme de bénévolat.

#### Des défis en Jamésie

Certaines activités associées au dépannage alimentaire reposent presque exclusivement sur des citoyens bénévoles. Ces derniers, qui peuvent être avancés en âge, mentionnent le risque d'essoufflement et le manque de relève. D'autres personnes bénévoles parlent de la lourdeur administrative de la reddition de comptes ; elles disent avoir besoin d'aide pour certaines tâches ou pour participer à une formation d'appoint. Le bénévolat est une forme importante de participation sociale, mais qui est fragile, car il s'agit d'un acte volontaire réalisé selon la capacité des personnes impliquées.

### Des suggestions d'actions pour favoriser la participation des citoyens au sein des organisations communautaires

Pour ce qui est du recours au bénévolat au sein des organismes communautaires, à court terme, il serait pertinent, dans les différents territoires, de faire un portrait de toutes les organisations présentes, et de proposer des regroupements afin d'optimiser l'emploi du temps bénévole des citoyens.

À court terme, également, pour les citoyens impliqués dans les activités liées à l'insécurité alimentaire, il serait approprié de prendre connaissance des stratégies alimentaires des mangeurs décrites dans cette recherche pour améliorer leur compréhension de la complexité de la situation vécue par certaines familles et contribuer à la formation des bénévoles.

À moyen terme, il pourrait être adéquat de chercher à élargir le bénévolat à la participation citoyenne, surtout lorsqu'il est question d'élaborer une politique alimentaire pour tous. Le dialogue entre les différentes parties prenantes du système alimentaire favoriserait la prise en compte des défis que représentent les stratégies des citoyens.

### **Quatrième élément clé des interventions en matière de développement des communautés : la réduction des inégalités, l'harmonisation et la promotion de politiques publiques favorables à la santé.**

#### La définition retenue

Selon Chénier et al. (2019), les déterminants collectifs intermédiaires de la sécurité alimentaire sont :

- l'accès économique et physique aux aliments ;
- le système alimentaire sain et équitable ;
- le coût des biens et services essentiels ;
- le niveau de vie socio-économique.

Ces différents éléments seront présentés selon le même modèle que les points précédents : nous traiterons des bons coups, puis des défis et, enfin, nous formulerons des suggestions.

#### Des bons coups à souligner de la Jamésie

Au regard de l'accès physique aux aliments, toutes les villes et localités sauf Valcanton, possèdent une épicerie locale. En plus, la situation géographique de la Jamésie, avec sa proximité avec la nature, favorise les stratégies alimentaires liées à la chasse, la pêche, la cueillette et le jardinage.

Selon les données provenant de Statistique Canada (recensement 2016), le niveau de vie socio-économique ainsi que le coût des biens et services essentiels peuvent être abordés de différentes manières. Tout d'abord, les statistiques du recensement de 2016 montrent que la majorité des résidents de Chibougamau (87 %), Chapais (89 %), Matagami (94 %) et Lebel-sur-Quévillon (90 %) consacrent moins de 30 % de leur revenu aux dépenses de logement. De plus, les différents logements sont occupés par des résidents habituels dans une proportion

de 92 % pour Chibougamau et 61 % pour Radisson. Malgré la présence des travailleurs temporaires, une proportion appréciable des logements semblent être occupés par des résidents permanents. La majorité des citoyens possèdent une marge de manœuvre appréciable pour réaliser leurs autres dépenses budgétaires considérant qu'ils consacrent moins de 30 % de leur revenu à leur logement.

### Des défis en Jamésie

Cependant, selon Statistique Canada, en 2015, entre 5 % à 8 % des ménages vivaient avec moins de 19 999 \$ (après impôt) à Chibougamau, Chapais, Matagami et Lebel-sur-Quévillon. Dans ces villes, un tiers des ménages vivaient, en 2015, avec moins de 50 000 \$ par année. En considérant le genre, on constate que ce sont le plus souvent les femmes qui ont un faible revenu. On peut donc conclure que pour une portion de la population, le coût des biens et services essentiels peut être élevé.

L'analyse des données révèle que malgré la présence des épiceries locales dans les villes et localités de la Jamésie, certaines personnes s'approvisionnent à l'extérieur en dépit de la distance et de la nécessité de se doter d'équipements pour la conservation des denrées. De ce fait, pour 16 des 24 informateurs de la présente recherche, il y aurait possibilité d'améliorer l'accès physique (proximité) et économique à des denrées alimentaires par des projets ou des démarches collectives.

Pour ce qui est du système alimentaire sain et équitable, plusieurs défis se dressent puisque les données révèlent l'absence d'un plan de développement de la zone agricole en Jamésie. De plus, plusieurs visions de développement peuvent être intégrées à l'intérieur de ce plan. Un plan de développement de la zone agricole est « un document de planification qui vise à mettre en valeur la zone agricole d'une MRC en favorisant le développement durable des activités agricoles. Il repose sur un état de situation et sur la détermination des possibilités de développement des activités agricoles » (MAPAQ, 2011). Il y a trois objectifs fondamentaux à la réalisation de cette planification :

- assurer le développement et la pérennité des activités agricoles ;
- atténuer les pressions de l'urbanisation ;
- favoriser la vitalité et l'occupation dynamique du territoire.

Voici quelques suggestions d'actions pour réduire les inégalités par l'harmonisation et la promotion de politiques publiques favorables à la santé en Jamésie.

Une vision systémique des interdépendances des acteurs du système alimentaire avec les producteurs, les distributeurs, les transporteurs et les citoyens pourrait être envisagée. Cette vision pourrait être intégrée à une politique alimentaire locale pour tous. Bien que l'exemple de la Politique alimentaire de Matagami (Ville de Matagami, 2015) soit intéressant pour ce qui est de l'offre et de la promotion d'aliments sains, tous les acteurs doivent être impliqués puisque la responsabilité d'un système alimentaire, comme présenté dans la définition initiale, est une interdépendance entre des acteurs économiques, publics, communautaires et citoyens pour tout ce qui touche la production, la transformation et la distribution. À cet égard, une politique alimentaire d'une municipalité, d'une organisation publique et même



d'une entreprise peut mentionner la manière dont les denrées sont produites, transformées, distribuées et achetées (Hamilton, 2002). Dans le cas d'une municipalité, une politique alimentaire efficace doit impliquer et être portée par les acteurs locaux. Ceux-ci doivent ensuite rallier tous les intervenants du système alimentaire autour d'une vision commune de développement (MacRae et Donahue, 2013). Le tableau suivant énumère les principales compétences municipales mises à contribution (Cloutier et al., 2015).

**Tableau 25. Les compétences municipales utiles à une politique alimentaire**

<b>Urbanisme et aménagement du territoire</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Planification de l'aménagement du territoire (p. ex. : protection de terres destinées à l'agriculture).</li> <li>• Réglementation concernant le zonage (p. ex. : zone autorisant l'agriculture urbaine).</li> </ul>
<b>Environnement</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestion responsable des matières résiduelles (p. ex. : mise en place d'un site ouvert à tous pour le compostage, réduction de l'utilisation des pesticides, promotion de l'agriculture biologique).</li> </ul>
<b>Développement économique local</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Soutien au démarrage d'entreprises locales.</li> </ul>
<b>Culture, loisirs, activités communautaires et parcs</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Création d'espaces pour les jardins communautaires ou naturels.</li> <li>• Soutien financier ou prêt de locaux pour des activités liées à la sécurité alimentaire.</li> </ul>

Ces exemples de compétences municipales peuvent mettre en lumière des leviers potentiels pour le développement local de la sécurité alimentaire. Par ailleurs, une recherche réalisée auprès de 66 représentants du secteur municipal au Québec (sauf Nord-du-Québec) identifie les bénéfices à s'engager dans une telle démarche (Sasseville, 2014). Selon les participants à cette recherche, les bénéfices sont :

- l'amélioration de la qualité de vie du citoyen ;
- le développement des compétences et du pouvoir d'agir de la municipalité ;
- l'investissement social pour la société québécoise de demain.

Sasseville (2014) présente aussi les conditions qui favorisent l'engagement des municipalités. Les représentants expriment que ce genre de démarche doit être réalisé avec les autres paliers de gouvernement (fédéral, provincial, régional ou local). Globalement, les représentants des municipalités demandent à être accompagnés dans le respect des missions, rôles et responsabilités de chacun. Ils désirent aussi être informés des bonnes pratiques ainsi que des modèles transférables, avoir accès à des activités de formation et bénéficier d'un soutien financier pour couvrir les dépenses.

En lien avec la compétence municipale de développement économique local, dans le domaine agroalimentaire, la création d'entreprises collectives devrait être envisagée. Selon Mbemba Tsambote (2015), en matière de développement durable, de chiffre d'affaires local et d'achat de proximité, le modèle coopératif dans le domaine agroalimentaire est plus profitable que

les entreprises capitalistes. En plus, d'autres auteurs ajoutent que le modèle coopératif est intéressant considérant sa mission sociale, et il peut être une école d'entrepreneuriat puisqu'il regroupe une multitude d'acteurs possédant des compétences diverses (Gouil, 2012 ; Lafleur, et Merrien, 2012 ; Ehode et Makoudem, 2012). À la lumière de l'analyse des données, des études sur les cultures prometteuses dans le Nord-du-Québec comprenant les coûts de revient devraient être envisagées. Des activités de formation d'appoint en gestion et autres pourraient aussi être pertinentes.

## Conclusion de la première partie

En guise de conclusion, l'objectif de cette première partie de la recherche était de contribuer à la compréhension et de proposer un cadre d'interprétation de la situation de la sécurité alimentaire sur le territoire du CRSSBJ.

Comme nous l'avons vu, le ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec a publié un *Cadre de référence en matière de sécurité alimentaire* (Pageau, 2008) où cette notion est ainsi définie :

1. chacun a, à tout moment, les moyens tant physiques qu'économiques d'accéder à une alimentation suffisante pour mener une vie active ;
2. l'aptitude de chacun à acquérir des aliments est garantie ;
3. l'accès à une information simple, fiable et objective qui permet de faire des choix éclairés est assuré ;
4. les aliments proprement dits sont satisfaisants sur le plan nutritionnel et acceptable sur le plan personnel et culturel ;
5. les aliments sont obtenus d'une manière qui respecte la dignité humaine ;
6. la consommation et la production d'aliments reposent sur des valeurs sociales à la fois justes, équitables et morales ;
7. les aliments sont produits et distribués d'une manière respectueuse d'un système agroalimentaire durable.

Au sein de cette définition, plusieurs éléments sont attribuables au système alimentaire : accès physique et économique ; garantie d'accès ; information ; valeur nutritive ; respect de la dignité humaine ; production et distribution en adéquation avec la philosophie du développement durable. D'autres relèvent plus directement des mangeurs : capacité financière ; capacité de se déplacer vers ce lieu pour s'alimenter ; capacité de s'informer ; capacité de faire des choix ; etc. L'élément central est le mangeur, c'est-à-dire l'individu, qui doit s'organiser dans un espace et un moment précis pour se procurer des denrées alimentaires (Malassis, 1994). Au surplus, dans cet espace qu'est le territoire du CRSSBJ se trouvent différents acteurs économiques (Rastoin et Ghesis, 2010), étatiques ou publics, communautaires (OMS, 2013) qui interagissent pour assurer la sécurité alimentaire des mangeurs.

Les informations ont été recueillies auprès d'un nombre de personnes nécessairement réduit (40 répondants et répondantes) afin de garder la recherche à l'intérieur de limites raisonnables. Ces personnes ont été choisies en vertu de leur exemplarité (plutôt qu'en vertu d'une représentativité statistique), c'est-à-dire qu'elles appartiennent aux aspects pertinents de l'univers exploré, dont elles sont vues comme des « acteurs compétents » (Pires, 1997). Prises dans leur ensemble, elles permettent d'avoir une appréhension globale de l'objet en ses diverses dimensions. Les personnes rencontrées sont de trois types : 1) les mangeurs (certains en situation d'insécurité alimentaire, d'autres non) ; 2) les intervenants et intervenantes publics ou communautaires ; 3) les personnes participant à la chaîne de production et de distribution alimentaire (commerçants, distributeurs, agriculteurs, etc.). Les acteurs

économiques, publics et communautaires ont été contactés par téléphone et, à l'obtention de leur consentement, l'entrevue a été réalisée à distance (par téléphone). Pour ce qui est des mangeurs, ils ont été recrutés au moyen d'affiches sur les pages Facebook d'organismes communautaires et remises à des intervenants sociaux et, ici aussi, les entretiens ont eu lieu au téléphone. Les personnes en situation d'insécurité alimentaire ont été dédommagées (50 \$).

L'analyse des résultats révèle que les citoyens déploient entre cinq à huit stratégies pour s'alimenter en fonction des ressources financières, humaines, matérielles et immatérielles (p. ex. : connaissances, compétences) qu'ils possèdent. La stratégie la plus souvent évoquée par les informateurs est d'aller à l'épicerie locale ou extérieure à leur ville ou localité. La seconde stratégie est l'accumulation de denrées par la congélation, le stockage et le cannage. Ces aliments proviennent d'activités de chasse/pêche/cueillette ou d'une épicerie extérieure qui propose des ventes au rabais ou des denrées différentes. Ces achats réalisés à l'extérieur des villes et localités de la Jamésie suggèrent une occasion d'affaires pour les distributeurs locaux.

Ces stratégies présentent des limites importantes puisqu'elles dépendent, en grande partie, du prix des aliments vendus dans les commerces. Ces commerces sont dépendants à leur tour des grands centres de distribution des bannières et du coût de l'essence pour le transport. Devant la complexité de ces interdépendances entre les acteurs économiques, des systèmes alimentaires complémentaires peuvent émerger, comme le suggèrent Touzard et Fournier (2014).

Pour parvenir à diversifier les types de systèmes alimentaires dans le Nord-du-Québec, nous pouvons soumettre différentes propositions.

Commençons par une perspective à long terme, car le plus important dans la démarche est la vision globale du but à atteindre. Il est proposé aux acteurs économiques (p. ex. : producteurs, restaurateurs, distributeurs, transporteurs, surtout Kepa Transport), publics (p. ex. : gouvernement régional d'Eeyou Istchee Baie-James, élus et fonctionnaires municipaux, santé publique, écoles, MAPAQ, Société du Plan Nord), communautaires (organismes et organisations caritatives) et citoyens de travailler ensemble dans le cadre d'une vision commune de développement d'une sécurité alimentaire pour tous. Pour ce faire, le moyen proposé est l'élaboration d'une politique alimentaire globale. Cette politique devra déterminer la structure de gouvernance, le partage de l'information, les rôles et les responsabilités de chacun des acteurs, les leviers financiers, les compétences actuelles et souhaitées, etc.

Pour animer cette politique alimentaire globale, la serre de Villebois pourrait devenir un pôle régional de références et de partenariats dédié aux acteurs du système alimentaire. Il ne s'agit pas de créer une instance supplémentaire, mais de développer une synergie structurante entre les acteurs afin qu'ils échangent leurs connaissances, leur savoir-faire, leurs ressources matérielles. Ce lieu serait également un endroit pour la formation de néoagriculteurs ou pour ceux qui veulent diversifier leurs activités. La serre pourrait soutenir le développement de plans d'affaires jusqu'à ce que les entrepreneurs soient suffisamment prêts à être autonomes. Les solutions de rechange à l'agriculture traditionnelle avec un modèle capitaliste pourraient

être enseignées. Le modèle d'affaires coopératif pourrait être privilégié afin de favoriser les retombées locales ainsi que le développement de la Jamésie. Les pratiques culturelles telles que la permaculture, les jardins naturels, etc. pourraient être enseignées comme élément distinctif des autres incubateurs agricoles au Québec. Éventuellement, la recherche et les expérimentations seront suffisamment développées pour dégager une agriculture adaptée au climat et au territoire de la Jamésie.

Dans une perspective à moyen terme, en tenant compte du contexte de la pandémie, des rencontres pour présenter les résultats de la recherche pourraient faire l'objet d'ateliers d'animation auprès des divers acteurs du système alimentaire pour recueillir leurs commentaires. Lors de ces rencontres, ils pourraient partager leur mission, leur vision du développement, leurs activités quotidiennes et la manière dont ils peuvent contribuer à une stratégie territoriale de la sécurité alimentaire en Jamésie. La dernière présentation, recueillant tous les commentaires, pourrait être réalisée au gouvernement régional d'Eeyou Istchee Baie-James.

Pour chacune des villes et localités de la Jamésie, une rencontre avec les bénévoles et les intervenants pourrait être envisagée afin de discuter de la manière de soutenir les différentes stratégies alimentaires et en faire la promotion. De plus, des ententes avec les grands employeurs pourraient être conclues pour tenir des stands ou des rencontres de présentation des différents services offerts en matière de sécurité alimentaire et de la raison de leur existence. De plus, avant des événements critiques comme des mises à pied massives ou des fermetures temporaires, des intervenants pourraient planifier des rencontres de sensibilisation pour développer la conscience critique (conscience individuelle, collective et sociale) des personnes au sujet de l'insécurité alimentaire et des problèmes financiers.

Dans une perspective à court terme, des rencontres pourraient être organisées entre les intervenants et les bénévoles qui animent des activités en lien avec la sécurité et l'insécurité alimentaire. Lors de ces rencontres, une présentation des composantes de l'empowerment individuel et collectif et un partage sur les suggestions d'animation pourraient être réalisées. Pour chacune des activités liées à la sécurité alimentaire, une analyse des processus pourrait être faite. Par exemple, avant de vendre des plants d'un légume, les organisateurs pourraient regarder si, dans la ville, les gens peuvent se procurer tous les équipements nécessaires (p. ex. : terre à jardin, engrais). De plus, la promotion du jardinage pourrait impliquer aussi la vente de semences adaptées au climat et au sol de la Jamésie. Considérant que le jardinage sur les terrains privés est une pratique répandue chez les participants à la recherche, des lieux de partage d'informations sur les réseaux sociaux pourraient faire l'objet d'actions de promotion. Des séances d'information (aujourd'hui virtuelles) pourraient être tenues pour bonifier les compétences personnelles des citoyens. Certains citoyens pourraient faire des capsules pour promouvoir les trucs qu'ils ont développés, comme on pourrait le faire avec ceux des agriculteurs. Ces mêmes suggestions peuvent être répétées pour des activités de cuisine ainsi que pour d'autres stratégies alimentaires.

Pour finir, rappelons que cette vision de développement que doivent supporter les politiques publiques devrait inclure une définition de la sécurité alimentaire pour tous. Dans cet outil de coordination visant le bien commun, la notion de sécurité alimentaire peut comporter un

large éventail de significations, sans se limiter à la production locale et peut être assez éloignée de l'autonomie alimentaire. Les régions comme la Jamésie ne produisent pas et ne pourront sans doute jamais produire tous les aliments dont elles ont besoin. En effet, la saison propice à la culture est très courte, ce qui réduit les possibilités agricoles. La culture en serre, une façon de contourner les difficultés du climat, a des exigences technologiques et énergétiques coûteuses qui demandent des compétences particulières. Le réchauffement climatique modifiera sûrement ces conditions, bien qu'il soit difficile de savoir exactement de quelle manière, mais on peut penser que les cultures potagères seront plus aisées. Reste à voir si la culture locale et, plus généralement, le mode de vie d'une région marquée par l'économie extractive, sauront profiter de ces changements. D'ici là, les régions jamésiennes devront continuer à utiliser des aliments provenant d'ailleurs. Leur sécurité alimentaire demande donc qu'on leur assure l'accès aux aliments nécessaires, ce qui implique de considérer les exigences du transport, des coûts qui lui sont associés et des contraintes à la conservation des aliments.

Nous n'avons qu'effleuré une question bien plus vaste. Des recherches futures devraient insister sur les liens à développer avec les Premières Nations, car nous n'avons pas abordé les relations entre les autochtones et les Premières nations crie, malgré l'expertise que celles-ci ont développée. Une certaine priorisation des stratégies pourrait être également étudiée afin de maximiser les efforts des acteurs impliqués. De même, la préoccupation liée à l'accès universel à l'alimentation devrait inclure une discussion relative à l'empowerment et la résilience. Enfin, les régions de ce type devraient faire l'objet de recherches plus nombreuses, car elles obligent à une définition plus vaste de la sécurité alimentaire, trop souvent ramenée à la production locale et aux circuits courts — que faire alors des endroits où ceux-ci sont impossibles ?

## **Deuxième partie : S'alimenter en temps de pandémie en Jamésie**

La première partie de cette section porte sur le contexte et le cadre d'analyse ayant encadré la recherche. Suivront la méthodologie de la recherche, la présentation des résultats ainsi que leur analyse. Comme convenu, cette section se termine par des leçons apprises relatives à la gestion de la pandémie.

### **Contexte et cadre d'analyse**

#### **L'insécurité alimentaire et la pandémie**

Selon Men et Tarasuk (2021), lors de la pandémie de COVID-19, les travailleurs qui ont perdu leur emploi ou qui ne pouvaient être en télétravail en raison de la nature de leurs tâches ont vécu une certaine vulnérabilité par rapport à l'insécurité alimentaire. La diminution de leurs revenus a affecté leur capacité à s'acquitter de leurs obligations financières et à satisfaire leurs besoins essentiels. Évidemment, les ménages avec enfants avec dépenses fixes pour la maison ont été davantage fragilisés lorsqu'un ou plusieurs occupants ont perdu leur emploi. Tircher et Zorn (2020) précisent que les personnes à faible revenu sont également vulnérables puisqu'elles ne peuvent pas se permettre une réduction de leurs heures de travail. Ces travailleurs, devenus chômeurs, s'ajoutent aux personnes qui vivaient déjà une situation d'insécurité alimentaire avant la pandémie de COVID-19. Le total est impressionnant : au Québec, le 2 avril 2020, 26 % des adultes québécois vivant dans un ménage étaient en situation d'insécurité alimentaire (Dubé et al., 2020). Au 20 mai 2020, ce chiffre a diminué pour se situer à 15 %. Malgré ce chiffre pourtant élevé, Men et Tarasuk (2021) rapportent que seulement 4,3 % des Canadiens qui travaillaient avant la pandémie ont utilisé les services des banques alimentaires. Selon eux, les subventions aux banques alimentaires n'étaient donc peut-être pas une solution à mettre autant de l'avant par le gouvernement du Canada. Pour Men et al. (2021), lorsque l'insécurité alimentaire est liée aux revenus des ménages, surtout ceux avec enfants, il faudrait plutôt privilégier les politiques publiques relatives à l'augmentation du salaire minimum, à la diminution de l'impôt sur le revenu et des taxes sur les ventes, ainsi qu'à la création d'emplois payants.

Rappelons que selon l'Institut national de santé publique du Québec « l'insécurité alimentaire correspond à un accès inadéquat ou incertain aux aliments principalement en raison d'un manque de ressources financières ou d'accès à un système alimentaire durable qui maximise les choix sains » (Dubé et al., 2020, p. 1). Cette définition peut suggérer que l'insécurité alimentaire peut être liée aux ressources financières des individus, mais aussi aux caractéristiques du système alimentaire auquel ils ont accès. Durant la présente pandémie, certaines composantes du système alimentaire ont été affectées, entre autres, par la fermeture des frontières, les restrictions entourant les déplacements interprovinciaux, et les cas d'infection chez les travailleurs agricoles (Deveureux et al., 2020). Ce contexte justifie qu'on cherche à mieux comprendre les liens qui existent entre le contexte de la pandémie et les

relations entre les divers éléments du système alimentaire, en privilégiant les stratégies des mangeurs.

### **Les stratégies alimentaires en Jamésie**

Comme on l’a vu dans la première partie, même si les composantes du système alimentaire (personnes, intrants, processus, infrastructures, etc.) incluant les activités de production, transformation, distribution, préparation et consommation (High level panel of expert on the food security and nutrition [HLPE], 2017), peuvent s’étendre à différents pays et continents, certains défis territoriaux relatifs à l’insécurité alimentaire des résidents des petites villes peuvent s’ajouter en temps de pandémie mondiale. La première étape de notre recherche a montré qu’un événement imprévu ou inévitable ayant un impact sur le revenu disponible des ménages affecterait leur alimentation. Plus encore, les résultats indiquent que les participants multiplieront leurs stratégies pour maximiser l’efficacité de leur budget afin de répondre à leurs besoins alimentaires.

Les trois stratégies les plus populaires sont :

- 1) Aller à l’épicerie locale ou à celle qui offre une plus grande variété de choix ou de prix, même si elle est située dans une autre ville.
- 2) Accumuler ou stocker des denrées alimentaires.
- 3) Faire les achats en fonction des rabais à l’épicerie d’une autre ville.

Pour d’autres informateurs, certaines stratégies alimentaires peuvent impliquer un organisme communautaire afin de réaliser une cuisine communautaire, de bénéficier d’un don alimentaire ou de participer à un repas communautaire. Enfin, certaines personnes chassent, pêchent, cueillent, jardinent, demandent ou échangent des denrées alimentaires avec leur entourage.

De manière générale, il apparaît que le système alimentaire présent en Jamésie dépend fortement du transport, car l’agriculture est peu présente et que la transformation alimentaire est quasi inexistante. L’accessibilité physique aux denrées est donc un enjeu majeur, comme le montreront les pages qui suivent.

