



# EN MAURICIE ET AU CENTRE-DU-QUÉBEC, UNE SAINTE ALIMENTATION N'EST PAS ACCESSIBLE POUR TOUS : VOYONS-Y!

## FAITS SAILLANTS DE L'ÉTUDE SUR LE COÛT DU PANIER À PROVISIONS NUTRITIF EN MAURICIE ET AU CENTRE-DU-QUÉBEC<sup>1</sup>

Le panier à provisions nutritif (PPN) est la commande hebdomadaire d'aliments, au plus bas prix, qui satisfait les besoins nutritionnels selon l'âge, le genre et la condition physiologique (femmes enceintes et allaitantes). Il est composé d'aliments de base, donc qui nécessitent de la préparation.

### LE COÛT MINIMAL MOYEN DU PPN

En 2011, pour une famille type de 2 adultes et 2 enfants, on estime qu'il en coûtait en moyenne minimalement, 204,19 \$ par semaine (10 618 \$ par an) pour se procurer le PPN dans les magasins d'alimentation de la région<sup>2</sup>. Pour une famille monoparentale, il en coûtait 159,78 \$ par semaine (