### **La chronologie des événements liés à la pandémie**

Jusqu’à présent, nous avons abordé la question de l’insécurité alimentaire en temps de pandémie et les impacts monétaires sur les ménages. Toutefois, la gestion de la pandémie a été ponctuée de multiples décisions qui ont affecté les entreprises et donc les emplois. Cette section vise à rappeler quelques moments importants de la trajectoire de la pandémie.

Selon l’Institut national de la santé publique du Québec<sup>24</sup>, c’est le 27 février 2020 qu’un premier cas d’infection à la COVID-19 a été recensé au Québec. Deux semaines plus tard, soit à partir du 13 mars 2020, l’état d’urgence sanitaire et le confinement étaient déclarés. En quelques jours seulement, les lieux publics, les commerces et les entreprises fermaient leurs portes. À partir du 15 avril 2020, quelques secteurs d’activité ont repris du service : mines,

---

<sup>24</sup> INSPQ. Ligne du temps COVID-19 au Québec. <https://www.inspq.qc.ca/covid-19/donnees/ligne-du-temps>



ateliers mécaniques, aménagement et entretien paysager. Le secteur manufacturier et les commerces au détail ont rouvert leurs portes à partir du 4 mai 2020 (Radio-Canada, 2020)<sup>25</sup>.

Pour soutenir les travailleurs qui perdent leur emploi ou qui doivent s'occuper d'une personne atteinte de la COVID-19, le gouvernement fédéral a mis en place divers programmes. Le plus important était la Prestation canadienne d'urgence (PCU)<sup>26</sup> où les travailleurs qui perdaient leur emploi ou qui devaient s'occuper des membres de leur famille ou qui étaient malades pouvaient recevoir 2 000 \$ imposables par mois. Cette prestation gouvernementale a été mise à la disposition des gens le 25 mars 2020. Certains travailleurs autonomes n'étaient pas éligibles et les critères furent élargis le 15 avril 2020<sup>27</sup>. Pour ce qui est des ménages avec enfants, l'allocation canadienne pour enfants a été automatiquement bonifiée en mai 2020<sup>28</sup>. Selon le communiqué, ce programme a permis à 435 000 enfants canadiens de sortir de la pauvreté.

D'autres décisions ont été prises afin de limiter les déplacements des gens. Du 28 mars au 29 mai 2020, des points de contrôle routier ont été installés dans huit régions (dont la Jamésie) afin de limiter les déplacements non essentiels. Du 10 avril au 15 mai 2020, le directeur de la santé publique de la Jamésie interdisait les voyages non essentiels en provenance des régions de l'Abitibi-Témiscamingue et du Saguenay-Lac-Saint-Jean<sup>29</sup>. Au cours des mois suivants, les cas d'infections ont été quasi inexistantes. Toutefois, du 7 au 20 novembre 2020, le palier d'alerte a été porté au stade orange, ce qui signifie surtout que les déplacements interrégionaux non essentiels n'étaient pas recommandés et que les restaurants, bars et tavernes étaient fermés. Le niveau d'alerte a ensuite atteint le palier maximal (rouge) du 20 novembre 2020 au 20 janvier 2021. Pendant cette période, les déplacements interrégionaux non essentiels ont été interdits, mais il n'y avait pas de barrage routier ; les restaurants, bars et tavernes étaient fermés (sauf pour le prêt-à-emporter), tout comme les commerces concernant les loisirs, les soins esthétiques et les hébergements touristiques. Il ne faut pas négliger que pendant cette période, les contacts directs entre les personnes n'étaient pas permis et surtout pas avec des aînés. Au cours des mois suivants, l'alerte était davantage plafonnée aux niveaux jaune et vert, donc les commerces n'étaient pas affectés.

Concrètement, ces dates mettent en lumière que de la mi-mars jusqu'à la mi-avril 2020, de nombreux travailleurs se sont retrouvés sans salaire. Considérant la forte présence des entreprises minières en Jamésie, nous pouvons supposer qu'un nombre important de travailleurs ont pu reprendre leur travail à partir de la mi-avril 2020. Pour les travailleurs employés dans les commerces de détail, les loisirs, le tourisme ou la restauration, les arrêts de

---

<sup>25</sup> Radio-Canada. Québec présente son plan pour redémarrer son économie. <https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/1698018/coronavirus-covid-19-pandemie-nouvelles-canada-28-avril>

<sup>26</sup> Gouvernement du Canada. Le gouvernement instaure la Prestation canadienne d'urgence pour venir en aide aux travailleurs et aux entreprises. Repéré à <https://www.canada.ca/fr/ministere-finances/nouvelles/2020/03/instaure-la-prestation-canadienne-durgence-pour-venir-en-aide-aux-travailleurs-et-aux-entreprises.html>

<sup>27</sup> Premier ministre du Canada. Repéré à <https://pm.gc.ca/fr/nouvelles/communiqués/2020/04/15/premier-ministre-annonce-plus-grand-acces-la-prestation-canadienne>

<sup>28</sup> Gouvernement du Canada. Repéré à <https://www.canada.ca/fr/emploi-developpement-social/nouvelles/2021/07/un-plus-grand-soutien-pour-les-familles-canadiennes.html>

<sup>29</sup> Centre régional de la santé et des services sociaux de la Baie-James. [http://www.crsssbaiejames.gouv.qc.ca/1262/Les\\_communiqués\\_de\\_presse.crsssbaiejames](http://www.crsssbaiejames.gouv.qc.ca/1262/Les_communiqués_de_presse.crsssbaiejames)

travail ont été plus fréquents de la mi-mars 2020 au début du mois de mai 2020 et des mois de novembre 2020 jusqu'en janvier 2021. De nombreux travailleurs qui peuvent avoir de plus petits salaires, comme les femmes, ont donc vécu de nombreux arrêts de rémunération. Les prestations pour les travailleurs ont été disponibles à partir de la fin mars 2020 ; pour les enfants, les prestations ont été versées à partir de mai 2020. Cette situation pourrait affecter l'alimentation des résidents et peut-être même faire émerger un état d'insécurité alimentaire. Elle indique, de façon évidente, un lien avec les stratégies alimentaires de certains résidents de la Jamésie ; par exemple, certains ont mentionné qu'ils voyageaient d'une ville à l'autre pour bénéficier des denrées au rabais des autres épiceries. Toutefois, comme on l'a vu, certaines décisions prises pour limiter la propagation de la COVID-19 ont rendu les déplacements difficiles ; les routes ont été fermées pendant huit semaines (de mars à mai 2020) et les déplacements interrégionaux n'étaient pas recommandés de novembre 2020 à janvier 2021. Puisque cette situation rendait tout déplacement pratiquement impossible, les personnes qui misaient sur un approvisionnement provenant de l'extérieur ont donc dû repenser leur stratégie alimentaire.

C'est dans ce contexte qu'a été entreprise cette deuxième recherche sur la sécurité alimentaire. La section suivante décrit la méthodologie qui a été employée.

## Méthodologie de la deuxième partie

Les objectifs de cette deuxième partie de la recherche sont d’approfondir l’étude des conséquences de la pandémie sur les stratégies alimentaires des citoyens et citoyennes et d’identifier les leçons de la crise apprises par certains acteurs du système alimentaire. Pour atteindre ces objectifs, nous avons choisi une méthodologie mixte de recherche, car la complémentarité entre des entrevues semi-dirigées et un questionnaire formel peut permettre d’élaborer certaines explications relatives aux conséquences de la pandémie et des leçons à en tirer et d’en autoriser une certaine généralisation (Bryman, 2006).

### La collecte des informations

Les informations qualitatives ont été recueillies en deux étapes. La première phase de la recherche, comme nous l’avons dit, s’est déroulée de février à mai 2020. La collecte a été réalisée par téléphone auprès d’un échantillon non probabiliste d’une quarantaine de personnes. Parmi les personnes interviewées, 25 étaient citoyennes jamésiennes ; une quinzaine d’acteurs économiques, publics et communautaires de la région complétaient l’échantillon. Ces personnes n’avaient pas été choisies au hasard, mais en raison de leur place dans la chaîne alimentaire, allant de producteur à consommateur, sans oublier les divers intervenants œuvrant en tout ou en partie dans le système alimentaire (Desjardins et Tremblay, 2020). Comme pour tout entretien semi-dirigé, l’information recherchée est personnelle, concrète et relève du vécu de la personne ; elle permet de décrire le monde dans lequel elle vit ainsi que les interprétations qu’elle en fait. Ces informations ne sont donc pas statistiquement généralisables à l’ensemble de la population de la région ; leur utilité est de montrer l’éventail des réalités possibles.

Cette première phase de collecte a permis de construire le questionnaire utilisé lors de la deuxième étape de cueillette d’informations, dont la fonction a été de recueillir des informations plus largement généralisables, bien que moins riches en détails. Le questionnaire portait essentiellement sur les conséquences de la pandémie en regard des stratégies alimentaires et de la situation d’insécurité alimentaire vécue par les répondants. Il contient 35 questions fermées et a été programmé avec le logiciel LimeSurvey™. Afin d’encourager la participation, un tirage de 7 prix en argent de 100 \$ a été effectué parmi les personnes répondantes. La dernière question portait donc sur les coordonnées des personnes acceptant de participer au concours. Le questionnaire a été publicisé sur Facebook par le Réseau jamésien de développement social entre les mois de mai et octobre 2021. De plus, sept organismes communautaires se sont portés volontaires pour faire la promotion du questionnaire en format papier au cours de la même période. Au total, 214 questionnaires ont été remplis électroniquement et 19 en format papier.

Parallèlement, de mai à août 2021, nous avons contacté 10 acteurs d’organismes communautaires et d’entreprises. Ces entrevues semi-dirigées ont permis de mieux cerner leur situation et les conséquences de la gestion de la pandémie sur leurs services. Considérés comme des acteurs clés au sein du système alimentaire, ils sont propriétaires d’épiceries, gestionnaires de projets en sécurité alimentaire ou intervenants communautaires offrant des services alimentaires. Les entrevues duraient de 30 à 60 minutes, et étaient réalisées par

téléphone ou à l'aide du logiciel Zoom™. Cette collecte de données est encadrée par une certification éthique de recherche décernée par l'Université du Québec à Chicoutimi<sup>30</sup>.

### **L'analyse des informations**

Pour ce qui est du volet qualitatif, les entrevues réalisées en 2021 ont été ajoutées à celles réalisées de mars à mai 2020, formant ainsi une base de données unique. Les entrevues ont été intégralement retranscrites et les transcriptions intégrales ont subi une analyse thématique avec le logiciel Nvivo12™.

Afin d'en permettre le traitement, les réponses des questionnaires ont été traitées par le logiciel SPSS™. Avant de commencer l'analyse des réponses, une vérification des critères d'inclusion (avoir plus de 18 ans et résider sur le territoire de la Jamésie) a été effectuée. Les réponses sont présentées de manière descriptive. De plus, pour explorer les liaisons entre les variables décrites, nous avons utilisé un test statistique non paramétrique soit le coefficient de corrélation de Spearman. Le rho de Spearman révèle comment deux variables sont liées ou ont une dépendance statistique, avec des degrés de force. À titre d'exemple :

- force faible :  $r < 0,30$  ;
- force modérée-inférieure : entre 0,30 et 0,40 ;
- force modérée-supérieure : entre 0,40 et 0,50 ;
- force forte :  $r > 0,50$ .

Les valeurs du coefficient de Spearman vont de 0, ce qui signifie aucune relation, à + 1, ce qui représente une relation positive ou négative parfaite. Les résultats des tests de Spearman sont d'ordre général et non extrapolable à la région de la Jamésie. Pour une analyse spécifique à cette région, un total de 298 questionnaires aurait été nécessaire (50 + 8 [31 variables]) (Field, 2013). Cette limitation n'empêche pas d'estimer que les données sont valides pour nos besoins, mais elle exige une prudence certaine dans la généralisation des résultats à l'ensemble de la population régionale.

---

<sup>30</sup> Approbation du projet 2021-711 par le CER de l'UQAC le 28 avril 2021.

## Présentation des données qualitatives

L'objectif général de cette deuxième partie de la recherche est d'approfondir l'étude des conséquences de la pandémie sur les stratégies alimentaires des citoyens et citoyennes et d'identifier les leçons à tirer de la crise selon certains acteurs du système alimentaire. Nous avons donc conservé l'aspect systémique du système alimentaire, comme suggéré par l'INSPQ (Dubé et al., 2020 ; Desjardins et Tremblay, 2020). Les acteurs directement impliqués au sein du système alimentaire jamésien sont principalement les épiciers, les quelques agriculteurs et les transporteurs (Desjardins et Tremblay, 2020) et, comme il s'agit d'une pandémie mondiale, autant ces acteurs que les mangeurs sont affectés. De plus, la première phase de la recherche avait montré que les stratégies alimentaires des citoyens.ne.s de la Jamésie mettaient fréquemment à contribution des organismes communautaires ; ceux-ci seront donc également pris en compte. La présentation des résultats est organisée selon la position des acteurs dans le système alimentaire : les acteurs économiques, les organismes communautaires et enfin, les mangeurs.

### Les acteurs économiques

Lors de la collecte de données effectuée en février et mars 2020, la pandémie affectait peu les opérations des agriculteurs puisque les propriétaires étaient capables de réaliser tout le travail avec les membres de leurs familles. Considérant que les salaires offerts ne sont pas concurrentiels à ceux des entreprises minières et des autres entreprises semblables, les producteurs développent leurs fermes en fonction de leur capacité à effectuer le travail de manière autonome. Toutefois, un agriculteur qui cumule deux emplois à cause de l'aspect saisonnier de l'agriculture maraîchère nous a mentionné avoir perdu son emploi en mars 2020.

Nous n'avons pas contacté les compagnies de transport puisque leurs activités n'ont pas été visées par des mesures restrictives lors de la pandémie de COVID-19. Cependant, un élu participant à la recherche les a personnellement contactées pour s'assurer des approvisionnements réguliers. Selon lui, il s'était fait dire qu'il n'y avait aucun changement.

À l'hiver 2020, nous avons discuté avec deux employés et un propriétaire d'épicerie. Un second propriétaire d'épicerie n'a pas pu participer par manque de temps et d'intérêt, ce qui découlait de la gravité de la situation pandémique et du manque de personnel. À l'été 2021, deux propriétaires d'épicerie ont participé à la collecte de données. Les particularités de ces épiceries sont qu'elles n'ont jamais fermé leurs portes et elles ont été dans l'obligation d'appliquer toutes les mesures imposées pour restreindre le risque de contamination entre les individus. Les changements des besoins alimentaires chez les consommateurs sont une autre particularité mentionnée par les épiciers. Certains ont noté qu'au début de la pandémie, les clients (les « mangeurs ») cherchaient davantage des aliments en vrac et en gros format — sans oublier le papier hygiénique. Il y a aussi eu une augmentation fulgurante des commandes en ligne, par téléphone ou par courriel. Heureusement pour la plupart des informateurs, les mécanismes de commande à distance étaient déjà en place. De ce point de vue, la pandémie a augmenté la centralité de certains équipements ou processus ; elle a renforcé une tendance déjà présente et ne l'a pas créée.

Pour les épiciers, la gestion de la pandémie a généré de nouvelles dépenses pour des ressources matérielles telles que plexiglas, produits désinfectants ou de protection pour les employés. Elle a aussi exigé des ressources humaines supplémentaires afin de gérer le flux de clients, de désinfecter régulièrement, de prendre, faire et livrer les commandes, comme le montre cet exemple.

[...] la première année que j'ai eu le magasin, j'en ai eu juste une dans toute l'année, une commande en ligne. Et là présentement, on se maintient entre 30 et 40 commandes en ligne par semaine. Et pendant la pandémie, on a monté à 100 commandes en ligne par semaine au début. Ça, c'est mis à part les commandes téléphoniques qu'on a, que ça aussi ça a explosé.

Puisque les demandes des clients avaient changé, les épiciers ont dû passer des commandes manuellement à leur grossiste pour éviter les ruptures de stock. Un employé mentionne :

[...] comme là avec la pandémie on a de la misère à fournir, le monde a comme viré fou, alors là ils se font des réserves. On a eu un petit peu de misère à fournir, mais sinon normalement on est capable, on a trois vans par semaine qui rentrent et ça va quand même bien moi je trouve.

Pour éviter les ruptures de stock, les épiciers ont limité la quantité des achats par client et n'ont pas affiché de rabais agressifs pour les attirer. Malgré tout, certains petits formats pour les conserves ont parfois manqué. En août 2021, le secteur de la viande semblait encore fragile.

D'autres difficultés sont mentionnées telles que la petite taille des commerces qui rendait difficile la distanciation physique, et l'attitude hostile de certains clients à l'égard des mesures sanitaires. Malgré l'évidence de préoccupations communes entre épiciers, chacun semble se référer à son grossiste pour s'ajuster à la situation de la gestion de la pandémie.

Le manque de personnel est fréquemment évoqué comme une difficulté par des épiciers. Ils mentionnent que ce problème était présent avant la pandémie, mais qu'il s'est accentué avec le départ de certains employés pour des raisons personnelles ou financières, et non pas en raison de la peur d'être contaminé. Certains épiciers croient que les employés ont quitté leur emploi pour bénéficier de la Prestation canadienne d'urgence (PCU) ; mais en dépit de la fin du programme, le 26 septembre 2020, rares sont les personnes qui ont souhaité revenir travailler dans les épiceries<sup>31</sup>. Selon les informateurs, les besoins peuvent représenter de 20 % à 40 % du personnel pour les établissements alimentaires. Pour répondre aux demandes des clients, ils ont rapidement modifié l'organisation du travail, réduit certains services ainsi que les heures d'ouverture. Au moment de l'enquête (été 2021), certains employeurs cherchent à compenser le manque de personnel en se tournant vers les travailleurs étrangers, avec l'aide d'organismes communautaires présents en Jamésie. Évidemment, les délais pour l'accueil de ces personnes issues de l'immigration internationale se sont allongés en raison de la gestion de la pandémie, par exemple, à cause de la fermeture des frontières ou de l'arrêt de certains vols internationaux.

Les épiciers ont souligné quelques coups de chance ; par exemple, le fait d'avoir connu une augmentation de leurs revenus, ce qui leur a permis de compenser les dépenses

---

<sup>31</sup> Il faut préciser que certaines grandes entreprises vivent une réouverture après quelques années d'arrêt ou une expansion.

supplémentaires ou d'avoir eu accès au Programme de subvention salariale d'urgence du Canada pour couvrir un certain pourcentage des salaires des employés. Pour d'autres entrepreneurs, la fermeture des commerces leur a permis d'avoir du temps pour peaufiner leur projet d'affaires. Un informateur élu estime que le défi est de favoriser les commerces ou les entreprises qui desservent surtout ou prioritairement la population locale.

Malgré les aléas de la gestion de la pandémie, les commerces des informateurs ne sont pas fragilisés ou sur le point de fermer leurs portes. Selon eux, l'augmentation des coûts des aliments sera davantage liée à l'augmentation des salaires versés aux employés pour les retenir. D'autres mentionnent que les réflexes de la désinfection des lieux devraient rester, même après la fin des mesures sanitaires.

Enfin, les futurs entrepreneurs ont voulu profiter du temps de confinement pour travailler sur leur projet d'affaires en lien avec l'alimentation. Malheureusement, les différents programmes de subventions gouvernementales étaient destinés aux entreprises déjà existantes et il leur était difficile d'en profiter.

### **Les organismes communautaires**

Les informations recueillies auprès de mangeurs indiquent que les organismes communautaires offrent un soutien qui peut prendre plusieurs formes.

- Le dépannage alimentaire, qui permet d'avoir accès gratuitement à des denrées alimentaires.
- Les cuisines collectives ou ateliers de cuisine, qui permettent aux utilisateurs de développer leurs compétences et connaissances alimentaires afin d'avoir des repas diversifiés.
- Des repas communautaires, qui permettent l'accès à des repas à moindre coût.

Selon les informateurs employés par des organismes communautaires, de nombreux services d'aide alimentaire ont dû cesser leurs activités en mars 2020. Par exemple, les cuisines collectives et les repas communautaires sont des activités de groupe et, considérant les mesures sanitaires imposées par la pandémie, ils ont dû être interrompus. Certains organismes ont repris les repas communautaires en mai 2020, mais en modifiant leur prestation de service pour offrir du prêt-à-emporter. Ce n'est qu'en septembre 2020 que les repas communautaires ont pu être consommés sur place avec un nombre réduit de personnes, bien que le prêt-à-emporter ait continué d'être offert. Malgré ces options, des informateurs notent quand même une diminution de la clientèle pendant la première année de la pandémie et une légère augmentation depuis l'été 2021. Pour les activités qui impliquent des personnes âgées, les intervenants espéraient recommencer en septembre 2021. Le partenariat établi avec certaines écoles pour des soupes dans les réfrigérateurs libre-service a cessé en mars 2020 pour reprendre en septembre 2021, sauf pour une école qui n'y a pas encore donné suite.

Seules les activités liées aux dons alimentaires et aux services de repas à domicile (popote roulante) ont pu se poursuivre. Elles ont pris plusieurs formes. Certaines organisations qui animaient d'autres activités ont décidé de s'impliquer dans la distribution de denrées. D'autres, qui offraient des services limités avec moins d'employés, ont utilisé les surplus de la masse salariale dégagée par les mises à pied temporaires pour faire des achats alimentaires

et les donner aux personnes dans le besoin. Certaines organisations communautaires ont développé des partenariats avec des agriculteurs pour récupérer les légumes déclassés ou les surplus afin de répondre à l'augmentation des demandes pour les dons. D'autres ont peaufiné le partenariat avec leur épicier local pour que la gestion des dépannages alimentaires respecte les mesures sanitaires et puisse se réaliser rapidement. Des épiciers ont même accepté de prendre en note les achats réalisés par des bénéficiaires de dons alimentaires et de se faire payer par chèque à la fin du mois. Pour opérationnaliser les changements liés aux restrictions sanitaires jugés difficiles à comprendre ou à appliquer, des informateurs mentionnent avoir participé à des discussions avec d'autres organismes similaires au leur dans la région de la Jamésie ou même ailleurs dans la province.

L'augmentation soudaine des demandes de dons alimentaires a poussé les organismes communautaires à faire des demandes de soutien ponctuel. Certaines entreprises locales et provinciales ont fait des dons en argent, par exemple, la SAQ pour les banques alimentaires. Ces dons ont permis d'acheter des aliments dans les épiceries locales pour les redistribuer aux personnes qui le demandaient. Toutefois, quelques organismes ont vu leur budget amputé en raison de l'annulation de nombreuses activités de collecte de fonds. Des informateurs soulignent que plusieurs fonds ont permis d'avoir accès à des sommes supplémentaires pour des volets spécifiques à des projets, ce qui est apprécié. Toutefois, des organismes communautaires ont mentionné que la poursuite de leurs activités avec une augmentation des demandes pour des dons alimentaires a rendu épuisante la rédaction des nombreuses demandes de financement. Les organismes ayant cessé leurs activités pendant la pandémie n'ont pas fait le même genre de remarque. Par ailleurs, en ce qui a trait aux organismes communautaires qui étaient fermés ou vivaient une importante diminution de services, certains intervenants nous ont mentionné, lors de rencontres préparatoires à la recherche, qu'ils ont eu le temps de peaufiner certains projets ou de les réaliser, car d'autres projets étaient en phase de démarrage avant la pandémie. En comparant 2020 et 2021, on voit que des projets de serres et de jardins ont vu le jour en Jamésie. Le problème est qu'il y a eu une pénurie de semences et de terre. Deux organismes communautaires mentionnent avoir eu un coup de chance parce que les investissements réalisés quelques mois auparavant ont pu soutenir leurs opérations ; ce fut le cas, par exemple, de l'achat d'une chambre froide et des équipements requis pour réaliser un service de livraison de repas à domicile.

Un aspect important dans la gestion des activités alimentaires est la présence des personnes bénévoles. Il peut s'agir de membres de conseils d'administration, de citoyens déjà mobilisés ou de nouveaux participants. Des intervenants d'organismes communautaires ont mentionné que ces personnes bénévoles ont permis de pallier le manque de personnel pour répondre à la hausse des demandes, mais l'obligation faite aux bénévoles de respecter les normes sanitaires a augmenté la charge de travail des gestionnaires. Une personne dit avoir subi de la pression pour accomplir plus de tâches, mais elle a su chercher de l'aide. Au même moment, cette même personne s'est retrouvée en situation financière précaire et préoccupante à la suite de l'arrêt de travail de son conjoint.

Avec le recul, certains organismes communautaires mentionnent que la pandémie de COVID-19 leur a permis de se faire connaître auprès de la population à plusieurs moments entre les mois de mars 2020 et août 2021. Ils précisent que des personnes influentes de leur



communauté ont visité leurs installations pour en apprendre davantage sur l'insécurité alimentaire en Jamésie. Certains organismes disent que les prochains défis seront de pérenniser cette solidarité avec ces nouveaux partenaires potentiels. Pour ce qui est de la clientèle, le défi est d'impliquer les bénéficiaires de dons alimentaires dans un continuum de services alimentaires pour être plus actifs dans le développement de leur autonomie. C'est ce que mentionne un intervenant.

C'est beau leur donner de la bouffe gratuite une fois par mois, mais il y a une certaine prise en charge qui doit être faite, il y a des connaissances qui doivent être acquises, on sait qu'on ne sera pas capable de rejoindre tout le monde, mais là, en septembre, on s'enligne pour travailler sur ce côté-là. On ne peut pas obliger les gens à faire un geste, mais on peut discuter avec eux autres et les amener à découvrir nos autres services du Carrefour pour les aider à devenir autonomes.

Enfin, des intervenants se disent fiers d'avoir répondu à toutes les exigences liées à la gestion de la pandémie et d'avoir su s'adapter aux besoins des gens. Ils sont également contents d'avoir développé une certaine habileté avec les plateformes numériques de communication qui leur ont permis de discuter en direct et plus fréquemment avec d'autres organismes sur le grand territoire de la Jamésie.

### **Les mangeurs**

Ultimement, dans le système alimentaire, il y a le mangeur (ou le client, pour les acteurs économiques), pour qui les conséquences de la pandémie sont très variées. Nous présenterons ici les principales répercussions qui ont nous ont été confiées lors des entretiens. Comme on le verra, certaines façons de faire ont été bouleversées, mais d'autres beaucoup moins. Le portrait global est donc très nuancé.

Certaines pratiques n'ont pas été très influencées par la pandémie. Pour certains mangeurs, leur stratégie alimentaire consistant à participer à un groupe d'achat n'a pas été affectée. Ces groupes d'achat sont des partenariats avec des épiceries grande surface et avec une compagnie de transport pour une livraison sur palettes. Ces mangeurs précisent qu'ils n'ont pas vécu de rupture de services. Ils ont parfois rencontré quelques difficultés avec le système informatique des épiceries parce qu'il y avait beaucoup de demandes et que certains produits n'étaient plus disponibles ; toutefois, les épiceries et les entreprises de transport continuaient leur service malgré les grandes distances à parcourir.

De même, un autre type de mangeur qui n'a pas été affecté par la pandémie est celui qui bénéficie d'une autonomie grâce à la culture maraîchère et l'élevage de petits animaux. Cependant, ce type de mangeur n'est pas très fréquent.

La pandémie a bouleversé les façons de faire utilisées « en temps normal ». Par exemple, l'âge avancé de certains mangeurs les empêchait d'aller à l'épicerie. Un d'entre eux nous parle ainsi de sa mère.

Je l'amenaient avec moi dans l'épicerie, mais là ce qu'on entend dire dans les médias et sur les réseaux sociaux, c'est qu'une personne qui a un look de plus de 70 ans qui se promène dans une épicerie, elle se fait presque crier des injures en disant

« reste chez toi » et elle va tout nous contaminer. Alors les gens sont cruels et ils ont peur souvent, non je ne me risquerai pas à amener maman dans une épicerie avec moi, un pour ça et deux, pour qu'elle risque d'attraper cette maladie-là et moi aussi.

Précisons que sa mère est atteinte de la maladie d'Alzheimer et qu'il ne peut la laisser seule à la maison. Un autre mangeur d'un certain âge mentionne qu'il mange des repas peu équilibrés parce qu'il ne peut sortir de son logement pour s'acheter de la viande.

Le recours aux technologies de communication, bien qu'utilisé auparavant, est devenu beaucoup plus fréquent. Pour ce qui est de l'achat en ligne, des mangeurs mentionnent que les épiceries locales permettaient l'envoi par courriel ou les messages téléphoniques, mais n'apprenaient le coût de leurs achats qu'au moment de la livraison. Un interviewé raconte : « Bien c'est ça, on ne sait pas les prix, je leur ai dit "je veux un gros jambon Maple Leaf", elle va en choisir un et si elle m'en met un dans le panier à 25 \$, bien je vais le payer 25 \$ ». D'autres informateurs soulignent que depuis la pandémie, ils vont moins souvent à l'épicerie. Cette diminution des achats à l'épicerie demande une plus grande planification. De plus, certains ont réduit le nombre de voyages qu'ils faisaient à l'extérieur de leur ville ou localité pour bénéficier des rabais des bannières à plus grande surface.

D'autres pratiques se sont moulées aux recommandations de la santé publique. Ainsi, certains mangeurs en confinement ont choisi d'intégrer d'autres personnes à la « bulle » familiale. Cette situation a eu un effet sur leur budget alimentaire.

Là en contexte de confinement ce n'est pas pareil, mais mes filles avaient chacune un chum, alors souvent on est sept dans la maison, alors c'est sûr que j'ai besoin de plus grandes quantités, alors c'est pour ça que j'achète ma viande à l'épicerie ou à la boucherie. Parce que souvent ce que je vais faire, s'il y a un spécial sur le poulet, je vais acheter rien que du poulet cette semaine-là. Si le spécial est sur la viande hachée, la semaine d'après on va faire des réserves en viande hachée. Je te dirais que c'est plus ça, mais ça reste que je trouve que c'est cher parce que c'est sûr que j'ai besoin de quantités plus importantes, là.

Cependant, ces recommandations — en particulier celles touchant aux déplacements hors région — ont représenté des contraintes importantes. C'est le cas des personnes qui ont un régime alimentaire particulier. Pour l'une d'elles, le confinement a entraîné un casse-tête pour respecter ses pratiques religieuses.

Parce que c'est ça, chaque année toujours avant le mois de carême, on descend à Montréal pour amener ce qu'on a besoin pour ce mois. Pourquoi on descend à Montréal ? Parce que pendant ce mois, on reste toute la journée à jeun, donc vers la fin de la journée on essaie d'avoir une table équilibrée pour récupérer pour toute la journée. Donc on descend à Montréal pour en amener, mais cette année on ne peut pas vu la quarantaine, le confinement, on ne peut pas sortir.

Il ne faut pas oublier les conséquences psychologiques. Le changement de routine dans la réalisation des stratégies alimentaires semble générer un stress additionnel chez certaines

personnes, surtout si ce changement est dû à la conjonction de plusieurs dimensions de la vie personnelle. Certaines l'ont clairement mentionné.

Oui, présentement c'est vraiment un bon melting pot de stress : la séparation, l'alimentation, tout le volet qu'on faisait à deux sur les responsabilités, quelles qu'elles soient, les paiements, le confinement qui devient lourd, là. Alors oui, c'est beaucoup de stress.

De même, une informatrice travaillant dans un organisme communautaire l'a également souligné.

C'est sûr qu'il y a dû en avoir qui étaient en détresse, ça... Mais moi personnellement m'en rendre compte, je me suis rendu compte d'une couple de familles qui m'en ont parlé, ils ont trouvé ça dur, l'argent ne rentrait pas et ils étaient gênés de demander de l'aide. Oui, tu as raison, à bien y penser, ça en est ça de la détresse.

À la fin du questionnaire utilisé pour la recherche, 73 commentaires ont été inscrits par des répondants résidant en Jamésie. La hausse des prix des aliments dans les épiceries est soulignée par 31 des 226 répondants au questionnaire. Le manque d'aliments dans les épiceries est mentionné par 13 personnes, et d'autres se plaignent de la diminution de la qualité des aliments.

La pandémie a aussi bouleversé le rapport aux services. Lorsque nous abordions la possibilité de recourir au soutien d'un organisme communautaire, un mangeur souligne sa gêne.

Je pense que oui dans le milieu où je suis. Si j'étais à Québec, je t'aurais dit non parce que bon... les gens ils nous ne connaissent pas vraiment. Mais ici je dirais oui, parce que les gens ils me connaissent à peu près tous. Alors je dirais oui, ça me gênerait.

Un intervenant qui tente de convaincre les gens de demander de l'aide alimentaire le perçoit clairement.

Mais on leur disait « allez-y », mais je vais avoir l'air de quoi ? Mon chum il travaille dans une mine et là nous autres on est obligés de demander de l'aide. Et j'en avais aussi que le conjoint était aux études, alors tout arrête, lui déjà n'a plus d'argent parce qu'il est aux études et là la femme est arrêtée, le télétravail avant que ça se place, il y a des places que ça ne se pouvait pas, ils tombaient sur le chômage. Il y a eu des temps que le chômage rentre ou la PCU, je ne sais pas trop comment on appelle ça, le 2 000 \$ qu'ils leur donnaient, alors ce délai-là, oui il y a eu un gros stress. Oui, ça j'ai eu connaissance de ça, des gens que je connaissais, qui étaient plus près de moi. Oui.

Pour les mangeurs qui utilisent les services des organismes communautaires, une certaine confusion relative aux services semble être présente. Voici un exemple : « Oui, c'est ça. Et comme là à ce temps-ci, bien moi je n'ose pas trop sortir en rapport avec ce qui se passe, je

n'en demande pas<sup>32</sup>. Parce que ça, il faut qu'on y aille, il faut y aller nous autres mêmes ». Pour un mangeur d'un certain âge : « Bien présentement je n'ai pas demandé qu'elle vienne, je n'aime mieux pas voir personne. J'ai même annulé le bloc repas<sup>33</sup> et je vais m'arranger tant que la quarantaine ne sera pas finie ».

Un autre informateur, issu du secteur des services sociaux, précise que la prestation de services était réduite puisque les travailleurs de ce secteur étaient redirigés vers des tâches liées à la gestion de la pandémie. D'autres mangeurs voient les activités alimentaires des organismes communautaires suspendues, ce qui leur cause de l'insécurité alimentaire.

Q. : Et réussissez-vous à manger à votre faim avec les deux, l'épicerie plus la cuisine collective ?

R. : D'habitude oui, mais ce temps-ci non.

Q. : Il vous manque, votre cuisine collective ?

R. : Oui.

Toutefois, plusieurs citoyens demandent de l'aide aux organismes communautaires et selon des expériences relatées par des intervenants, la clientèle exprimait de la reconnaissance à recevoir de la nourriture et la visite d'une personne. Ces demandes d'aide alimentaires ont été formulées dès le mois de mars 2020. Nous avons discuté avec des intervenants des situations vécues par rapport à l'insécurité alimentaire des citoyens. L'extrait suivant illustre la complexité de ces situations.

Q. : Sentiez-vous que si vous n'aviez pas été là, il y en a qui n'auraient carrément pas mangé ?

R. : Oui. Oui, ce n'est pas 50 % là, mais oui, il y a des gens qui auraient été vraiment mal en point. Il y en a que ce n'était pas du côté financier, c'était du côté peur, crainte, on ne sort pas, pas de famille dans le coin, alors qu'est-ce qu'on fait. Pas d'ordinateur, on ne peut pas « caller » ça par Internet et tout le kit. Et il y en a d'autres que c'était parce qu'ils avaient vraiment... ils avaient perdu leur emploi ou c'était précaire, ils ne savaient pas ce qui allait se passer. Oui il y avait la PCU, mais quand est-ce qu'elle allait rentrer ; après ça tout le monde disait « faites attention, parce que vous allez en redevoir », alors... Après ça il y avait des enfants aussi qui étaient à temps plein à la maison, des fois ça mange beaucoup plus que quand ça a des activités à l'extérieur.

Des intervenants soulignent aussi la monotonie et la réclusion qui ont accompagné le confinement.

Ils avaient hâte de voir des gens, de sortir de la maison et de manger autre chose que ce qu'ils se font tout le temps chez eux et d'avoir une diversité et une quantité aussi à pas cher.

---

<sup>32</sup> Dépannage alimentaire.

<sup>33</sup> Une personne du CRSSBJ venait chez lui régulièrement pour faire les achats et la cuisine.

Cependant, d'autres intervenants n'ont pas perçu une augmentation de l'insécurité alimentaire et renvoient aux caractéristiques habituelles des utilisateurs d'aide. Ils disent que la clientèle est majoritairement la même qu'avant la pandémie. Pour eux, il n'y a pas de profil type qui se dégage, ce sont des personnes seules jeunes et âgées ainsi que des familles avec deux parents ou monoparentales. Ils ont besoin d'aide alimentaire parce qu'ils ont perdu leur emploi ou parce qu'ils doivent rester à la maison puisque les écoles sont fermées.

Les deux exemples suivants montrent qu'il ne faut pas oublier le fait qu'en plus des impacts sur «la population en général», certains groupes se sont retrouvés dans des situations particulières. Les étudiants en formation professionnelle étaient aussi des mangeurs à risque d'insécurité alimentaire puisqu'ils perçoivent une allocation pour leur temps d'apprentissage. De mars 2020 jusqu'en août 2020, les formations étaient interrompues et par le fait même, les allocations aussi. Certains ont été dirigés vers des organismes communautaires, d'autres ont été guidés pour bénéficier d'un soutien gouvernemental, mais quelques-uns ne se qualifiaient pas. Les étudiants internationaux devaient affronter des enjeux supplémentaires puisque leur permis d'étude est limité dans le temps et certains ne bénéficient d'aucun soutien financier et doivent donc payer la totalité de leur formation qui était interrompue.

Des entrepreneurs autonomes étaient également préoccupés par leur situation financière et par le traitement des demandes de soutien aux entreprises.

Parce que mon entreprise est soit trop grosse, parce que les derniers chiffres que j'ai eus, ce n'est pas compatible. Alors là, je suis obligé de passer par mon député fédéral pour qu'il puisse parler à un fonctionnaire, pour que je puisse arriver avec tous mes chiffres, expliquer ce que je fais, qui est un peu hors norme. Mais j'ai-tu vraiment le goût de me battre pour 2 000 \$ ? Non.

Pour finir, deux mangeurs soulignent des événements positifs vécus durant la pandémie. Le premier dit avoir reçu des appels téléphoniques de gens qu'il côtoie dans les activités communautaires.

Oui, c'est même surprenant, même impressionnant, quand le téléphone et que je vois le nom sur l'afficheur, je me dis « voyons ! » Cette personne-là qui m'appelle, qui ne m'a jamais appelé de ma vie. Ou d'autres qui appelaient et moins et qui nous disent qu'ils pensent à nous [...].

Un autre estime que l'arrêt de son travail lui a permis de trouver une certaine stabilité dans sa vie pour gérer le diabète de sa fille.

Je te dirais que ma réalité n'est plus la même depuis deux mois. Là je te dirais que... wow ! Je n'ai jamais vécu ça une stabilité comme ça depuis le confinement, avec le diabète de ma fille, c'était... il fallait que j'aie lui donner ses injections à l'école, parce qu'ils étaient pas encore formés. Alors tu pars travailler, tu reviens à l'école, tu vas donner l'injection, tu reviens travailler, oups ! Elle fait une hypo,

elle est en retard à l'école, oups ! [...] <sup>34</sup>. Alors c'était vraiment comme assez éclaté dernièrement, mais là vivement la stabilité. Oui.

Cette section a brièvement présenté les principaux impacts de la pandémie sur les acteurs du système alimentaire regroupés en trois catégories : les acteurs économiques, les organismes communautaires et les mangeurs. La pandémie a clairement eu des effets sur leurs activités et revenir à une certaine stabilité a pris du temps. Mais cette résilience ne signifie pas un retour à la situation qui précédait la pandémie : les contraintes ressenties par les acteurs économiques sont plus sévères, les organismes communautaires ont drastiquement diminué leur offre de services et les mangeurs doivent faire preuve d'une créativité accrue.

Ces informations nous renseignent sur le vécu des personnes rencontrées. Mais celles-ci sont peu nombreuses, ce qui nous force à nous demander si ces réactions sont répandues. La section suivante permet d'aborder cette question.

---

<sup>34</sup> Pour préserver l'anonymat de ce mangeur, nous avons effacé les noms de ses employeurs.

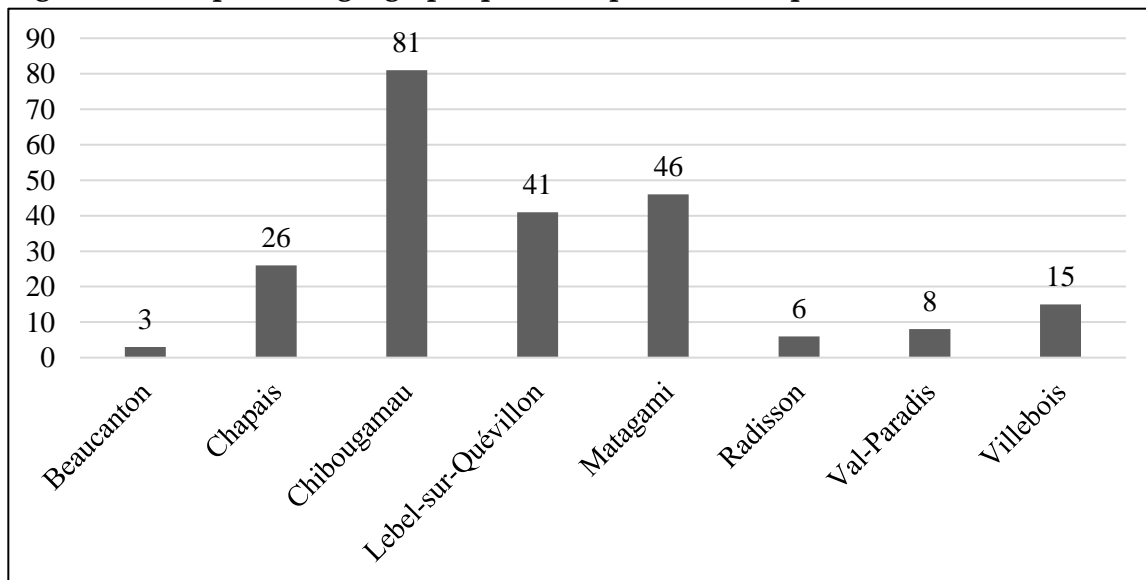
## Présentation des données quantitatives

### La présentation des répondants

De manière globale, 2 161 questionnaires sont ouverts dans le logiciel LimeSurvey, 233 sont remplis partiellement et totalement, alors que 1 928 sont vides, ce qui signifie que les gens les ont regardés sans donner de réponses. Une première analyse des profils des répondants a été réalisée, dans laquelle nous avons éliminé les réponses de 7 personnes qui ne correspondaient pas aux critères de la recherche, c'est-à-dire être âgé de plus de 18 ans et résider sur le territoire allochtone de la Jamésie. La présentation des données quantitatives se fera selon les réponses issues de 226 questionnaires répondant à ces exigences.

Les répondants des 226 questionnaires résident dans toutes les villes et localités de la Jamésie, comme le montre la figure suivante. De manière générale, la répartition relative des répondants reproduit la taille des villes et localités.

**Figure 17. La répartition géographique des répondants au questionnaire (n)**



Pour présenter plus en détail ces proportions relatives, le tableau suivant montre la population âgée de plus de 20 ans habitant sur le territoire de la Jamésie selon les données du recensement national de 2016 et la compare avec les répondants au questionnaire. Nous ne pouvons avoir les données pour les personnes de 18-19 ans puisqu'elles sont incluses dans la catégorie des 15-19 ans.

**Tableau 26. La comparaison entre le nombre de répondants et la population de la région**

Villes et localités	Questionnaires compilés (n)	Population totale de 20 ans et + <sup>35</sup>	Représentation de la population totale (%)
Beaucanton	3	125	2,4 %
Chapais	26	1 170	2,2 %
Chibougamau	81	5 710	1,4 %
Lebel-sur-Quévillon	41	1 700	2,4 %
Matagami	46	1 080	4,3 %
Radisson	6	s.o.	--
Val-Paradis	8	110	7,3 %
Villebois	15	130	11,5 %
<b>Total</b>	<b>226</b>	<b>10 025</b>	<b>2,25 %</b>

Les pourcentages liés à la population totale permettent de souligner que les résultats des questionnaires refléteront un état de situation partiel et ne pourront être généralisés. Un total d'au moins 370 répondants aurait été probablement nécessaire pour avoir un niveau de confiance de ( $p < 0.05$ ) envers les résultats et un écart-type (ou une marge d'erreur) de  $\pm 5$  %.

Trois éléments se dégagent du portrait typique des répondants.

- 96,4 % possèdent une identité québécoise/canadienne.
- Ils demeurent dans un logement ou une maison avec un autre adulte seulement (71,2 % ; n= 161) (pas de personne ayant moins de 17 ans : 58,3 % ; n= 94).
- 31,9 % font partie d'un ménage ayant en 2020 un revenu total de 100 000 \$ et plus.

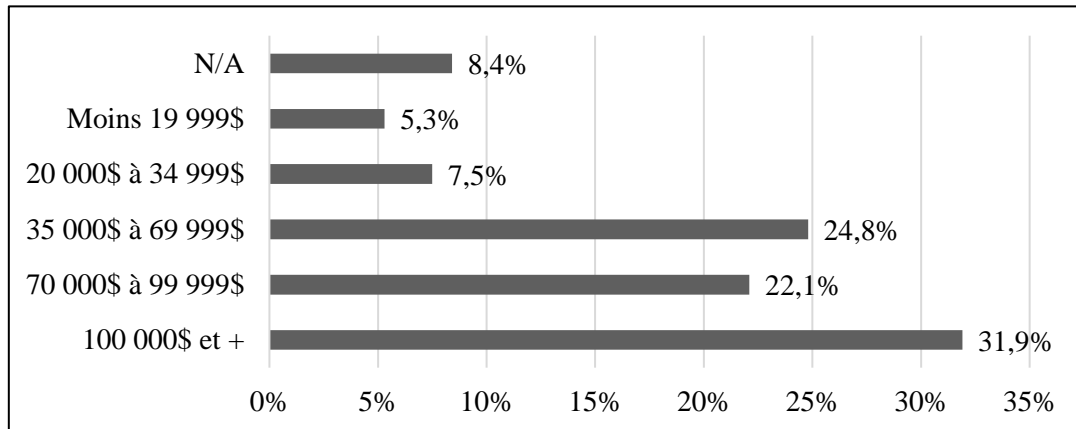
Lorsque nous effectuons une comparaison sommaire avec les données de Statistique Canada (2016), nous retrouvons parmi les répondants une surreprésentation des personnes qui disent avoir une identité québécoise/canadienne. Selon les données de Statistique Canada (2016), le pourcentage de personnes de la région affirmant avoir une identité autochtone oscille entre 3 % et 21 %, selon la localité. La composition des ménages est similaire aux données de Statistique Canada (2016), puisque plus des deux tiers des ménages des villes et localités se composent d'une à deux personnes.

La figure suivante détaille les revenus totaux des ménages.

<sup>35</sup> Population répondante aux critères d'inclusion : adultes qui résident sur le territoire allochtone de la Jamésie. Données issues de Statistique Canada (recensement 2016).



**Figure 18. Le revenu total des ménages (2020) des répondants au questionnaire (%)**



Pour ce qui est du revenu total des ménages, rappelons aussi que lors de la première phase de la recherche, les informateurs estimaient qu'on devait avoir un revenu d'au moins 100 000 \$ pour subvenir à tous ses besoins puisque le coût de la vie de la région est relativement élevé. Dans notre échantillon, 31,9 % des répondants satisfont à ce critère. L'autre chiffre souligné lors de la première étape était un revenu de 40 000 \$ ou le cumul de 2 emplois à temps plein au salaire minimum pour qu'une personne en Jamésie ne se retrouve pas en situation de pauvreté. Ce chiffre dans la tranche de 40 000 \$ est inclus dans la catégorie des revenus de 0 à 69 999 \$, ce qui représente 37,6 % de notre échantillon. Le tableau suivant rassemble ces informations sur ces catégories de revenus.

**Tableau 27. Les catégories des ménages selon leur revenu total (2020)<sup>36</sup>**

Revenu total des ménages	(%)	(n)
0 à 69 999 \$	37,6 %	85
70 000 \$ à 99 999 \$	22,1 %	50
100 000 \$ et +	31,9 %	72

Par ailleurs, comme mentionné précédemment, de nombreuses entreprises ont fermé leurs portes pendant plusieurs semaines depuis mars 2020. Nous nous sommes donc intéressés à la fluctuation des revenus totaux des ménages des répondants depuis cette date.

Parmi les 72 ménages de l'échantillon ayant un revenu de 100 000 \$ et plus, 7 d'entre eux (9,7 %) ont connu une diminution.

Les répondants ayant un revenu entre 70 000 et 99 999 \$ (n= 50) pourraient être considérés comme la classe moyenne ; 12 d'entre eux (24 %) ont subi une diminution de leurs revenus. Cette diminution du revenu total du ménage a causé à 6 répondants un stress situé de moyennement à énormément important (50 %).

Parmi ceux qui pourraient être considérés à risque relativement à la pauvreté monétaire (de 0 à 69 999 \$), soit 85 répondants, 34,1 % (n= 29) ont subi une baisse de leurs revenus. Cette

<sup>36</sup> NSP (Ne sait pas) (n= 19).

diminution du revenu total du ménage a causé à 23 répondants un stress allant de moyennement à énormément important (79,3 %).

**Tableau 28. Le revenu total des ménages (2020), sa fluctuation et son effet sur le stress**

<b>Revenu total des ménages</b>	<b>0 à 69 999 \$ (n= 85)</b>	<b>70 000 \$ à 99 999 \$ (n= 50)</b>	<b>100 000 \$ et + (n= 72)</b>
<b>Fluctuation et effet sur le stress</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 34,1 % (n= 29) ont subi une diminution de leurs revenus.</li> <li>• Niveau de stress évalué de moyennement à énormément pour 45,9 % (n= 39).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 24 % (n= 12) ont subi une diminution de leurs revenus.</li> <li>• Niveau de stress évalué de moyennement à énormément pour 22 % (n= 11).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 9,7 % ont subi une diminution de leurs revenus.</li> <li>• Niveau de stress évalué de moyennement à énormément pour 11,1 % (n=8).</li> </ul>

Lorsque nous combinons les variables liées aux revenus totaux des ménages, et à l'impact de la pandémie et du stress, nous observons une corrélation avec le test de Spearman. Le tableau suivant expose les résultats et permet de savoir s'il existe un lien entre ces variables, si cette relation est positive ou négative et qu'elle est sa force.

**Tableau 29. Revenu total des ménages (2020) et stress (Rho de Spearman)**

Rho de Spearman		Revenu total des ménages	Depuis la pandémie (mars 2020), est-ce que le revenu total de votre ménage a changé ?	L'impact de la pandémie sur le revenu total de votre ménage vous a-t-il causé un stress ?
Revenu total des ménages 2020	Coefficient Corrélation	1 000	, 313**	-, 416**
	Sig. (2-tailed)	.	,000	,000
	N	207	201	202
Depuis la pandémie (mars 2020), est-ce que le revenu total de votre ménage a changé ?	Coefficient Corrélation	, 313**	1 000	-, 494**
	Sig. (2-tailed)	,000	.	,000
	N	201	213	208
L'impact de la pandémie sur le revenu total de votre ménage vous a-t-il causé un stress ?	Coefficient Corrélation	-, 416**	-, 494**	1 000
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	.
	N	202	208	215

\*\* Corrélation significative au niveau de 0,01

Nous observons une corrélation significative ( $p < 0.01$ ) (niveau de confiance envers les résultats ou une marge d'erreur de  $\pm 1\%$ ). Nous pouvons noter que plus les revenus des ménages (2020) sont élevés, moins ils ont vécu une diminution de revenu et un stress. À l'inverse, plus les revenus des ménages sont bas, plus ceux-ci ont vécu une diminution de leur revenu et ont ressenti un stress financier. La force de ces corrélations se situe entre modérée-inférieure (entre 0,30 et 0,40) pour les variables relatives aux revenus des ménages et les changements tels que la diminution, la stagnation et l'augmentation. Nous notons une force modérée-supérieure (entre 0,40 et 0,50) pour ce qui est des variables relatives aux revenus des ménages et au stress ressenti ainsi que les changements liés aux revenus des ménages et au stress ressenti.

En somme, les personnes vivant dans un ménage dont les revenus totaux ont été inférieurs à 69 999 \$ sont proportionnellement plus nombreuses à avoir vu leurs revenus diminuer. Elles sont aussi plus nombreuses à avoir ressenti un niveau élevé de stress. On peut donc considérer qu'elles ont plus fortement ressenti les effets de la pandémie que les catégories plus favorisées.

### **L'impact sur les stratégies alimentaires**

Lors de la première phase de la recherche, les informateurs mentionnaient que la stratégie la plus populaire pour s'alimenter était d'aller à une épicerie locale ou extérieure. La seconde était d'accumuler ou d'entreposer les denrées. La troisième était de faire l'achat d'aliments au rabais. Pour réaliser les deux dernières stratégies, les participants avaient mentionné faire leurs achats dans les épiceries à grande surface, généralement situées hors de leur ville ou localité, à l'exception de Chibougamau où se trouve un Maxi. Dans une moindre mesure, d'autres utilisaient les stratégies de jardinage ainsi que de la chasse, pêche et cueillette.

Le tableau suivant présente quatre stratégies directement en lien avec une source d'alimentation potentielle comme l'ont indiqué les répondants au questionnaire. Dans le questionnaire, les stratégies du jardinage et de la chasse, pêche et cueillette étaient proposées comme une source d'alimentation plutôt qu'un simple loisir. Comme le montre le tableau, la pandémie a surtout eu un impact sur les pratiques liées à l'achat en épicerie. Bien qu'il y en ait eu un sur les autres pratiques, pour les accentuer ou, au contraire, les diminuer, cet impact est moins important.

**Tableau 30. Les changements dans les stratégies alimentaires**

<b>Stratégies alimentaires (n= 226)</b>	<b>Non</b>	<b>Moins qu'avant la pandémie</b>	<b>Comme d'habitude</b>	<b>Plus qu'avant</b>	<b>NSP</b>
Stratégie 1 : Acheter à l'épicerie locale	12	26	147	33	8
Stratégie 2 : Acheter à l'épicerie extérieure	89	34	68	27	8
Stratégie 3 : Jardiner pour se nourrir	125	4	50	37	10
Stratégie 4 : Chasser ou pêcher ou cueillir pour se nourrir	103	2	96	17	8

**Stratégie 1 :** La stratégie alimentaire consistant à faire ses achats à l'épicerie locale autant ou plus qu'avant est utilisée par 79,6 % des répondants (n= 147 +33). Plusieurs raisons sont évoquées pour procéder à ces achats à l'épicerie locale. Parmi elles, il faut compter les barrages routiers érigés lors de l'interdiction des déplacements interrégionaux. Une autre raison est de ne plus avoir à se déplacer pour le travail, ce qui rend inutile de faire ses achats dans une

autre région ou une autre ville. Certains informateurs ont augmenté leurs achats alimentaires puisqu'ils ne pouvaient plus bénéficier des repas fournis sur leurs lieux de travail.

Stratégie 2 : 42 % répondants (n= 68 +27) persistent dans leur habitude de faire leur épicerie à l'extérieur de leur ville ou localité. Ils évoquent la qualité supérieure des aliments, leur faible coût, les produits spécialisés et le plus vaste choix comme étant leurs principales motivations.

Stratégie 3 : Pour ce qui est du jardinage dans un but alimentaire (et pas simplement ludique), 38,5 % des répondants (n= 50 +37) affirment le faire. Ces jardiniers qui jardinent plus (n= 37) depuis la pandémie pour se nourrir sont surtout des personnes sans enfant (n= 23) avec un revenu total de 100 000 \$ et plus (n= 11) ou entre 70 000 \$ et 99 999 \$ (n= 12).

Stratégie 4 : Pour ce qui est de la chasse, pêche et cueillette, 50 % des répondants mentionnent qu'il s'agit d'une stratégie alimentaire qui n'a pas beaucoup changé (n= 96) ou qui a gagné en popularité pour d'autres répondants (n= 17).

En résumé, plusieurs stratégies sont utilisées pour s'approvisionner en denrées alimentaires.

- 91,2 % des répondants au questionnaire vont à l'épicerie locale ;
- 57,1 % vont dans une épicerie à l'extérieur de leur localité ;
- 40,3 % jardinent ;
- 50,9 % chassent, pêchent ou cueillent.

Ces stratégies sont souvent combinées ou cumulées.

- 19 % des répondants utilisent seulement 1 stratégie ;
- 29,2 % des répondants utilisent 2 stratégies ;
- 23 % des répondants utilisent 3 stratégies ;
- 20,8 % des répondants utilisent les 4 stratégies.

De ces stratégies alimentaires, des répondants ajoutent avoir changé certaines de leurs habitudes alimentaires individuelles en temps de pandémie (depuis mars 2020). Le tableau suivant présente les stratégies alimentaires modifiées des répondants.

**Tableau 31. Les modifications des habitudes alimentaires**

<b>Habitudes alimentaires (n= 226)</b>	<b>Pourcentage des répondants</b>
Manger moins au restaurant (n= 83)	36,7 %
Cuisiner plus (cannage, congélation, séchage) (n= 49)	21,7 %
Planifier ses repas pour ne pas gaspiller (n= 44)	19,5 %
Acheter plus d'aliments au rabais au lieu de ceux aimés par la personne (n= 41)	18,1 % (surtout utilisée par les personnes qui ont un revenu total pour le ménage de 69 999 \$ et moins ; n= 26)
Acheter moins de viande parce qu'elle coûte cher (n= 33)	14,6 % (surtout utilisée par les personnes qui ont un revenu total pour le ménage de 69 999 \$ et moins ; n= 19)
Réduire ses portions dans l'assiette faute d'argent (n= 12)	5,3 % (surtout utilisée par les personnes qui ont un revenu total pour le ménage de 69 999 \$ et moins ; n= 11)
Manger moins pour nourrir les enfants en premier (n= 11)	4,9 % (surtout utilisée par les personnes qui ont un revenu total pour le ménage de 69 999 \$ et moins ; n= 8)

L'habitude alimentaire consistant à diminuer les repas au restaurant peut être influencée par le fait que ces établissements ont régulièrement fermé leurs portes durant l'année 2020. Les habitudes de cuisiner et de planifier les repas pour éviter le gaspillage sont prises de manière équilibrée par tous. Les habitudes d'acheter des denrées au rabais, réduire les achats de viande semblent surtout être adoptées par les ménages qui ont un revenu total de 69 999 \$ et moins. Cette observation est aussi relevée dans les tableaux précédents avec le test non paramétrique de Spearman.

**Tableau 32. Revenu total des ménages (2020) et achat d'aliments en rabais (Rho de Spearman)**

Rho de Spearman		Depuis la pandémie (mars 2020), avez-vous changé vos habitudes alimentaires ? [Oui, j'achète plus les aliments au rabais au lieu de ceux que j'aimerais manger]
Revenu total des ménages 2020	Coefficient Corrélation	-, 239**
	Sig. (2-tailed)	,001
	N	204

\*\*. Corrélation significative au niveau de 0,01.

Le tableau présente une corrélation significative ( $p < 0.01$ ) (niveau de confiance envers les résultats et un écart-type (ou une marge d'erreur de  $\pm 1$  %) entre les variables relatives aux revenus des ménages 2020 et l'habitude d'acheter des aliments au rabais au lieu de ceux appréciés par les personnes. La relation est négative ce qui signifie que plus les revenus d'un ménage sont diminués, plus ils ont recours à cette habitude alimentaire. La force de cette corrélation est faible puisque plus petite que 0,30.

Une situation similaire est notée pour la diminution de la consommation de viande.

**Tableau 33. Revenu total des ménages (2020) et consommation de viande (Rho de Spearman)**

Rho de Spearman		Depuis la pandémie (mars 2020), avez-vous changé vos habitudes alimentaires ? [Oui, je mange moins de viande parce qu'elle coûte cher]
Revenu total des ménages 2020	Coefficient Corrélation	-, 190**
	Sig. (2-tailed)	,007
	N	204

\*\*. Corrélation significative au niveau de 0,01

Le tableau présente une corrélation significative ( $p < 0.01$ ) entre les variables relatives aux revenus des ménages 2020 et l'habitude de manger moins de viande parce qu'elle coûte trop cher. La relation est négative ce qui signifie que plus les revenus d'un ménage sont diminués, plus ils ont recours à cette habitude alimentaire. La force de cette corrélation est faible puisque plus petite que 0,30.

Les ménages qui ont un revenu total de 69 999 \$ et moins utilisent également des habitudes qui sont liées à la privation : réduire les portions et manger moins pour nourrir les enfants en

premier. Cette observation est aussi relevée avec le test non paramétrique de Spearman aux tableaux suivants.

**Tableau 34. Revenu total des ménages (2020) et portion dans l'assiette (Rho de Spearman)**

Rho de Spearman		Depuis la pandémie (mars 2020), avez-vous changé vos habitudes alimentaires ? [Oui, j'ai réduit mes portions dans mon assiette faute d'argent]
Revenu total des ménages 2020	Coefficient Corrélation	-, 333**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	204

\*\* . Corrélation significative au niveau de 0,01

Le tableau présente une corrélation significative ( $p < 0.01$ ) entre les variables relatives aux revenus des ménages 2020 et l'habitude de réduire ses portions faute d'argent pour s'en acheter. Nous avons spécifié la raison monétaire puisque la gestion des mesures sanitaires aurait pu être également une raison. Les résultats montrent une relation négative, ce qui signifie que plus les revenus d'un ménage sont diminués, plus ils ont recours à cette habitude alimentaire. La force de cette corrélation est modérée-inférieure puisqu'entre 0,30 et 0,40.

Pour ce qui est de l'habitude alimentaire « manger moins pour nourrir ses enfants en premier », les résultats sont similaires, comme le montre le tableau 35.

**Tableau 35. Revenu total des ménages (2020) et portion pour nourrir les enfants (Rho de Spearman)**

Rho de Spearman		Depuis la pandémie (mars 2020), avez-vous changé vos habitudes alimentaires ? [Oui, je mange moins pour nourrir mes enfants en premier]
Revenu total des ménages 2020	Coefficient Corrélation	-, 192**
	Sig. (2-tailed)	,006
	N	204

\*\* . Corrélation significative au niveau de 0,01

Comme démontré dans le tableau, la relation est significative ( $p < 0.01$ ). Notons que la corrélation est négative, cela suppose que les personnes à faible revenu utilisent davantage cette habitude alimentaire ; toutefois, la relation est faible puisque la force est de moins de 0,30.



Soulignons que la tranche de revenu total (2020) des ménages de 69 999 \$ et moins est classée parmi celles à risque de pauvreté monétaire en Jamésie ; elle a aussi vécu une diminution de salaire et vit un niveau de stress plus élevé que les autres catégories plus fortunées. Elle est souvent négligée dans les recherches et les interventions touchant l'insécurité alimentaire, généralement plus intéressées par les catégories les plus démunies. Des informations comme celles que présente le tableau 27 laissent entendre qu'elle ressent aussi les contrecoups de l'insécurité alimentaire dans un contexte de crise, ce qui est sans doute favorisé par le coût élevé de la vie dans la région.

La recherche réalisée en 2020 sur le territoire de la Jamésie avait révélé que la notion de plaisir était importante pour les mangeurs. Plusieurs des répondants (19,9 % ; n= 45/226) disent ne plus ressentir le même plaisir à manger depuis la pandémie. La majorité est constituée de personnes dont le revenu total du ménage est de 69 999 \$ et moins (61 % ; n= 25/41). Notons que les résultats du test non paramétrique de Spearman soulignent une relation similaire au tableau suivant.

**Tableau 36. Revenu total des ménages (2020) et plaisir à manger (Rho de Spearman)**

Rho de Spearman		Depuis la pandémie (mars 2020), ressentez-vous le même plaisir à manger ?
Revenu total des ménages 2020	Coefficient Corrélation	,203**
	Sig. (2-tailed)	,005
	N	193

\*\*. Corrélation significative au niveau de 0,01

La corrélation est significative ( $p < 0.01$ ) et la relation est positive. Les résultats indiquent que les ménages qui ont un revenu plus élevé ont préservé leur plaisir de manger. La relation entre ces variables est d'une force faible parce que moins de 0,30.

Le tableau suivant indique les raisons évoquées par les répondants au questionnaire pour expliquer la perte de plaisir à manger.

**Tableau 37. Les principales raisons de la perte de plaisir à manger**

<b>Raisons</b>	<b>Pourcentage</b>
Le manque d'argent pour acheter des aliments aimés de la personne (n= 19).	42,2 % (affecte surtout les ménages qui ont un revenu total de 69 999 \$ et moins ; n= 10).
La possibilité de seulement acheter des aliments au rabais (n= 13).	28,9 % (cet énoncé concerne surtout les ménages qui ont un revenu total de 69 999 \$ et moins ; n= 11).
La privation (n= 11).	24,4 % (surtout chez les ménages qui ont un revenu total de 69 999 \$ et moins ; n= 10).
Le manque d'argent pour cuisiner des repas équilibrés (n= 10).	22,2 % (majoritairement chez les ménages qui ont un revenu total de 69 999 \$ et moins ; n= 8).
La possibilité de manger ce que la personne reçoit comme dépannage alimentaire (n= 5).	11,1 % (uniquement dans les ménages qui ont un revenu total de 69 999 \$ et moins ; n=5).

Au sein de ces raisons liées à la perte de plaisir à manger, nous avons trouvé trois corrélations relatives aux revenus des ménages et aux raisons suivantes : la possibilité de seulement acheter des aliments au rabais, la privation et la possibilité de manger ce que la personne reçoit comme dépannage alimentaire (voir le tableau suivant).

**Tableau 38. Revenu total des ménages (2020) et les principales raisons de la perte de plaisir à manger (Rho de Spearman)**

Rho de Spearman		Pourquoi ne ressentez-vous pas le même plaisir à manger ? [Je mange ce que je reçois comme dépannage alimentaire]	Pourquoi ne ressentez-vous pas le même plaisir à manger ? [Je dois me priver]	Pourquoi ne ressentez-vous pas le même plaisir à manger ? [Je peux seulement acheter des aliments en spécial (au rabais)]
Revenu total des ménages 2020	Coefficient Corrélation	-, 340*	-, 395*	-, 488**
	Sig. (2-tailed)	,030	,010	,001
	N	41	41	41

\*. Corrélation significative au niveau de 0,05

\*\*. Corrélation significative au niveau de 0,01

Le tableau présente une corrélation significative ( $p < 0.05$ ) (marge d'erreur de  $\pm 5\%$ ) entre les variables relatives aux revenus des ménages 2020 et les raisons qui font que les personnes ne ressentent plus le même plaisir de manger, soit parce qu'ils sont dans l'obligation de manger ce qu'ils reçoivent comme dépannage alimentaire et qu'ils doivent se priver. Les résultats montrent une relation négative, ce qui signifie que plus les revenus d'un ménage sont diminués, plus ces raisons sont évoquées. La force de cette corrélation est modérée-inférieure puisqu'entre 0,30 et 0,40. Une troisième raison est relevée soit la possibilité d'acheter seulement des aliments au rabais. La relation est significative ( $p < 0.01$ ) avec la variable concernant les revenus des ménages et elle est négative, ce qui signifie que les personnes à moindres revenus évoquent davantage cette raison. La force de cette corrélation est modérée-supérieure (entre 0,40 et 0,50).

La perte d'appétit, d'inspiration culinaire, de contact social lors des repas ( $n=5$ ) et le stress lié à la gestion de la pandémie ( $n=4$ ) sont aussi évoqués.

Globalement, il est frappant que les ménages qui ont un revenu total de 69 999 \$ et moins aient eu recours à des habitudes alimentaires guidées par l'aspect monétaire plutôt que simplement par leurs goûts personnels. De cette situation résulte une perte de plaisir liée à l'alimentation.

### **La présentation de l'insécurité alimentaire**

Le questionnaire comportait des questions relatives au manque de nourriture pour les mangeurs et leur ménage depuis mars 2020. La majorité des répondants (85,8 % ;  $n=194$ ) ont répondu qu'ils n'avaient pas manqué de nourriture depuis mars 2020 tandis que 5,3 % n'ont pas répondu.

Toutefois, 8,8 % des répondants (n= 20) ont mentionné avoir manqué de nourriture. 11 de ces 20 personnes (sur un total de 226) vivent sans enfant alors que 18 sont dans un ménage ayant un revenu total de 69 999 \$ et moins. Selon le test non paramétrique de Spearman, les résultats abondent dans le même sens (voir tableau suivant).

De plus, plusieurs des répondants qui disent avoir manqué de nourriture depuis mars 2020 ont vécu une diminution du revenu total de leur ménage (65 % ; n= 13/20).

**Tableau 39. Revenu total des ménages (2020) et le manque de nourriture (Rho de Spearman)**

Rho de Spearman		Depuis la pandémie (mars 2020), vous arrive-t-il de manquer de nourriture pour vous ou votre ménage ?
Revenu total des ménages 2020	Coefficient Corrélation	-, 354**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	200

\*\*. Corrélation significative au niveau de 0,01

Le tableau expose une corrélation significative ( $p < 0.01$ ) entre les variables relatives aux revenus des ménages 2020 et l'insécurité alimentaire soit le fait de manquer de nourriture. Les résultats montrent une relation négative, ce qui signifie que plus les revenus d'un ménage sont diminués, plus ils vivent des épisodes de manque de nourriture. La force de cette corrélation est modérée-inférieure puisqu'entre 0,30 et 0,40. En plus, la question fut posée à deux reprises et la deuxième fois, la raison du manque d'argent était évoquée. Les mêmes résultats sont ressortis avec la même force de corrélation, mais avec un chiffre moindre soit -, 307.

Les raisons principales du manque de nourriture sont variées.

- Le manque d'argent pour 70 % (n= 14) des répondants dont le revenu total du ménage est de moins de 19 999 \$ (42,9 % ; n= 6) ou se situant entre 35 000 \$ et 69 999 \$ (50 % ; n= 7).
- Les tablettes des épiceries étaient vides (40 % ; n= 8).
- L'impossibilité pour la personne de sortir (21,4 % ; n= 3).
- Ce manque de denrées alimentaires pour nourrir le ménage a causé un stress à 18 des 20 répondants.

Les stratégies pour se nourrir sont multiples :

- demander de la nourriture à un organisme communautaire (50 % ; n= 10);
- sauter un ou plusieurs repas (45 % ; n= 9);
- diminuer les dépenses (45 % ; n= 9);
- diminuer les portions dans les assiettes (35 % ; n= 7);
- emprunter de l'argent à un membre de la famille ou un ami (35 % ; n= 7);
- demander de la nourriture à un membre de la famille ou un ami (25 % ; n= 5).

Une dernière question demandait si le répondant ou les membres de son ménage avaient eu faim sans pouvoir manger faute d'argent depuis la pandémie ; 4,9 % ont répondu par l'affirmative (n= 11). De ce nombre :

- 45,5 % ont eu parfois faim et seulement les adultes;
- 27,3 % ont eu parfois faim pour les adultes et les enfants;
- 27,3 % ont eu souvent faim et seulement les adultes.

En somme, 8,8 % des répondants ont vécu de l'insécurité alimentaire depuis la pandémie (mars 2020). Cela se distingue des pourcentages provinciaux concernant l'insécurité alimentaire, qui étaient de 26 % en avril 2020 et 15 % le mois suivant (Dubé et al., 2020). Il est difficile de savoir si cette différence est due aux caractéristiques de l'échantillon (utilisation de Facebook, biais d'autosélection, etc.) ou si elle tient aux caractéristiques de la région. À l'intérieur de cette incertitude, on peut toutefois noter que si la plupart des répondants disent ne pas avoir manqué de nourriture, ceux qui en ont manqué l'imputent au manque de revenu et avouent que cela leur a causé un stress perceptible. Les stratégies de privation sont alors utilisées, ainsi que le recours aux services communautaires.

### **La présentation du recours aux organismes communautaires**

Le questionnaire comportait une question générale relative à l'utilisation des offres de soutien des organismes communautaires. Ceux qui ont inscrit une réponse négative (n = 169, soit 74,8 % des répondants) évoquent plusieurs raisons pour ne pas utiliser les activités des organismes communautaires :

- parce qu'ils n'en ont pas besoin (68 % ; n= 115) ; de plus, certains précisent qu'ils préfèrent laisser la place aux autres personnes dans le besoin (4,1 % ; n= 7).
- parce qu'ils n'en ont jamais entendu parler (5,3 % ; n= 9).
- parce qu'ils ne connaissent pas ces offres (10,7 % ; n= 18).
- parce qu'ils craignent d'être jugés (5,9 % ; n= 10).
- parce qu'ils sont trop gênés (5,3 % ; n= 9).

Deux répondants mentionnent que leur localité n'a pas de services communautaires et un autre souligne qu'il a demandé un soutien, mais puisqu'il ne pouvait pas se déplacer, il n'a pas pu être aidé.

D'autres répondants ont donné une réponse positive (18,1 % des répondants, soit 41 personnes). Ce sont majoritairement des personnes sans enfant (63,4 % ; n= 26) et le revenu total de leur ménage est de :

- 100 000 \$ et + (22 % ; n= 9);
- 70 000 \$ à 99 999 \$ (14,6 % ; n= 6);
- 35 000 \$ à 69 999 \$ (26,8 % ; n= 11);
- 20 000 \$ à 34 999 \$ (7,3 % ; n= 3);
- Moins de 19 999 \$ (24,4 % ; n= 10).

Plusieurs offres de soutien sont utilisées :

- les repas communautaires (51,2 % ; n= 21);
- les cuisines collectives (36,6 % ; n= 15);

- le dépannage alimentaire (34,1 % ; n=14);
- le jardin communautaire (14,6 % ; n= 6).

En temps de pandémie, selon la majorité des répondants (82,9 % ; n= 34), les services des organismes communautaires sont restés disponibles ou ont été offerts différemment. Pour 9,8 % (n= 4) des répondants, les organismes étaient fermés et cela a rendu leur situation plus difficile.

### **Les portraits des répondants qui vivent dans un ménage ayant un revenu total de 69 999 \$ et moins**

Les données précédentes ont montré que les comportements pendant la pandémie sont influencés par le niveau de revenu du ménage. De façon prévisible, la catégorie des personnes vivant dans un ménage dont le revenu est de moins de 69 999 \$ est particulièrement touchée. Cette vaste tranche de revenus regroupe les catégories de personnes se situant entre 35 000 \$ et 69 999 \$, 20 000 \$ et 34 999 \$ et de moins de 19 999 \$. Cette section présentera un portrait sommaire des faits saillants pour chacun de ces groupes.

#### **Les ménages qui ont un revenu total entre 35 000 \$ et 69 999 \$**

Les répondants qui vivent dans un ménage ayant un revenu total entre 35 000 \$ et 69 999 \$ sont au nombre de 56. Depuis la pandémie, ce revenu est resté le même pour 51,8 % (n= 29) d'entre eux et a diminué pour 33,9 % (n= 19). Cette situation n'a pas généré de stress pour 33,9 % (n= 19), un peu de stress pour 26,8 % (n= 15) et de moyennement à énormément de stress pour les autres (21,4 % ; n= 12). Ils vivent majoritairement avec une autre personne d'âge adulte (71,4 % ; n = 40) et sans enfant (71,4 % ; n =40).

Leurs stratégies alimentaires individuelles sont de faire leurs achats à l'épicerie locale (66 % ; n= 37) et même plus en temps de pandémie (14,2 % ; n= 8). Pour ce qui est de faire leurs achats à l'épicerie à l'extérieur de leur ville ou localité, 51,8 % (n= 29) des personnes disent ne pas le faire ou le faire moins qu'avant la pandémie. La majorité n'est pas adepte du jardinage pour se nourrir (66 % ; n= 37), ni de la chasse, pêche ou cueillette pour 50 % (n= 28) d'entre eux.

En temps de pandémie, certains répondants de cette catégorie ont mentionné avoir changé leurs habitudes alimentaires.

- 28,6 % cuisinent plus (n= 16).
- 33,9 % mangent moins au restaurant (n= 19).
- 33,9 % achètent les aliments au rabais au lieu de ceux qu'ils aiment (n= 19).
- 32,1 % planifient plus leurs repas pour ne pas gaspiller (n= 18).
- 25 % mangent moins de viande parce qu'elle coûte trop cher (n= 14).

Depuis la pandémie, 26,8 % (n= 15) des répondants n'éprouvent plus le même plaisir à manger ; de ceux-ci, 16,1 % (n= 9) affirment avoir manqué de nourriture faute d'argent (12,5 % ; n= 7).

#### **Les ménages qui ont un revenu total entre 20 000 \$ et 34 999 \$**

Les répondants qui vivent dans un ménage ayant un revenu total entre 20 000 \$ et 34 999 \$ sont au nombre de 17. Considérant ce petit nombre, nous ne pouvons souligner que quelques

traits saillants de leurs stratégies alimentaires individuelles, car la distribution des réponses empêche tout portrait statistique convaincant.

Ces répondants font leurs achats alimentaires à l'épicerie locale (88,2 % ; n= 15), à l'épicerie hors de leur ville ou localité (52,9 % ; n= 9), pratiquent la chasse, la pêche et la cueillette pour se nourrir (58,8 % ; n= 10). Les habitudes alimentaires de cuisiner plus, manger moins au restaurant, acheter des aliments au rabais, manger moins de viande, etc., ne se sont pas modifiées depuis la pandémie (mars 2020). La plupart (82,4 % ; n= 14) ressentent le même plaisir à manger qu'avant.

### **Les ménages qui ont un revenu total de moins de 19 999 \$**

Les répondants qui vivent dans un ménage ayant un revenu total de moins de 19 999 \$ sont au nombre de 12. Considérant ce petit nombre, nous sommes réduits ici encore à ne pouvoir souligner que quelques traits saillants de leurs stratégies alimentaires individuelles.

Ils sont majoritairement seuls dans leur ménage (83,3 % ; n= 10) et sans enfant (66,7 % ; n= 8). Depuis mars 2020, le revenu total du ménage a diminué pour 50 % (n= 6) d'entre eux ; pour les autres, il est resté le même et un répondant n'a rien indiqué. Cette situation a généré un stress de moyen à énormément pour 83,3 % (n= 10) d'entre eux. En ce qui concerne leurs stratégies alimentaires individuelles, 75 % (n= 9) vont faire leurs achats à l'épicerie locale et peu les font à l'extérieur de leur ville ou localité (25 %, n= 3). La majorité ne fait pas de jardinage pour se nourrir (83,3 % ; n= 10), ni ne chasse, pêche ou cueille (75 % ; n= 9). Depuis la pandémie, 58,3 % (n= 7) n'éprouvent plus le même plaisir de manger. Certains ont même manqué de nourriture (58,3 % ; n= 7) faute d'argent (50 % ; n= 6).

Pour 41,6 % (n= 5) d'entre eux, le manque de nourriture génère beaucoup ou énormément de stress. Notons que la majorité (83,3 % ; n= 10) utilise les services des organismes communautaires ; il s'agit surtout du dépannage alimentaire (58,3 % ; n= 7). Enfin, 41,6 % (n= 5) d'entre eux ont eu faim sans pouvoir manger faute d'argent depuis la pandémie soit depuis mars 2020.

La comparaison de ces trois catégories de répondants permet de retenir quelques traits généraux. Le niveau de stress diminue lorsque le revenu augmente, ce qui est sans doute renforcé par le fait que les catégories moins favorisées ont subi une plus forte diminution de leurs revenus. Les stratégies n'ont pas beaucoup changé, ni les habitudes alimentaires, mais on peut déceler une tendance générale à privilégier l'achat local et, pour les moins fortunés, à se tourner vers des modes d'alimentation plus économiques. Ce sont les catégories les moins riches qui utilisent le plus les services communautaires comme le dépannage alimentaire. Enfin, si le plaisir de manger a été affecté, les personnes ayant des revenus plus faibles ont été plus souvent touchées par la faim que les personnes plus favorisées. Au global, les différences de revenus permettent de comprendre l'impact différentiel de la pandémie sur l'alimentation.

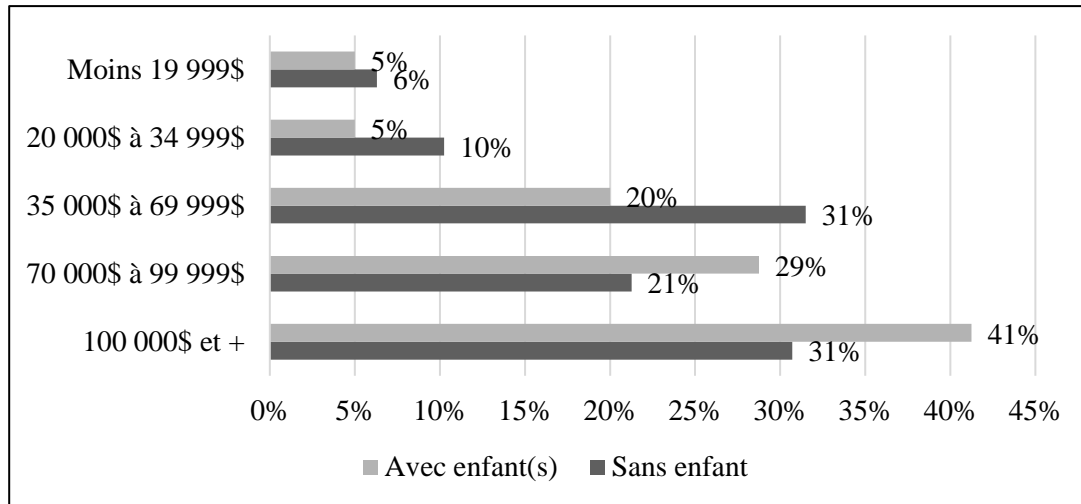
### **Les ménages sans enfant et ceux avec enfants**

Lors de la première phase de la recherche, la présence des enfants dans les ménages semblait avoir un effet certain sur le nombre de stratégies déployées par les adultes pour maximiser leur budget alimentaire. Dans la deuxième phase, le nombre de répondants sans enfant est de 140 alors qu'il y a 83 répondants avec enfants. Les ménages ont 1 enfant (39,8 % ; n= 33) et

2 enfants (43,3 % ; n= 36). La plupart des personnes sans enfant sont en couple (67,1 % ; n= 94) alors que 22,9 % d'entre elles sont seules (n= 32).

Pour ce qui est du revenu total des ménages (2020), la figure suivante compare les ménages avec et sans enfant(s). Nous avons présenté le pourcentage des répondants pour faciliter la comparaison entre les deux groupes.

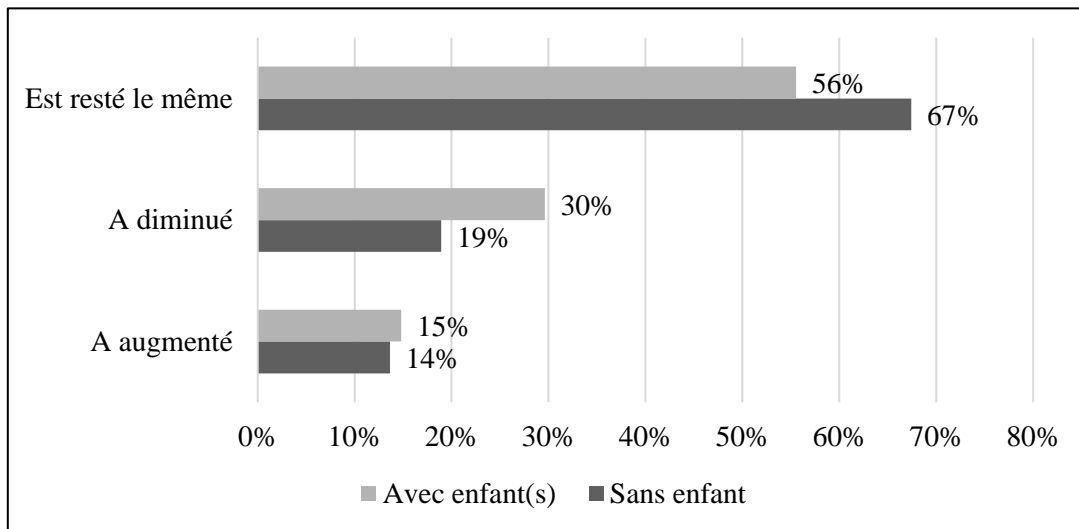
**Figure 19. Le revenu total des ménages (2020) avec et sans enfant(s) (%)**



Nous pouvons constater que 70 % des ménages avec enfant(s) ayant répondu au questionnaire ont un revenu de 70 000 \$ et plus alors que ce n'est le cas que pour 52 % des ménages sans enfant. Chez les ménages ayant un revenu total de 69 999 \$ et moins, 30 % ont des enfants et 47 % n'en ont pas. La prochaine figure expose la fluctuation du revenu de ce groupe depuis la pandémie.



**Figure 20. La fluctuation du revenu total des ménages (2020) avec et sans enfant(s)**



Nous pouvons observer que les ménages avec enfants sont plus affectés par la diminution de leur revenu total. Cette situation a généré de moyennement à énormément de stress pour 32,5 % des ménages avec enfants et 26,7 % de ceux sans enfant.

Le tableau suivant compare les stratégies alimentaires des deux groupes de répondants, avec et sans enfant(s).

**Tableau 40. Les stratégies alimentaires des répondants avec ou sans enfant(s)**

Stratégies	Ménages avec enfants	Ménages sans enfant
Stratégie 1 : Acheter à l'épicerie locale.	97,5 %	93,4 %
Stratégie 2 : Acheter à l'épicerie extérieure.	64,2 %	56,6 %
Stratégie 3 : Jardiner pour se nourrir.	46,3 %	39,7 %
Stratégie 4 : Chasser ou pêcher ou cueillir pour se nourrir.	61 %	47,8 %
Stratégie 5 : Utilisation des offres de soutien des organismes communautaires.	19 %	19,8 %

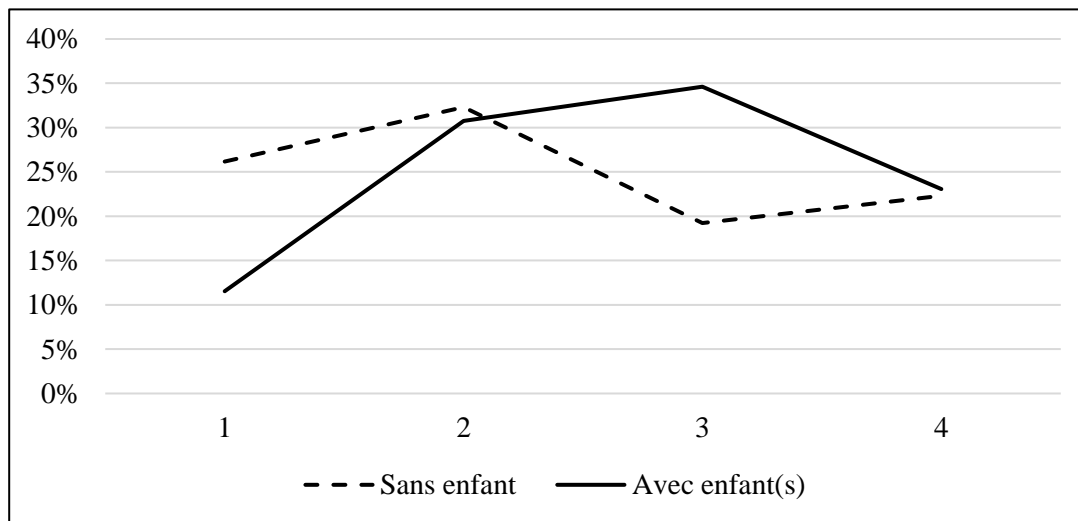
Nous pouvons remarquer que, prises individuellement, les stratégies alimentaires sont utilisées de manière assez similaire dans les ménages avec ou sans enfant(s), sauf peut-être pour ce qu'il en est de la chasse/pêche/cueillette. Le tableau suivant présente l'usage combiné ou concurrent des stratégies par les ménages avec et sans enfant(s). On peut y déceler des différences entre les deux groupes.

**Tableau 41. Le cumul des stratégies alimentaires des répondants avec ou sans enfant(s)**

Stratégies	Ménages avec enfants	Ménages sans enfant
Deux stratégies : Acheter à l'épicerie locale et extérieure.	62,5 %	50,7 %
Trois stratégies : Acheter à l'épicerie locale et extérieure et jardiner pour se nourrir.	29,5 %	27,3 %
Trois stratégies : Acheter à l'épicerie locale et extérieure et chasser/pêcher/cueillir pour se nourrir.	36,3 %	28,8 %
Quatre stratégies : Acheter à l'épicerie locale et extérieure, jardiner et chasser/pêcher/cueillir pour se nourrir.	23,1 %	22,3 %

Le cumul des stratégies alimentaires confondues est présenté à la figure suivante.

**Figure 21. Le cumul des stratégies alimentaires des répondants avec ou sans enfant(s)**



Cette figure présente une conclusion qui ressortait de la recherche de 2020 où il semble que la présence des enfants semble avoir un effet sur le nombre cumulé de stratégies alimentaires selon les répondants au questionnaire. Si les ménages sans enfant sont, proportionnellement, plus nombreux à n'avoir qu'une seule stratégie, la situation s'inverse lorsqu'il s'agit de combiner les stratégies.

Le tableau suivant compare les modifications des habitudes alimentaires individuelles apportées par chaque groupe en temps de pandémie (depuis mars 2020).

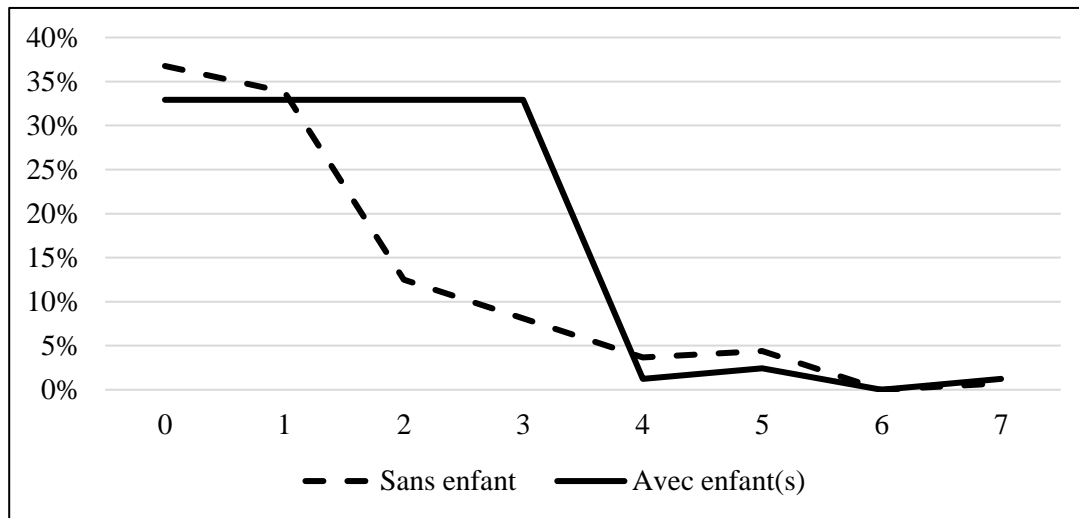
**Tableau 42. Les modifications des habitudes alimentaires des répondants avec ou sans enfant(s)**

<b>Habitudes</b>	<b>Ménages avec enfants</b>	<b>Ménages sans enfant</b>
Manger moins au restaurant.	42,7 %	35,3 %
Cuisiner plus (cannage, congélation, séchage).	19,5 %	24,3 %
Planifier ses repas pour ne pas gaspiller.	19,5 %	20,6 %
Acheter plus d'aliments au rabais que ceux aimés par la personne.	15,9 %	20,6 %
Acheter moins de viande parce qu'elle coûte cher.	10,9 %	17,6 %
Réduire ses portions dans l'assiette faute d'argent.	4,8 %	5,7 %
Manger moins pour nourrir les enfants en premier.	12,2 %	0,7 %

Les modifications sont largement similaires d'un groupe à l'autre. Toutefois, nous pouvons souligner que les ménages avec enfants vont moins manger au restaurant que ceux sans enfant. Ces derniers semblent aussi avoir modifié leur consommation de viande parce qu'elle coûte trop cher.

Lorsqu'on cumule le nombre d'habitudes alimentaires des ménages avec ou sans enfant(s), nous pouvons observer des distinctions, comme on peut le voir à la figure suivante.

**Figure 22. Le total des changements des habitudes alimentaires des ménages avec ou sans enfant(s)**



Le plaisir de manger malgré les aléas de la pandémie est similaire soit 79,2 % pour les ménages avec enfants et 77,7 % pour ceux sans enfant.

Pour finir, depuis la pandémie (mars 2020), 11,3 % des ménages avec enfants disent avoir manqué de nourriture dans une proportion légèrement supérieure à ceux sans enfant (8,2 %).

À grands traits, on peut donc penser que la pandémie a eu des effets similaires chez les familles sans enfant et les familles avec enfants. Des différences relativement minimales peuvent toutefois être perçues dans les revenus : les familles avec enfants ont vu plus souvent leur revenu diminuer. Les stratégies alimentaires sont assez semblables, mais des différences sont visibles dans la combinaison de ces stratégies, les familles avec enfants ayant tendance à utiliser concurremment un plus grand nombre de stratégies alimentaires. À l'inverse, elles ont moins modifié leurs habitudes alimentaires que les familles sans enfant. On peut faire l'hypothèse que l'absence d'enfant dans le ménage permet une plus grande flexibilité des comportements.

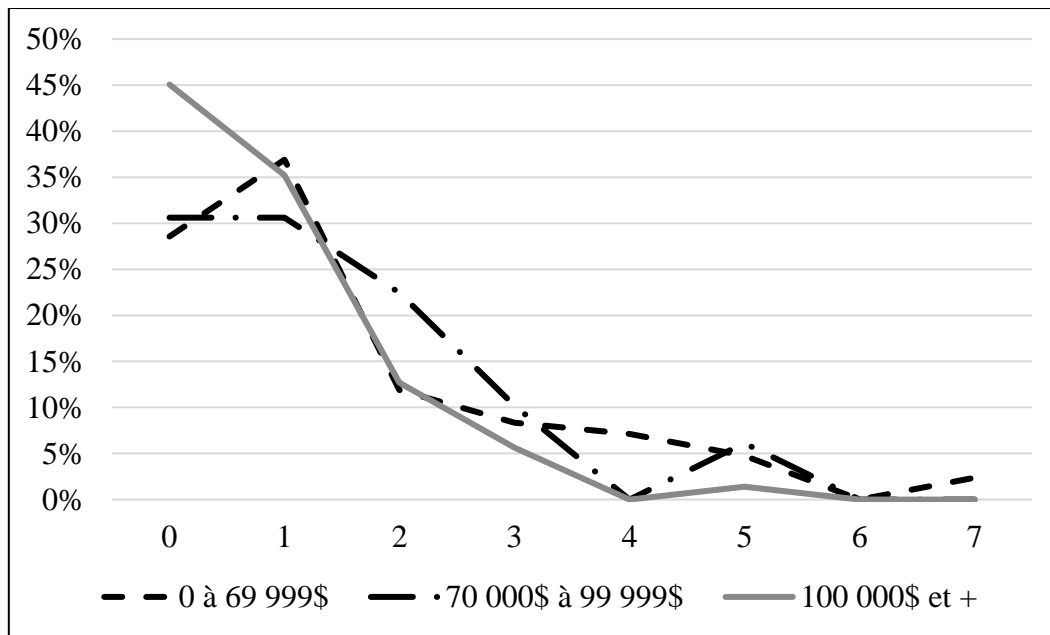
## Analyse des résultats

Rappelons que selon l'Institut national de santé publique du Québec « l'insécurité alimentaire correspond à un accès inadéquat ou incertain aux aliments principalement en raison d'un manque de ressources financières ou d'accès à un système alimentaire durable qui maximise les choix sains » (Dubé et al., 2020, p. 1). Cette définition nous porte à réfléchir sur les aspects individuels (ressources financières) et collectifs (système alimentaire durable) de l'alimentation, que nous aborderons dans cet ordre.

### Les aspects individuels

Relativement aux ressources financières des participants à la recherche, les changements dans les habitudes alimentaires selon les revenus sont observés chez les ménages qui avaient un revenu moyen de 69 999 \$ et moins. La figure suivante expose l'ensemble de ces changements.

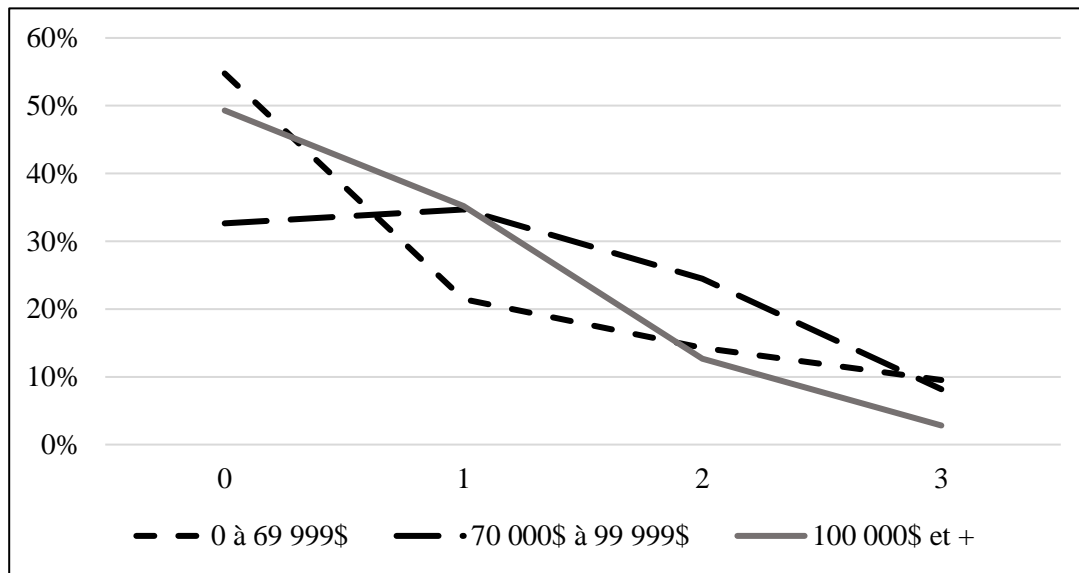
**Figure 23. Le total des changements des habitudes alimentaires en fonction du revenu total des ménages pour l'année 2020**



La figure montre que les revenus des ménages de 100 000 \$ et plus ont subi moins de changements dans leurs habitudes alimentaires au cours de la pandémie. Les autres ménages participants ont vécu une situation qui expose plusieurs similarités.

Lorsque nous nous attardons à ces changements de manière plus spécifique, nous pouvons observer une certaine classification : les stratégies d'adaptation, les stratégies consistant à changer son menu et enfin, les stratégies de privation. Le premier ensemble regroupe les comportements ayant recours à des stratégies d'adaptation à la situation relative à la pandémie de COVID-19, comme diminuer les sorties au restaurant, cuisiner plus et planifier les repas pour ne pas gaspiller. Le tableau suivant présente ces trois stratégies regroupées et le nombre de changements appliqués par tranche de revenus.

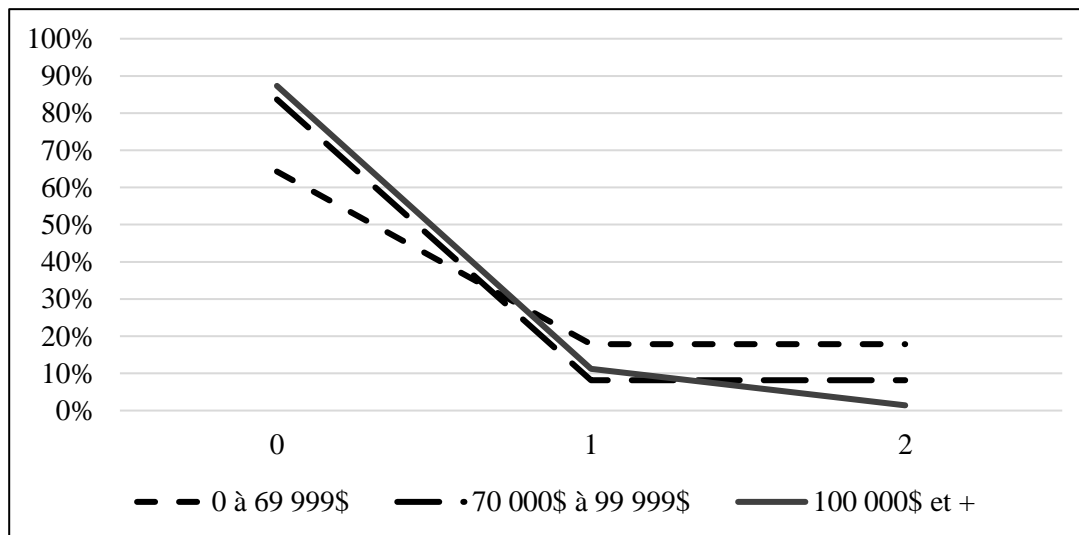
**Figure 24. Les stratégies d'adaptation à la situation et les revenus des ménages**



Ces stratégies d'adaptation semblent affecter les ménages qui ont un revenu total de 99 999 \$ et moins.

Le second groupe de stratégies est défini par une privation ponctuelle de certains aliments qui peuvent apporter un plaisir de manger. Nous notons également dans cette situation que la privation de la viande est imposée et ne découle pas d'une recommandation médicale ou n'est pas suivie par un professionnel de la santé.

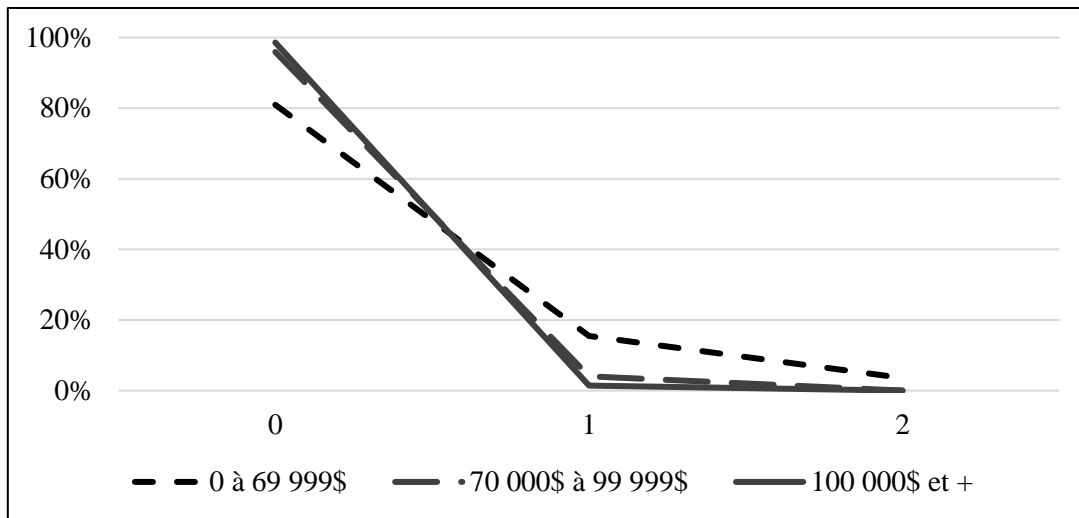
**Figure 25. Les stratégies de privation alimentaire ponctuelle et les revenus des ménages**



Les résultats démontrent clairement que les ménages ayant un revenu de 69 999 \$ et moins ont vécu davantage de changements alimentaires en lien avec la privation.

La dernière catégorie fait référence à la privation, c'est-à-dire réduire des portions et diminuer le nombre de repas.

**Figure 26. Les stratégies de privation alimentaire et les revenus des ménages**



Encore une fois, les ménages ayant un revenu de 69 999 \$ et moins ont vécu davantage de changements d'habitudes alimentaires. Pire encore, pour les personnes à faible revenu, il pouvait être difficile d'acheter de la nourriture parce que les achats en ligne ou par téléphone et le paiement par carte de crédit étaient grandement privilégiés. Cette façon d'acheter signifie ne pas avoir la possibilité de choisir chaque aliment, ni de pouvoir calculer exactement le montant de la facture, ce qui peut être stressant pour les personnes qui ont un budget strict. Ajoutons à cette situation les personnes âgées qui ne pouvaient sortir pour faire leurs achats par peur d'être contaminées par le virus.

À la lumière de ces résultats, il pourrait être attirant de souligner la proposition de Men et al. (2021) concernant l'importance d'augmenter les revenus des personnes ou leurs salaires de manière générale dans un territoire, une proposition que ces auteurs estiment plus efficace contre l'insécurité que les seules stratégies de soutien alimentaire. Toutefois, une augmentation des salaires des entreprises inclut également le secteur agroalimentaire. De ce fait, une augmentation des revenus de tous aura probablement une incidence sur le coût des aliments. Par ailleurs, dans la mesure où les entreprises du Nord ont des coûts de production plus élevés que celles du Sud, la hausse salariale peut aussi avoir comme effet de diriger les consommateurs vers des produits provenant d'entreprises du Sud, c'est-à-dire mener à une délocalisation, ce qui va contre le principe d'achat local.

### **Les aspects liés au système alimentaire durable**

Comme le souligne l'Institut national de santé publique du Québec, l'insécurité alimentaire peut résulter d'un manque « d'accès à un système alimentaire durable qui maximise les choix sains » (Dubé et al., 2020, p. 1). Il importe de souligner que la pandémie de COVID-19 a entraîné des répercussions chez des acteurs économiques, publics et communautaires de la Jamésie. À titre d'exemple, au cours de la dernière année, les épiciers ou les mangeurs ont vécu des changements relativement à l'offre alimentaire par :

- une disparition des rabais agressifs ;
- une diminution de la disponibilité des petits formats dans les épiceries ;

- une diminution des heures d'ouverture des épiceries due à un manque de personnel ;
- une hausse des prix et une diminution de la variété des denrées.

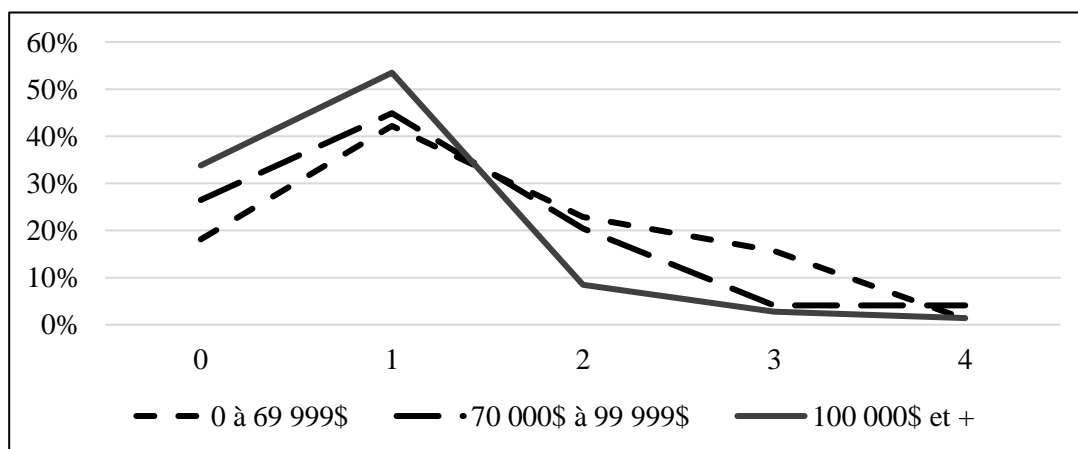
Comme nous l'avions indiqué dans la première partie, certains Jamésiens profitaient de leurs voyages fréquents dans des régions voisines pour faire des achats alimentaires et maximiser leur budget consacré à l'alimentation. Toutefois, durant la pandémie, cette stratégie a été mise à mal.

En plus, certains acteurs publics et communautaires ont cessé leurs mesures de soutien telles que les cuisines collectives, les repas communautaires et les soupes gratuites dans les écoles. La disparition de ces stratégies communautaires alimentaires a probablement accentué l'insécurité alimentaire de certains mangeurs.

La remarque la plus générale est que le système alimentaire jamésien présente des failles importantes pour une proportion importante des ménages soit ceux qui ont un revenu total de 69 999 \$ et moins. À cet égard, nous pouvons proposer une seconde classification issue des stratégies ; elle concerne les compétences. Les notions de compétences sont évoquées dans la recherche de Desjardins et Tremblay (2020). Les compétences que nous pouvons faire ressortir à partir des entretiens et des réponses au questionnaire sont au nombre de quatre : planifier, cuisiner, utiliser les ressources extérieures et jardiner/chasser/pêcher/cueillir.

Pour la compétence « planifier », nous avons regroupé le recours à l'utilisation des aliments au rabais pour constituer un menu, la réduction du gaspillage alimentaire, la diminution de la consommation de viande puisque la personne doit trouver une solution de rechange et le recours à une épicerie située à l'extérieur de la ville ou localité. La figure suivante expose l'accumulation de ces comportements et les revenus des ménages. Elle montre que les répondants, dans un ménage ayant un revenu de 69 999 \$ et moins, sont, proportionnellement, plus nombreux que les autres à mettre en œuvre plusieurs compétences.

**Figure 27. Les comportements liés à la compétence « planifier »**

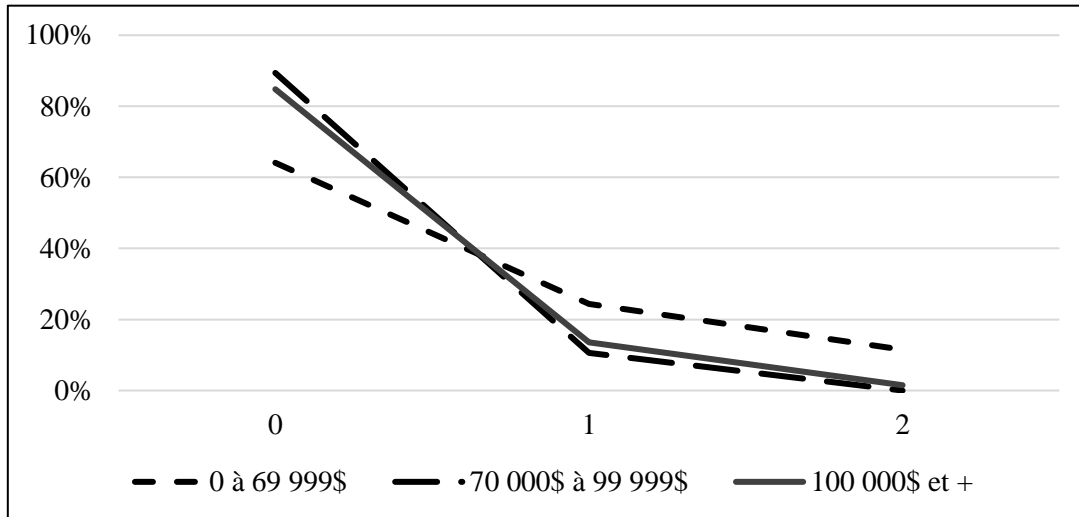


Pour donner suite à la planification des menus, nous nous sommes attardés à la compétence relative à l'action de recourir à l'aide offerte par la famille ou les amis et par les organismes



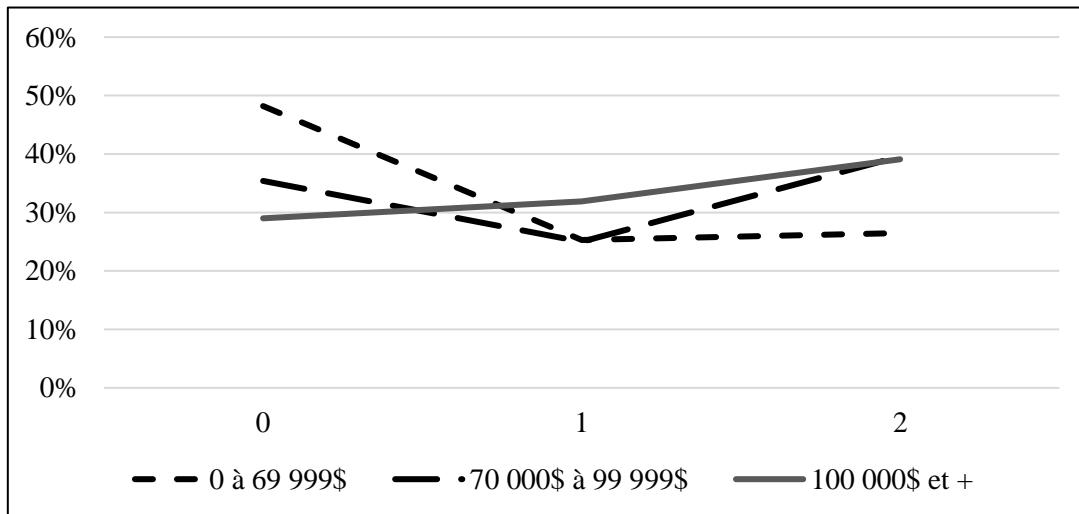
communautaires pour recevoir ou faire des repas. La figure suivante présente l'utilisation de cette compétence selon les revenus des ménages en 2020. Elle montre que les ménages ayant un revenu total de 69 999 \$ et moins ont recours à cette compétence comparativement à ceux qui ont un revenu plus élevé.

**Figure 28. La compétence relative à l'action de recourir à l'aide offerte**



Une troisième compétence relevée fait référence à l'autosuffisance avec les comportements de jardiner et chasser/pêcher/cueillir. La figure suivante présente cette compétence et les revenus 2020 des ménages.

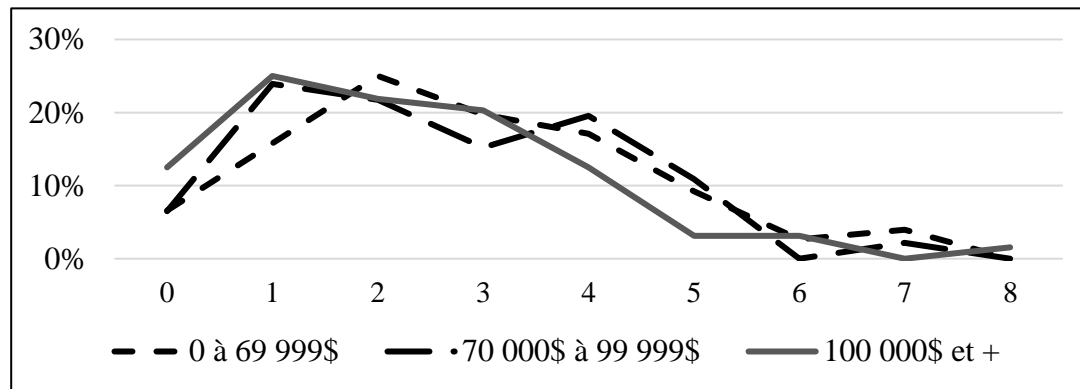
**Figure 29. Les comportements liés à la compétence « s'autosuffire »**



Enfin, la compétence s'autosuffire semble être plus utilisée par les ménages qui ont un revenu de 100 000 \$ et plus.

En résumé, lorsque nous compilons tous ces comportements intégrés dans ces quatre compétences en fonction des revenus 2020 des ménages, les résultats sont exposés à la figure suivante.

**Figure 30. Le cumul des comportements liés aux compétences**



Le trait le plus frappant de cette figure est que les répondants dans les ménages ayant un revenu de 69 999 \$ et moins mettent en œuvre davantage de comportements liés à des compétences alimentaires que les autres catégories de ménages.

En terminant, la pandémie semble avoir eu quelques effets positifs sur l'aspect collectif de l'alimentation. Certains organismes communautaires ont pu démontrer l'importance de leurs offres de soutien et ainsi mobiliser une partie de la population qui a pu échanger et partager leurs expériences et expertises avec d'autres personnes grâce au développement rapide de leurs compétences numériques. Le défi reste la consolidation de ces acquis soit maintenir l'intérêt de la population à l'égard de l'enjeu de l'alimentation accessible à tous et la réalisation des projets partagés. Ce constat reflète la conclusion d'une recherche antérieure de Desjardins et Tremblay (2020) concernant la mise en commun des ressources humaines, financières et matérielles présentes en Jamésie dans le cadre d'une politique alimentaire globale.

### **Les corrélations liées à l'insécurité alimentaire**

Lorsque nous nous attardons à la variable relative au fait de manquer de nourriture pour la personne répondante ou son ménage lors de l'année 2020, les corrélations significatives sont de plusieurs ordres.

Tout d'abord, il existe des corrélations significatives ( $p < 0.01$ ) entre le fait de manquer de nourriture pour la personne ou son ménage durant l'année 2020 et les revenus totaux du ménage, leurs variations dans le temps (diminution, stagnation, augmentation) et le stress causé. Cette corrélation est significative ( $p < 0.01$ ) et négative puisque l'insécurité alimentaire est davantage présente pour les ménages à faible revenu, les ménages qui ont vécu une diminution de leur revenu et ceux qui ont vécu un stress (voir tableau suivant).

**Tableau 43. Manque de nourriture, revenu des ménages (2020), revenu depuis la pandémie et stress (Rho de Spearman)**

Rho de Spearman		Revenu total des ménages 2020	Depuis la pandémie (mars 2020), est-ce que le revenu total de votre ménage a diminué, stagné ou augmenté ?	L'impact de la pandémie sur le revenu total de votre ménage vous a-t-il causé un stress ?
Depuis la pandémie (mars 2020), vous arrive-t-il de manquer de nourriture pour vous ou votre ménage ?	Coefficient Corrélation	-, 354**	-, 261**	, 342**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000
	N	200	208	209

\*\*Corrélation significative au niveau de 0,01

La force de ces corrélations est modérée-inférieure pour ce qui est des revenus des ménages et des épisodes de stress puisqu'entre 0,30 et 0,40. Pour ce qui est de la variation des revenus totaux des ménages, la force de la corrélation est faible puisque moins de 0,30.

Ensuite, relativement au plaisir de manger et aux raisons, le tableau suivant expose les corrélations de ces variables avec l'insécurité alimentaire.

**Tableau 44. Manque de nourriture, le plaisir à manger et les raisons (Rho de Spearman)**

Rho de Spearman		Depuis la pandémie (mars 2020), ressentez-vous le même plaisir à manger ?	Raison : Je dois me priver	Raison : Je mange ce que je reçois comme dépannage alimentaire	Raison : Je n'ai pas assez d'argent pour me cuisiner des repas équilibrés	Raison : Je peux seulement acheter des aliments au rabais	Raison : Je n'ai pas assez d'argent pour acheter des aliments que j'aime
Depuis la pandémie (mars 2020), vous arrive-t-il de manquer de nourriture pour vous ou votre ménage ?	Coefficient Corrélation	-, 289**	, 634**	, 619**	, 484**	, 467**	, 367*
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,001	,002	,016
	N	203	43	43	43	43	43

\* Corrélation significative au niveau de 0,05

\*\* Corrélation significative au niveau de 0,01

Les résultats exposent des relations significatives ( $p < 0.01$ ) pour les corrélations entre la variable liée à l'insécurité alimentaire et le plaisir de manger ainsi que les raisons telles que la privation, le dépannage alimentaire, le manque d'argent pour cuisiner des repas équilibrés et les achats d'aliments au rabais et une relation significative ( $p < 0.05$ ) pour la raison liée au manque d'argent. La relation négative expose que les personnes qui ont manqué de nourriture en 2020 n'ont pas le même plaisir à manger. Pour les autres variables, l'insécurité alimentaire est notée avec les raisons évoquées. La force de ces corrélations est forte ( $r > 0,50$ ) entre l'insécurité alimentaire et les raisons pour ne plus ressentir le même plaisir de manger telles que la privation et le dépannage alimentaire. La force des corrélations est modérée-supérieure (entre 0,40 et 0,50) pour les raisons liées au manque d'argent pour se cuisiner des repas équilibrés et à l'achat d'aliments au rabais. Pour la dernière raison, soit le manque d'argent, la force de la corrélation est faible ( $r < 0,30$ ).

Pour finir, en ce qui concerne la variable relative à l'insécurité alimentaire, le tableau suivant présente les corrélations significatives à ( $p < 0.01$ ) concernant une solution pour se nourrir, soit demander de l'aide à un membre de sa famille ou des amis pour se nourrir ainsi que les changements d'habitudes alimentaires telle la privation.

**Tableau 45. Manque de nourriture, aide, réduction des portions et enfants (Rho de Spearman)**

<b>Rho de Spearman</b>		<b>Depuis la pandémie (mars 2020), avez-vous eu recours à de l'aide des membres de votre famille ou des amis pour vous nourrir ?</b>	<b>Depuis la pandémie (mars 2020), avez-vous changé vos habitudes alimentaires ? [Oui, j'ai réduit mes portions dans mon assiette faute d'argent]</b>	<b>Depuis la pandémie (mars 2020), avez-vous changé vos habitudes alimentaires ? [Oui, je mange moins pour nourrir mes enfants en premier]</b>
Depuis la pandémie (mars 2020), vous arrive-t-il de manquer de nourriture pour vous ou votre ménage ?	Coefficient Corrélation	, 660**	, 480**	, 413**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000
	N	208	214	214

\*\* Corrélation significative au niveau de 0,01

La force de la corrélation est forte pour ce qui est de l'insécurité alimentaire et demander de l'aide pour se nourrir ( $r > 0,50$ ). La force est modérée-supérieure (entre 0,40 et 0,50) pour les changements d'habitudes concernant la privation.

## Conclusion de la deuxième partie

Les objectifs de cette deuxième partie de la recherche étaient d'approfondir l'étude des conséquences de la pandémie sur les stratégies alimentaires des citoyens et citoyennes et d'identifier les leçons de la crise apprises par certains acteurs du système alimentaire.

La première phase de la recherche, faite en 2020, soulignait à grands traits le cumul de stratégies alimentaires par les informateurs pour maximiser leur budget dédié à l'alimentation. Ce cumul des stratégies était surtout lié au prix élevé des aliments disponibles à proximité et au manque de choix. Cette situation nous révélait aussi que les participants à la recherche maîtrisent et déploient diverses compétences et ressources, celles-ci pouvant être matérielles ou immatérielles comme des connaissances en préparation de menus, en conservation d'aliments, etc.

Cette recherche réalisée en contexte de pandémie révèle que les ménages à plus faible revenu mettent en œuvre un plus grand nombre de compétences liées à l'alimentation que ceux ayant plus de ressources financières. Malgré leurs compétences, les résultats des questionnaires révèlent que l'insécurité alimentaire est corrélée avec le revenu total des ménages et l'absence du plaisir de manger pour des raisons de privation et du prix des aliments. En contexte pandémique, les ménages à plus faible revenu mentionnent avoir ressenti davantage de stress et une diminution de leurs revenus totaux.

Comme le contexte pandémique s'échelonnera sur des années, nous pouvons rappeler une des leçons issues de la première phase de la recherche, qui est aussi une proposition à court terme pour diversifier les types de systèmes alimentaires : il est nécessaire de stimuler les échanges des ressources immatérielles (p. ex. : les connaissances) entre les mangeurs, mais aussi avec les autres acteurs des systèmes alimentaires. De plus, il faut aussi favoriser l'empowerment individuel et collectif des Jamésiens. Cette proposition est également soutenue par les résultats de la présente recherche qui indiquent que la pandémie a favorisé la communication entre les organismes communautaires, les gens d'affaires et les acteurs publics à propos de cette préoccupation commune qu'est l'insécurité alimentaire. D'un autre côté, les subventions gouvernementales pour soutenir les entrepreneurs collectifs et privés étaient réservées à leurs opérations actuelles. De ce fait, les gens mobilisés qui voulaient proposer de nouvelles solutions n'ont pu le faire, même si la situation de la pandémie de COVID-19 révèle la nécessité de s'attarder au système alimentaire et non seulement de façon curative, aux difficultés immédiates des mangeurs.

Une autre leçon apprise pourrait être qu'en temps de crise comme une pandémie, les futurs entrepreneurs collectifs et privés devraient avoir accès à un soutien financier afin qu'ils puissent développer leur projet, surtout pour un secteur aussi névralgique que l'alimentation.

Dans une perspective à moyen terme, la proposition de la première phase était de réunir les différents acteurs impliqués au sein des systèmes alimentaires pour discuter de la manière dont ils pourraient soutenir les stratégies alimentaires des mangeurs. Cette proposition rejoint la définition de l'insécurité alimentaire de Dubé et al. (2020) concernant l'accès à un système alimentaire durable. Selon les informateurs de notre recherche, les effets de la gestion de la pandémie font que les mangeurs subissent : une disparition des rabais agressifs ; une

diminution de la disponibilité des petits formats dans les épiceries ; une diminution des heures d'ouverture des épiceries due à un manque de personnel ; une hausse des prix ; une diminution de la variété des denrées. Sous l'angle des offres de soutien des organismes communautaires, certaines des informations que nous avons présentées corroborent celles révélées dans l'enquête de l'Institut de recherche et d'informations socioéconomiques (IRIS) et de l'Observatoire de l'action communautaire autonome (Couturier et Fortin, 2021). Tout comme ce que nous avons constaté en Jamésie, cette enquête générale montre que la pandémie a provoqué une augmentation du travail d'accueil et de référence et ralenti la mobilisation et l'action collective. Pour les chercheur. e. s de l'IRIS, la pandémie a provoqué une nette diminution de la présence des bénévoles dans les organisations, ce qui a augmenté la charge des personnes demeurant en poste, le tout dans une précarité financière pérenne que les programmes d'aide fédéraux ou provinciaux ne sont guère arrivés à compenser, une situation et que le contexte actuel d'inflation empirera. Dans notre recherche c'est plutôt la gestion des bénévoles qui s'est révélée être le principal défi. Dans les deux cas, cependant, le résultat est le même : plusieurs groupes ont dû diminuer leur présence et leurs activités.

Les chercheur. e. s de l'IRIS indiquent que « [l]e dépannage alimentaire est la catégorie d'activité qui a augmenté dans la plus grande proportion. La moitié des groupes qui faisaient déjà ce type d'activité (51,0 %) a mentionné l'avoir augmenté » (Couturier et Fortin, 2021, p. 39). On peut donc penser que les contraintes découlant de la pandémie ont particulièrement affecté les besoins de base, ainsi que les groupes qui s'y consacrent. De façon intéressante, la recherche faite par l'IRIS et l'Observatoire de l'action communautaire autonome relève, plus que nous ne l'avons fait, que les femmes ont été particulièrement touchées par ces difficultés de l'action communautaire, car ce sont elles qui sont majoritairement actives dans les groupes communautaires, que ce soit à titre d'employées ou de bénévoles. Les divers commentaires que nous avons reçus des informatrices œuvrant dans les organismes communautaires vont tout à fait dans le même sens. Nous pourrions ajouter que comme on sait que la charge domestique repose généralement sur les femmes, les difficultés sont alors redoublées pour les animatrices des organismes.

Enfin, une autre leçon apprise peut être que les organismes communautaires sont un maillon important des systèmes alimentaires et leurs actions pallient les externalités négatives du système alimentaire dominant.

En bref, les informations que nous avons présentées sur la situation en Jamésie montrent que la région, malgré ses traits distinctifs certains, participe du mouvement général de la situation québécoise. Avec la prudence qui s'impose, on pourrait penser qu'elles illustrent des traits répandus de la situation de l'insécurité alimentaire au Québec comme elle a été informée par la pandémie. Par le fait même, nous pouvons réitérer, comme dernière leçon apprise, la proposition de la première phase de la recherche sur la nécessité d'une perspective à long terme afin de développer une politique alimentaire globale.

## Conclusion

En conclusion, rappelons ce qui nous semble être les principales leçons qui peuvent en être tirées.

L'objectif de ce texte était de documenter la situation de la sécurité et de l'insécurité alimentaires des « mangeurs » résidant sur le territoire de la Jamésie. Le ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec définit ainsi la sécurité alimentaire (Pageau, 2008) :

1. Chacun a, à tout moment, les moyens tant physiques qu'économiques d'accéder à une alimentation suffisante pour mener une vie active ;
2. L'aptitude de chacun à acquérir des aliments est garantie ;
3. L'accès à une information simple, fiable et objective qui permet de faire des choix éclairés est assuré ;
4. Les aliments proprement dits sont satisfaisants sur le plan nutritionnel et acceptables sur le plan personnel et culturel ;
5. Les aliments sont obtenus d'une manière qui respecte la dignité humaine ;
6. La consommation et la production d'aliments reposent sur des valeurs sociales à la fois justes, équitables et morales ;
7. Les aliments sont produits et distribués d'une manière respectueuse d'un système agroalimentaire durable.

De son côté, l'Institut national de santé publique du Québec définit l'insécurité alimentaire comme « un accès inadéquat ou incertain aux aliments principalement en raison d'un manque de ressources financières ou d'accès à un système alimentaire durable qui maximise les choix sains » (Dubé et al., 2020, p. 1). On remarque que ces deux définitions mettent la notion de système alimentaire au cœur des préoccupations. Le système alimentaire dominant est composé d'activités de production, de transformation et de distribution réalisées par de nombreux acteurs. Il est situé dans un territoire caractérisé par ses particularités géographiques, économiques, culturels, technologiques, structurelles et organisationnelles. Le système alimentaire est également influencé par les mangeurs qui possèdent (ou pas) des stratégies individuelles et collectives pour se nourrir.

Dans le cadre de la première phase de collecte de données réalisée entre février à mai 2020, 16 informateurs (des acteurs économiques, publics et communautaires) nous ont fait part de leur vision du système alimentaires présent en Jamésie. Lors de cette même phase, 24 mangeurs nous ont présenté les stratégies qu'ils utilisaient pour s'alimenter.

La deuxième phase de collecte de données a été réalisée entre mai à octobre 2021. Les résultats de la première phase auprès des mangeurs ont été réanalysés afin de permettre la construction d'un questionnaire. Le contexte de la pandémie a permis à l'équipe de la recherche de mieux comprendre les effets d'un événement imprévu sur les stratégies alimentaires des mangeurs. Ce questionnaire a été complété par 226 résidents adultes de la Jamésie. De plus, une dizaine d'acteurs économiques et communautaires ont participé à une entrevue pour identifier les leçons que certains acteurs du système alimentaire tirent de cette crise.



L'analyse des résultats de ces collectes de données révèlent que les 24 informateurs « mangeurs » mentionnent déployer annuellement entre 5 à 8 stratégies différentes pour s'alimenter. Les stratégies des citoyens ne diffèrent pas de façon marquée d'une ville ou localité à une autre. C'est plutôt la présence d'enfants dans les ménages qui fait varier à la hausse le nombre de stratégies de ces informateurs « mangeurs ».

Les 3 stratégies les plus populaires sont :

**Stratégie 1 :** Aller à l'épicerie :

- 15 personnes sur 24 (63 %) mentionnent faire leurs achats dans l'épicerie locale ;
- pour ce qui est de faire son épicerie à l'extérieur de la ville ou de la localité, 16 informateurs sur 24 (67 %) font le déplacement.

Il faut mentionner que certaines personnes disent faire leurs achats régulièrement dans les deux types d'épiceries.

**Stratégie 2 :** Accumuler des aliments par la congélation, le stockage des denrées sèches ou le cannage (13 personnes sur 24, 54 %). Ces informateurs accumulent des aliments parce qu'ils ont été vendus à rabais ou qu'ils sont le fruit d'une chasse ou d'une cueillette.

**Stratégie 3 :** Acheter des denrées alimentaires en fonction des rabais affichés, 38 % (9 personnes sur 24) des répondants disent le faire.

En contexte pandémique, les mangeurs ont été diversement affectés :

- des personnes âgées ne pouvaient pas sortir ;
- des aidants naturels ne pouvaient pas laisser seule la personne aidée pour faire les achats ;
- des mangeurs qui n'ont pas de compétence dans l'utilisation des technologies numériques ont eu de la difficulté à effectuer leurs achats en ligne ;
- des mangeurs qui ont un régime particulier ne pouvaient pas voyager pour se procurer les denrées nécessaires ;
- des personnes étaient gênées de demander de l'aide alimentaire (peur d'être jugées) ;
- des personnes ne pouvaient pas bénéficier des cuisines collectives ;
- des étudiants en formation professionnelle ont perdu leur allocation.

Pour les mangeurs qui ont répondu au questionnaire, diverses conséquences de la pandémie sur leurs stratégies et habitudes alimentaires sont identifiées. Elles touchent le revenu, les stratégies alimentaires, les habitudes alimentaires et leurs interrelations.

### Revenu total des ménage (2020)

Selon les résultats d'un test statistique de Spearman, nous pouvons noter que plus les revenus des ménages (2020) sont élevés, moins ils ont vécu une diminution de revenu et un stress. À l'inverse, plus les revenus des ménages sont bas, plus ceux-ci ont vécu une diminution de leur revenu et ont ressenti un stress financier. La force de ces corrélations significatives à ( $p < 0.001$ ) et se situe entre modérée-inférieure (entre 0,30 et 0,40) pour les variables relatives aux revenus des ménages et les changements tels que la diminution, la stagnation et l'augmentation. Nous notons une force modérée-supérieure (entre 0,40 et 0,50) pour ce qui est des variables relatives au revenu des ménages et du stress ressenti ainsi que des changements liés aux revenus des ménages et au stress ressenti.

### Stratégies alimentaires

**Stratégie 1 :** La stratégie alimentaire consistant à faire ses achats à l'épicerie locale autant ou plus qu'avant est utilisée par 79,6 % des répondants. Les raisons évoquées sont les barrages routiers érigés lors de l'interdiction des déplacements interrégionaux et le fait de ne plus avoir à se déplacer pour le travail.

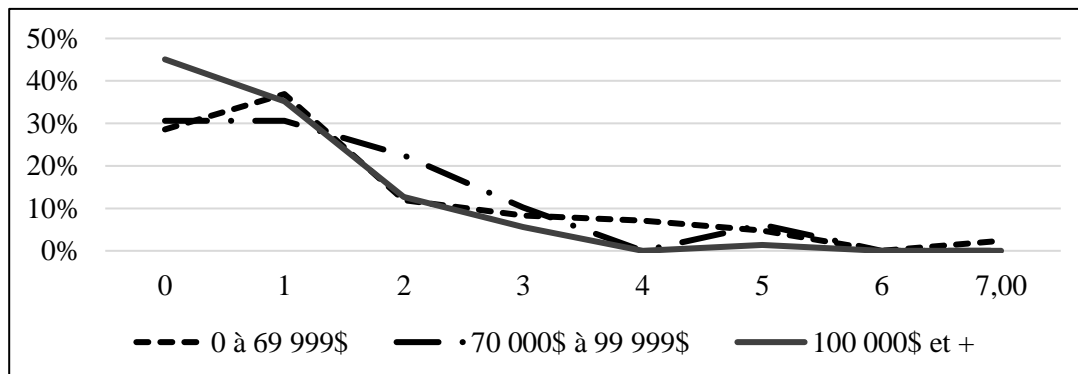
**Stratégie 2 :** 42 % des répondants persistent dans leur habitude de faire leur épicerie à l'extérieur de leur localité ou de leur ville. Ils évoquent la qualité supérieure des aliments, leur faible coût, les produits spécialisés et le plus vaste choix comme étant leurs principales motivations.

**Stratégie 3 :** Pour ce qui est du jardinage dans un but alimentaire, 38,5 % des répondants affirment le faire.

**Stratégie 4 :** Pour ce qui est de la pêche, la chasse et la cueillette, 50 % des répondants mentionnent qu'il s'agit d'une stratégie alimentaire qui n'a pas beaucoup changé ou qui, pour d'autres répondants, a gagné en popularité.

Les changements relatifs aux habitudes alimentaires reflètent les conséquences de la pandémie pour les mangeurs. Les résultats exposés dans la figure démontrent que le nombre de changements et leur cumul diffèrent selon les revenus totaux des ménages (2020).

**Figure 31. Les habitudes alimentaires**



Lorsque nous divisons les changements des habitudes alimentaires en trois catégories, nous retrouvons :

- 1) Adaptation à la situation relative à la pandémie de COVID-19 : diminuer les sorties au restaurant, cuisiner plus et planifier les repas pour ne pas gaspiller. Elles semblent surtout affecter les ménages qui ont un revenu total de 99 999 \$ et moins.
- 2) Privation ponctuelle de certains aliments qui peuvent apporter un plaisir de manger. Les résultats démontrent clairement que les ménages ayant un revenu de 69 999 \$ et moins ont vécu davantage de changements d'habitudes alimentaires en lien avec la privation.
- 3) Privation réelle : réduire les portions et ou manger moins pour nourrir les enfants en premier. Encore une fois, les ménages ayant un revenu de 69 999 \$ et moins ont vécu davantage de changements d'habitudes alimentaires.

Les acteurs économiques et communautaires ont également vécu des conséquences imputables au contexte de pandémie.

Les informateurs qui étaient propriétaires ou employés des épiceries ont dû faire :

- de nouvelles dépenses pour respecter les mesures sanitaires ;
- des commandes manuelles pour éviter les ruptures de stock ;
- disparaître des rabais agressifs ;
- disparaître le petit format des produits.

Ils ont également constaté que le secteur de la viande est fragilisé. Ils ont affirmé avoir des eu des problèmes de personnel, mais cette contrainte était présente avant la pandémie.

Les organismes communautaires ont axé leurs services surtout sur le dépannage alimentaire et la popote roulante. Ils ont observé une augmentation du nombre de nouvelles personnes qui demandent de l'aide. En même temps, ils ont reçu une multitude d'offres pour des demandes de subventions, dont la rédaction les a épuisés. Les organisations qui n'offraient pas de services alimentaires ont eu plus de temps pour écrire et réaliser des projets.

Par ailleurs, les acteurs économiques, publics et communautaires, ont mentionné des éléments favorables à l'urgence et au maintien des activités du système alimentaire.

Les acteurs économiques ont mentionné :

- des rencontres informelles entre agriculteurs pour échanger des bonnes pratiques ;
- la présence de multiples expertises dans le secteur agroalimentaire.

Les écoles ont relevé :

- des partenariats entre organismes communautaires et écoles ;
- des initiatives des écoles face aux enjeux de l'alimentation chez les jeunes (ex : soupes offertes à tous, collation...).

Les municipalités ont fait part :

- de l'implication d'élus et de fonctionnaires pour la réalisation de projets et d'activités ;
- du soutien financier, humain et matériel (ex : local, terrain...).

Les organismes communautaires ont parlé :

- des services alimentaires communautaires pour tous (approche universelle proportionnée) ;
- de la forte présence des organismes communautaires pour le développement de compétences culinaires et autres ;
- de la mise en commun des ressources des organismes communautaires pour la création du Carrefour communautaire de Chibougamau ;
- du développement d'approches alternatives en production alimentaire : forêt nourricière, cueillette en forêt, jardin naturel...
- du développement d'un jardin collectif et de jardins communautaires.

Les mangeurs ont mentionné :

- l'utilisation variée de nombreuses stratégies alimentaires ;
- la présence de mangeurs qui veulent améliorer leur situation personnelle et celle de la communauté.

En plus de ces éléments favorables, quelques défis ont été relevés :

- la prise en compte de la dimension systémique de la sécurité alimentaire ;
- le développement de projets agroalimentaires adaptés aux contraintes du milieu nordique ;
- la continuité dans le temps des initiatives agroalimentaires ;
- le développement de l'empowerment des acteurs.

Relativement au contexte pandémique, des acteurs économiques et communautaires ont appris à :

- adapter leurs services en fonction des besoins de la population et des directives gouvernementales ;
- échanger leurs connaissances et leurs pratiques à l'aide d'outils numériques ;
- sensibiliser la population aux enjeux relatifs à la sécurité alimentaire.

Enfin, la recherche a permis d'identifier des pistes potentielles de développement pour améliorer la sécurité alimentaire en Jamésie.

L'élément le plus important est la vision globale, le but à atteindre, qu'il faut concevoir à long, moyen et court termes. Dans une **perspective à long terme**, il est proposé aux acteurs économiques, publics, communautaires et citoyens de travailler ensemble dans le cadre d'une vision commune de développement d'une sécurité alimentaire pour tous. Le moyen proposé est la conception d'une politique alimentaire globale qui devra déterminer la structure de gouvernance, le partage de l'information, les rôles et les responsabilités de chacun des acteurs, les leviers financiers, les compétences actuelles et souhaitées, etc. Pour animer cette politique alimentaire globale, la serre de Villebois pourrait devenir le lieu de référence pour les acteurs du système alimentaire. Ce lieu rassemblerait tous les partenariats possibles entre les acteurs

déjà présents sur le territoire. Il s'agit de créer une synergie structurante entre les acteurs afin qu'ils échangent leurs connaissances, leurs savoirs-faires, leurs ressources matérielles, etc.

Dans une **perspective à moyen terme**, des rencontres pour présenter les résultats de la présente étude pourraient être organisées avec les divers acteurs du système alimentaire. Lors de ces rencontres, ils pourraient partager leur mission, leur vision de développement, leurs activités quotidiennes et la manière dont ils peuvent contribuer à une vision territoriale de la sécurité alimentaire en Jamésie. Une présentation pourrait être faite au Gouvernement régional d'Eeyou Istchee Baie-James.

Dans une **perspective à court terme**, il faudrait tenir des rencontres avec les intervenants et les bénévoles qui animent des activités en lien avec la sécurité et l'insécurité alimentaire. Lors de ces rencontres, on présentera les composantes de l'empowerment individuel et collectif avec des suggestions d'animation. Pour chacune des activités liées à la sécurité alimentaire, une analyse des processus sera faite. De plus, des séances d'information (aujourd'hui virtuelles) pourraient être conçues pour bonifier les compétences personnelles des citoyens. Certains citoyens pourraient faire des capsules pour promouvoir les trucs qu'ils ont développés. Ces mêmes suggestions peuvent être répétées pour des activités de cuisine ainsi que pour d'autres stratégies alimentaires.



## Références bibliographiques

- Administration régionale de la Baie-James (2017). Rapport annuel 2016-2017.
- Administration régionale de la Baie-James (2018). Rapport annuel 2017-2018.
- Administration régionale de la Baie-James (2019). Rapport annuel 2018-2019.
- Administration régionale de la Baie-James (2020). Rapport annuel 2019-2020.
- Anderson, S. (1990). Core indicators of nutritional state for difficult-to-sample populations, *Journal of Nutrition*, 120:1559–1600
- André, C. et Lelord, F. (2011). *L'estime de soi*. Odile Jacob, Paris.
- Arnstein, S. R. (1969). A ladder of citizen participation. *American Institute of Planners Journal*, 35 (juillet), 216-224
- Assemblée générale des Nations Unies (1948). *Déclaration universelle des droits de l'Homme. Résolution 217A (III)*, 10.
- Banques alimentaires du Québec (2018). Bilan-Faim.
- Bergeron, O., Richer, F., Bruneau, S. et Laberge-Gaudin, V. (2015). *L'alimentation des Premières Nations et des Inuits au Québec*, Institut national de santé publique du Québec.
- Blanchet, C. et Rochette, L. (2011). *Sécurité et insécurité alimentaire chez les Québécois : une analyse de la situation en lien avec leurs habitudes alimentaires*. Institut national de santé publique du Québec.
- Boulianne, M. (2001). L'agriculture urbaine au sein des jardins collectifs québécois : empowerment des femmes ou domestication de l'espace public ? *Anthropologie et sociétés*, 25 (1), 63-80.
- Bourgault-Faucher, G. et Dupont, D. (2020). *Les incubateurs d'entreprises agricoles au Québec*. Institut de recherche économique contemporaine.
- Bourque, D. (2008). *Concertation et partenariat : entre levier et piège du développement des communautés*. Presses Universitaires du Québec.
- Bryman, A. (2006). Integrating quantitative and qualitative research: How is it done? *Qualitative Research*, 6(1), 97–113.
- Carrel, M. (2017). Injonction participative ou empowerment ? Les enjeux de la participation en France. *Les Politiques Sociales*, 77.
- Centre régional de la santé et des services sociaux de la Baie-James. Communiqués de presse. [http://www.crsssbaiejames.gouv.qc.ca/1262/Les\\_communiques\\_de\\_presse.crsssbaiejames](http://www.crsssbaiejames.gouv.qc.ca/1262/Les_communiques_de_presse.crsssbaiejames)
- Chénier, G., Dumas, M-M. et Martel, D. (2019). *Allocation sur les déterminants collectifs de la sécurité alimentaire : Cadre de référence*. Centre intégré de santé et de services sociaux de la Montérégie-Centre, Direction de santé publique.
- Cloutier, K., Leblond, A. et Gagnon, H. (2015). *La saine alimentation en milieu municipal. Document de réflexion destiné aux acteurs de soutien*. La Direction des communications du ministère de la Santé et des Services sociaux, Gouvernement du Québec.
- Conférence régionale des élus de la Baie-James (2007). *Le développement de l'agriculture et de l'agroalimentaire dans le Nord-du-Québec : une avenue prometteuse pour l'avenir de la région*.
- Corbeau, J. P. (2002). Itinéraires de mangeurs. Dans J.P. Poulain et J.P. Corbeau. *Penser l'alimentation. Entre imaginaire et rationalité*. Privat.
- Corbière, M. et Larivière, N. (2020). *Méthodes qualitatives, quantitatives et mixtes. Dans la recherche en*

- sciences humaines, sociales et de la santé (2<sup>e</sup> éd.). PUQ.
- Côté, J. (2007). *Le quotidien de la pauvreté et de l'insécurité alimentaire en Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine. Rapport de recherche*. Agence de santé et des services sociaux Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine.
- Couturier, E.-L. et Fortin, M. (2021). *Effets de la crise sanitaire sur le milieu communautaire. Portrait de la situation pour les organismes du Québec*. Institut de recherche et d'informations socioéconomiques (IRIS).
- Creswell, J. W. & Poth, C. N. (2018). *Qualitative inquiry & research design. Choosing among five approaches* (4<sup>e</sup> édition). Sage.
- Damon, J. (2012). *La question SDF*, Paris, PUF, « Le lien social », 420 p.
- Desjardins, F. (2014). *Guide des animatrices des cuisines collectives animées*. Comité régional de réflexion et d'action en sécurité alimentaire Saguenay-Lac-St-Jean.
- Desjardins, F., et Tremblay, P.-A. (2020). *La sécurité alimentaire en Jamésie*. Rapport de recherche remis au Réseau jamésien de développement social.
- Desjardins, F., et Tremblay, P.-A. (2021). *La sécurité alimentaire en Jamésie* (2<sup>e</sup> version). GRIR, UQAC.
- Devereux, S., Béné, C. & Hoddinott, J. (2020). Conceptualising COVID-19's impacts on household food security. *Food Security*, 12(4), 769–772.
- Dowler, E. A., & O'Connor, D. (2012). Rights-based approaches to addressing food poverty and food insecurity in Ireland and UK. *Social science & medicine*, 74(1), 44–51.
- Dubé, E., Hamel, D., Rochette, L., Dionne, M., Tessier, M. et Plante, C. (2020). *COVID-19 – Pandémie et insécurité alimentaire*. Institut national de santé publique du Québec
- Dufour Bouchard, A. A., Farah, R., Gagnon, H., Lachance, B., Lesage, D., Mongeau, L. et Pageau, M. (2010). *Vision de la saine alimentation — Pour la création d'environnements favorables à la santé*. Ministère de la santé et des services sociaux du Québec.
- Dupéré, S., Gélinau L., Adam, G., Aubrin, B., Bélisle, M., Bourque-Bouliane, M., Côté, M., Dufour, É., Dumas, A., Gagnon, J., Groulx, É., Labarthe, J., Labrie, M., Landry, É., Le Page-Gouin, T., Mercure, I., Moreau, C., Roy, M., Simard, G. (2014). *Vers une autonomie alimentaire pour toutes : Agir et Vivre Ensemble le Changement (AVEC)*. Rapport scientifique. Québec : FRQSC Programme Actions Concertées.
- Ehode Elah, R., et Makoudem Tene, M. (2012). Politiques publiques et développement des coopératives agricoles au Cameroun, article dans le cadre de l'Année internationale des coopératives (ONU).
- Field, A. (2013). *Discovering statistics using IBM SPSS statistics*. Sage
- Gauvin, J. L., Cossette, M., Lépine, L., Malette, M. et Langlois, A. (1996). *Agir ensemble pour contrer l'insécurité alimentaire*. Ordre professionnel des diététistes du Québec.
- Gouil, H. (2012). La Responsabilité Sociale des Entreprises, mode ou modèle stratégique pour le développement des coopératives. *L'étonnant pouvoir des coopératives*, 507-520.
- Gouvernement du Canada (2019). Guide alimentaire canadien.
- Gouvernement du Canada. (2020, 25 mars). Le gouvernement instaure la Prestation canadienne d'urgence pour venir en aide aux travailleurs et aux entreprises. <https://www.canada.ca/fr/ministere-finances/nouvelles/2020/03/instaure-la-prestation-canadienne-durgence-pour-venir-en-aide-aux-travailleurs-et-aux-entreprises.html>



- Gouvernement du Canada. (2021, 7 juillet). Un plus grand soutien pour les familles canadiennes. <https://www.canada.ca/fr/emploi-developpement-social/nouvelles/2021/07/un-plus-grand-soutien-pour-les-familles-canadiennes.html>
- Gouvernement du Québec (2002). Loi visant à lutter contre la pauvreté et l'exclusion sociale (L.R.Q., c. L -7).
- Gouvernement du Québec (2008). *Cadre de référence en matière de sécurité alimentaire*. Ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec.
- Gouvernement du Québec (2010). *Rapport d'appréciation et de la performance de 2010*. Commissaire à la santé et au bien-être.
- Gouvernement du Québec (2018). *Rapport de gestion 2017-2018 du Centre Régional de Santé et de Services Sociaux de la Baie-James*.
- Gouvernement du Québec (2023). *Portrait régional de l'eau, Nord-du-Québec (Région administrative 10)*. Ministère de l'Environnement, de la Lutte contre les changements climatiques, de la Faune et des Parcs
- Gutierrez, L. M. (1990). Working with women of color: An empowerment perspective. *Social Work*, 35(2), 149–153.
- Hamilton, N. D. (2002). Putting a face on our food: How state and local food policies can promote the new agriculture. *Drake J. Agric. L.*, 7, 407.
- High level panel of expert on the food security and nutrition (HLPE) (2017). *Nutrition and food security. A report by the high level panel of experts on food security and nutrition*. Committee on World Food Security.
- INSPQ. (s.d.). Ligne du temps COVID-19 au Québec. <https://www.inspq.qc.ca/covid-19/donnees/ligne-du-temps>
- Institut national de santé publique (2014). *L'insécurité alimentaire dans les ménages québécois : mise à jour et évolution de 2005 à 2012*.
- Lafleur, M. et Merrien, A. M. (2012). *L'impact socio-économique des coopératives et mutuelles. Quand le passé inspire le futur : Contribution des coopératives et des mutuelles à un monde meilleur*. (IRECUS).
- Levkoe, C. Z. (2011). Towards a transformative food politics. *Local Environment*, 16(7), 687–705.
- MacRae, R. & Donahue, K. (2013). *Municipal food policy entrepreneurs: A preliminary analysis of how Canadian cities and regional districts are involved in food system change*. Toronto Food Policy Council.
- Maisonnette, C., Blanchet, C. et Hamel, D. (2014). *L'insécurité alimentaire dans les ménages québécois : mise à jour et évolution de 2005 à 2012*. Institut national de santé publique du Québec.
- Malassis, L. (1994). *Nourrir les hommes*. Flammarion.
- Maxwell, J. A. & Chmiel, M. (2014). Generalization in and from qualitative analysis. Dans U. Flick (dir.), *The Sage handbook of qualitative data analysis* (p. 540-553). Sage.
- Mbemba Tsambote, F. (2015). *La performance comparée des coopératives sans but lucratif et des entreprises privées à but lucratif du secteur agroalimentaire du Québec (2011-2013) dans une perspective de développement durable* [mémoire de maîtrise, Université du Québec à Montréal].
- Men, F. & Tarasuk, V. (2021). Food insecurity amid the COVID-19 pandemic: Food charity,

- government assistance and employment. *Canadian Public Policy*. 47(2), 202–230.
- Men, F., Urquia, M. L. & Tarasuk, V. (2021). The role of provincial social policies and economic environments in shaping food insecurity among Canadian families with children. *Preventive Medicine*, 148, 106558.
- Miles, M. B. & Huberman, A. M. (1994). *Qualitative data analysis* (2<sup>e</sup> édition). Sage.
- Myaux, D., Serré, A., Hubert, H.-O. et Vleminckx, J. (2016). Recherche-action participative et accès à l'alimentation durable — des terrains bruxellois au sol fécond, *Revue du CREMIS*, 9 (1).
- Ninacs, W. A. (2008). *Empowerment et intervention : Développement de la capacité d'agir et de la solidarité*. Presses de l'Université Laval. Voir aussi Tremblay, S. (2017). *Processus d'empowerment communautaire dans le cadre d'un projet de développement local en santé de proximité : le cas de la MRC Robert-Cliche et de sa coopérative de santé* [thèse de doctorat, Université du Québec à Chicoutimi].
- Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture (FAO), (2008). *Sécurité alimentaire : l'information pour l'action, Guides pratiques*.
- Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture (FAO), (2004). *Directives volontaires à l'appui de la concrétisation progressive du droit à une alimentation adéquate dans le contexte de la sécurité alimentaire nationale*. Adoptées à la cent vingt-septième session du Conseil de la FAO Novembre 2004
- Organisation mondiale de la santé (OMS), (2011). Comblent le fossé : de la politique à l'action sur les déterminants sociaux de la santé. Document de travail en préparation de la Conférence mondiale sur les déterminants sociaux de la santé, Rio de Janeiro, 19-21 octobre 2011, Brésil.
- Pageau, M. (2008). *Cadre de référence en matière de sécurité alimentaire. Mise à jour 2008*. Direction des communications du ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec.
- Paillé, P. et Mucchielli, A. (2012). *L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales* (3<sup>e</sup> édition). Colin.
- Papineau, D. & Kiely, M. C. (1994, juin). Individual and collective empowerment in a community economic development organization. *Canadian Psychology*, 35 (2A), 94.
- Pires, A. (1997). Échantillonnage et recherche qualitative : essai théorique et méthodologique. Dans J. Poupard, J.-P. Deslauriers, L.-H. Groulx, A. Laperrière, R. Mayer et A. Pires (dir.), *La recherche qualitative. Enjeux épistémologiques et méthodologiques* (p. 113-172). Gaëtan Morin.
- Premier ministre du Canada. (2020, 15 avril). Premier ministre annonce plus grand accès à la prestation canadienne d'urgence. <https://pm.gc.ca/fr/nouvelles/communiqués/2020/04/15/premier-ministre-annonce-plus-grand-acces-la-prestation-canadienne>
- Racine, S. (2007). L'insécurité et la sécurité alimentaire. Une analyse critique. Dans H. Dorvil (dir.), *Problèmes sociaux — Tome 3 — Théories et méthodologies de la recherche* (p. 19-48). PUQ.
- Racine, S. et Leroux, R. (2004). *L'animation des cuisines collectives et l'empowerment*. Coopérative de consultation en développement.
- Radio-Canada. (2020, 28 avril). Québec présente son plan pour redémarrer son économie. <https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/1698018/coronavirus-covid-19-pandemie-nouvelles-canada-28-avril>

- Rastoin, J. L. et Ghersi, G. (2010). *Le système alimentaire mondial : concepts et méthodes, analyses et dynamiques*. Quæ éditions.
- Renaud, G. et Royer, D. (2012). *Recension des initiatives en autonomie alimentaire*. CRISES, UQAM, Collection Études de cas d'entreprises d'économie sociale, document ES1204.
- Sasseville, N. (2014). *Interventions en milieu municipal sur les saines habitudes de vie : état de situation et synthèse des consultations auprès des acteurs municipaux*. Réseau québécois de villes et villages en santé.
- Schiff, R. & Levkoe, C. (2014). From disparate action to collective mobilization: Collective action frames and the Canadian food movement. Dans L. Leonard et S. B. Kedzior (dir.), *Occupy the earth: Global environmental movements. Advances in sustainability and environmental justice. Volume 15* (p. 225-253): Emerald Group publishing.
- Sommet mondial de l'alimentation (1996). *Déclaration de Rome sur la sécurité alimentaire mondiale*, 13-17 novembre 1996, Rome, Italie.
- Statistique Canada (2016). Recensement de la population 2016. Disponible à <https://www12.statcan.gc.ca/census-recensement/2016/dp-pd/prof/index.cfm?Lang=F> [cité le 10 juillet 2023].
- Statistique Canada (2017). Dictionnaire, Recensement de la population 2016. Disponible à <https://www12.statcan.gc.ca/census-recensement/2016/ref/dict/pop001-fra.cfm> [cité le 10 juillet 2023].
- Statistique Canada (2017). Dictionnaire, Recensement de la population 2016. Disponible à <https://www12.statcan.gc.ca/census-recensement/2016/ref/dict/pop221-fra.cfm> [cité le 10 juillet 2023].
- Table jamésienne pour la solidarité et l'inclusion sociale (2016). *Portrait des services en Sécurité alimentaire dans le Nord-du-Québec, secteur Jamésie*. (s.l.).
- Tircher, P. et Zorn, N. (2020). *Inégaux face au coronavirus : constats et recommandations*. Observatoire québécois des inégalités
- Touzard, J. M. et Fournier, S. (2014). La complexité des systèmes alimentaires : un atout pour la sécurité alimentaire ? [VertigO] *La revue électronique en sciences de l'environnement*, 14 (1).
- Tremblay, P. A., Clouston, M. C., Duplain, M., Lapierre, R. et Rouffignat, J. (2006). *L'insécurité alimentaire au quotidien : témoignages des personnes usagères et non-usagères de service d'aide alimentaire. Rapport de recherche remis à l'ASSS-SLSJ*. Collectif IDÉES-UQAC et GRIR.
- Tremblay, P.-A. (2010). Intervention et représentation de la pauvreté, *Revue Canadienne de Sociologie*, 47 (3), 247-271.
- Tremblay, P.-A. (dir.), Clouston, M.C., Duplain, M., Lapierre, R. et Rouffignat, J. (2005) *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. Rapport de recherche*. Agence de la santé et des services sociaux du Saguenay–Lac-Saint-Jean, Collectif IDÉES-UQAC et GRIR.
- Ville de Matagami (2015). Politique alimentaire de Matagami.
- Yin, R. K. (2017). *Case study research and applications: Design and methods*. Sage publications.



## **Annexe 1 : Guide d'entrevue pour les personnes résidentes**

Bonjour,

Je m'appelle \_\_\_\_\_ et je participe à une recherche concernant l'élaboration du système alimentaire présent et souhaité dans votre ville ou localité. Ce projet de recherche porte donc sur vos stratégies pour vous nourrir.

Le projet a pour objectif général de proposer des recommandations pour les différents acteurs impliqués au sein du système alimentaire (acteurs économiques, étatiques/publics/communautaires et mangeurs) dans une perspective d'améliorer la sécurité alimentaire individuelle et collective des résidents du territoire de la Jamésie (Chibougamau, Lebel-sur-Quévillon, Matagami, Chapais, Radisson, Villebois et Valcanton).

Dans le cadre de cette entrevue, nous voulons essentiellement connaître votre opinion au sujet :

- de vos stratégies alimentaires, soit la manière dont vous comblez vos besoins alimentaires ;
- de vos atouts et vos défis personnels pour combler vos besoins alimentaires ;
- des éléments qui menacent vos stratégies alimentaires ;
- des opportunités de développement de nouvelles stratégies ou d'amélioration de celles existantes.

Pour ce faire, différentes personnes participeront, comme vous, à des entrevues et vous avez été choisi puisque vous répondez aux critères d'inclusion suivants :

- être résident sur le territoire du CRSSS Baie-James ;
- être âgé entre 30 et 59 ans.

Les échanges vont durer 90 minutes. Il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses. Au total, six questions seront posées. Nous vous enregistrons de manière audio parce que nous ne voulons perdre aucune des opinions émises et nous rédigerons le verbatim. Soyez assurés que votre anonymat sera préservé et pour ce faire, nous vous accordons un code alphanumérique. Si vous désirez mettre fin à l'entrevue, vous n'avez qu'à le dire, mais nous gardons la possibilité d'utiliser vos propos jusqu'à ce moment considérant que votre participation est libre et volontaire. De plus, nous vous demandons de remplir la fiche concernant les caractéristiques des personnes participantes. Cette fiche sert à faire un portrait général et nous vous demandons d'écrire votre code.

Avez-vous des questions ?

Introduction (5 minutes)

Thèmes	Informations recherchées
Les façons de se procurer de la nourriture (stratégies déployées)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- accès physique ;</li> <li>- fréquence d'achat ;</li> <li>- réseau communautaire ;</li> <li>- réseau informel ;</li> </ul>
Les défis vécus pour vous nourrir quotidiennement  (15 minutes)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- pouvoir d'achat ;</li> <li>- situation financière et personnelle ;</li> <li>- variabilité des prix ;</li> <li>- variabilité du choix des aliments ;</li> <li>- stabilité des stratégies.</li> </ul>
Le degré de satisfaction lié à leur alimentation  (15 minutes)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- quantité et qualité des aliments ;</li> <li>- plaisir ;</li> <li>- analyse individuelle</li> </ul>
Rêves, améliorations possibles pour la personne  (15 minutes)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- besoins individuels à combler ;</li> <li>- embûches vécues ;</li> <li>- solutions selon les résidents.</li> </ul>
Rêves, améliorations possibles pour la communauté  (15 minutes)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- analyse collective de la sécurité alimentaire selon les résidents ;</li> <li>- distribution ;</li> <li>- accès physique ;</li> <li>- transport ;</li> </ul>
Autres  (10 minutes)	

Merci

## **Annexe 2 : Guide d'entrevue pour les acteurs économiques**

Bonjour,

Je m'appelle \_\_\_\_\_ et je participe à une recherche concernant l'élaboration du système alimentaire présent et souhaité dans votre ville ou localité. Ce projet de recherche porte donc sur les stratégies présentes pour nourrir les résidents.

Le projet a pour objectif général de proposer des recommandations pour les différents acteurs impliqués au sein du système alimentaire (acteurs économiques, étatiques/publics/communautaires et mangeurs) dans une perspective d'améliorer la sécurité alimentaire individuelle et collective des résidents du territoire de la Jamésie (Chibougamau, Lebel-sur-Quévillon, Matagami, Chapais, Radisson, Villebois et Valcanton).

Dans le cadre de cette entrevue, nous voulons essentiellement connaître votre opinion au sujet :

- de votre rôle et de vos responsabilités ;
- des éléments qui menacent votre commerce ;
- des opportunités de développement ou d'amélioration pour soutenir les stratégies d'alimentation des résidents.

Pour ce faire, différentes personnes participeront, comme vous, à des entrevues et vous avez été choisi puisque vous répondez aux critères d'inclusion suivants :

- avoir un commerce en lien avec l'alimentation sur le territoire de la Jamésie ;
- vendre des denrées alimentaires à un commerce ou à des citoyens de la Jamésie.

Les échanges vont durer une heure. Il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses. Au total, six questions seront posées. Nous vous enregistrons de manière audio parce que nous ne voulons perdre aucune des opinions émises et nous rédigerons le verbatim. Soyez assurés que votre anonymat sera préservé et pour ce faire, nous vous accordons un code alphanumérique. Si vous désirez mettre fin à l'entrevue, vous n'avez qu'à le dire, mais nous gardons la possibilité d'utiliser vos propos jusqu'à ce moment considérant que votre participation est libre et volontaire. De plus, nous vous demandons de remplir la fiche concernant les caractéristiques de votre commerce.

Avez-vous des questions ?

Question 1 : Depuis combien de temps avez-vous votre commerce ? À ce jour, quelles sont vos plus grandes sources de fierté par rapport à votre commerce ?

Question 2 : Au cours des cinq dernières années, quelles sont les difficultés que vous avez surmontées ?

Question 3 : Dans un monde idéal, qu'est-ce qui serait mis à votre disposition pour que vous soyez capable de nourrir adéquatement tous les jours les résidents de la Jamésie ?

Question 4 : Qu'est-ce qui pourrait être amélioré dans votre ville ou localité pour concrétiser cette vision idéale ?

Question 5 : Qu'est-ce qui empêche la réalisation de cette vision ?

Question 6 : Avez-vous autre chose à ajouter ?



## Annexe 3 : Guide pour les pratiques exemplaires

Thèmes	Sous-thèmes
Origine	<ul style="list-style-type: none"><li>• Qui en a eu l'idée ?</li><li>• Pourquoi (pertinence de l'objet du projet)</li></ul>
Évolution	<ul style="list-style-type: none"><li>• Étapes</li><li>• Stade actuel</li><li>• Perspectives futures</li></ul>
Appuis et partenariats	<ul style="list-style-type: none"><li>• Appuis politiques</li><li>• Intellectuels</li><li>• Financiers</li><li>• Logistiques</li></ul>
Adversaires	
Effets	<ul style="list-style-type: none"><li>• Sur les personnes</li><li>• Pour la communauté</li></ul>

## Annexe 4 : Questionnaire

### Projet de recherche. *S'alimenter en temps de pandémie en Jamésie*

Projet 2021-711, certification éthique obtenue le 28 avril 2021

1. Dans quelle ville ou localité résidez-vous ?
  - a. Villebois
  - b. Beaucanton
  - c. Val-Paradis
  - d. Chapais
  - e. Chibougamau
  - f. Matagami
  - g. Lebel-sur-Quévillon
  - h. Radisson
  - i. Aucune de ces réponses (si aucune de ces réponses, le questionnaire s'arrête)
2. Quel âge avez-vous ?
  - a. Entre 0 à 17 ans (si la personne coche cette réponse, le questionnaire s'arrête)
  - b. 18 à 29 ans
  - c. 30 à 44 ans
  - d. 45 à 59 ans
  - e. 60 à 74 ans
  - f. 75 ans et plus
3. À quelle identité vous identifiez-vous le plus ?
  - a. Québécoise/Canadienne
  - b. Premières Nations/Cries
  - c. Immigrante
  - d. Autre
4. Combien de personnes de 18 ans et plus résident dans votre logement ou maison (vous incluant) ?
  - a. Seul (1)
  - b. 2 personnes de 18 ans et plus
  - c. 3 personnes de 18 ans et plus
  - d. 4 personnes de 18 ans et plus
  - e. 5 personnes ou plus de 18 ans et plus

- 4.1 Combien de personnes de 17 ans et moins résident dans votre logement ou maison ?
- 0
  - 1 personne de 17 ans et moins
  - 2 personnes de 17 ans et moins
  - 3 personnes de 17 ans et moins
  - 4 personnes de 17 ans et moins
  - 5 personnes et plus de 17 ans et moins
5. Quel était le revenu total de votre ménage pour l'année 2020 ?
- Moins 19 999 \$
  - 20 000 \$ à 34 999 \$
  - 35 000 \$ à 69 999 \$
  - 70 000 \$ à 99 999 \$
  - 100 000 \$ et plus
6. Depuis la pandémie (mars 2020), est-ce que le revenu total de votre ménage ?
- Est resté le même
  - A augmenté
  - A diminué
- 6.1 L'impact de la pandémie sur le revenu total de votre ménage vous a-t-il causé un stress ?
- Non
  - Un peu
  - Moyennement
  - Beaucoup
  - Énormément
7. Depuis la pandémie (mars 2020), faites-vous vos achats à l'épicerie de votre ville ou localité ?
- Non
  - Moins qu'avant la pandémie
  - Comme d'habitude
  - Plus qu'avant la pandémie
- 7.1 Si d (**Plus qu'avant la pandémie**) pourquoi faites-vous vos achats à l'épicerie de votre ville ou localité ? (plusieurs réponses possibles)
- Fermeture des rues en avril 2020
  - Pas de voiture pour me déplacer
  - Pas de possibilité de covoiturage
  - Autre \_\_\_\_\_

8. Depuis la pandémie (mars 2020), faites-vous vos achats dans une épicerie à l'extérieur de votre ville ou localité ?
- Non
  - Moins qu'avant la pandémie
  - Comme d'habitude
  - Plus qu'avant la pandémie
- 8.1 Si **d (Plus qu'avant la pandémie)**, pourquoi faites-vous vos achats dans une épicerie à l'extérieur de votre ville ou localité ? (plusieurs réponses possibles)
- Profiter des rabais
  - Avoir plus de choix
  - Acheter en gros format de nourriture
  - Je continue d'avoir des rendez-vous ou je travaille près d'une grande épicerie
  - Autre \_\_\_\_\_
9. Depuis la pandémie (mars 2020), jardinez-vous pour vous nourrir ?
- Non
  - Moins qu'avant la pandémie
  - Comme d'habitude
  - Plus qu'avant la pandémie
10. Depuis la pandémie (mars 2020) pratiquez-vous la chasse ou la pêche ou la cueillette en forêt pour vous nourrir ?
- Non
  - Moins qu'avant la pandémie
  - Comme d'habitude
  - Plus qu'avant la pandémie
11. Depuis la pandémie (mars 2020), avez-vous changé vos habitudes alimentaires ? (plusieurs réponses possibles)
- Non
  - Oui, je cuisine plus (cannage, congélation, séchage)
  - Oui, je mange moins au restaurant
  - Oui, j'achète plus les aliments au rabais au lieu de ceux que j'aimerais manger
  - Oui, je planifie plus mes repas pour ne pas gaspiller
  - Oui, je mange moins de viande parce qu'elle coûte cher
  - Oui, je mange moins pour nourrir mes enfants en premier
  - Oui, j'ai réduit mes portions dans mon assiette faute d'argent
  - Autre \_\_\_\_\_

12. Depuis la pandémie (mars 2020), ressentez-vous le même plaisir à manger ?
- Oui
  - Non
- 12.1 Si **b (non)**, pourquoi ne ressentez-vous pas le même plaisir à manger ?  
(plusieurs réponses possibles)
- Je dois me priver
  - Je n'ai pas assez d'argent pour acheter des aliments que j'aime
  - Je n'ai pas assez d'argent pour me cuisiner des repas équilibrés
  - Je peux seulement acheter des aliments au rabais
  - Je mange ce que je reçois comme dépannage alimentaire
  - Autre \_\_\_\_\_
13. Depuis la pandémie (mars 2020), vous arrive-t-il de manquer de nourriture pour vous ou votre ménage ?
- Oui
  - Non
- 13.1 Si **a (oui)**, pourquoi vous arrive-t-il de manquer de nourriture pour vous ou votre ménage ?
- Manque d'argent
  - Les tablettes de l'épicerie sont vides
  - Je ne peux pas sortir de chez moi
  - Autre \_\_\_\_\_
14. L'impact de la pandémie sur le manque de nourriture pour nourrir votre ménage vous cause-t-il un stress ?
- Non, je ne manque pas de nourriture
  - Un peu
  - Moyennement
  - Beaucoup
  - Énormément
  - f.
15. Que faites-vous lorsque vous manquez de nourriture ? (plusieurs réponses possibles)
- Je demande de la nourriture à un membre de ma famille ou un ami
  - J'emprunte de l'argent à un membre de la famille ou un ami
  - Je diminue mes dépenses
  - Je diminue les portions dans les assiettes
  - Je me prive à l'occasion de manger (sauter un ou plusieurs repas)
  - Je demande de la nourriture à un organisme communautaire
  - Autre \_\_\_\_\_

- 15.1 Si **f (Je demande de la nourriture à un organisme communautaire)**, depuis la pandémie (mars 2020), est-ce la première fois que vous utilisez les services d'un organisme communautaire en alimentation ?
- Oui
  - Non
- 15.2 Comment qualifiez-vous votre expérience ?
- Agréable
  - Correcte
  - Gênante
  - Autre \_\_\_\_\_
- 16 Utilisez-vous les services des organismes communautaires de votre ville ou localité ?
- Oui
  - Non
- 16.1 Si **a (oui)**, quel(s) service(s) avez-vous déjà utilisé (plusieurs réponses possibles)
- Cuisines collectives
  - Dépannage alimentaire
  - Repas communautaire ou soupe populaire
  - Jardin communautaire
  - Autre \_\_\_\_\_
- 16.2 Si **b (non)**, pour quelle raison n'utilisez-vous pas les services des organismes communautaires de votre ville ou localité ? (possibilité de plusieurs choix)
- Je ne connais pas les services offerts des organismes communautaires en lien avec l'alimentation
  - Je n'en ai jamais entendu parler
  - Je suis trop gêné
  - J'ai peur d'être jugé
  - Autre \_\_\_\_\_
- 16.3 Depuis la pandémie (mars 2020), ces services sont-ils encore disponibles ?
- Oui
  - Oui et les services sont offerts différemment
  - Ils sont fermés et ça ne me dérange pas
  - Ils sont fermés et ça rend ma situation plus difficile
- 17 Depuis la pandémie (mars 2020), avez-vous eu recours à de l'aide des membres de votre famille ou des amis pour vous nourrir ?
- Oui
  - Non

18.1 Si **a (oui)**, quel type d'aide avez-vous reçue des membres de votre famille ou des amis pour vous nourrir ?

- a. Pour me conduire ou faire mes achats à l'épicerie de ma localité
- b. Pour me conduire ou faire mes achats à l'épicerie située à l'extérieur de ma ville ou localité
- c. Pour qu'ils achètent en grande quantité certains aliments ou produits à l'épicerie pour moi
- d. Pour qu'ils me donnent ou qu'on échange de la nourriture
- e. Autre \_\_\_\_\_

19 Depuis la pandémie (mars 2020), est-ce que vous ou des membres de votre ménage avez eu faim sans pouvoir manger faute d'argent ?

- a. Oui
- b. Non

19.1 Si **a (oui)**, quels membres de votre ménage ont eu faim sans pouvoir manger faute d'argent et à quelle fréquence ?

- a. Parfois et seulement les adultes
- b. Parfois et seulement les enfants
- c. Parfois pour les adultes et les enfants
- d. Souvent et seulement les adultes
- e. Souvent et seulement les enfants
- f. Souvent pour les adultes et les enfants

20 En lien avec l'alimentation, avez-vous autre chose à ajouter ?

---

---

En cas de besoin ou émotions désagréables, vous pouvez contacter Info-Social (811) pour discuter avec un intervenant social.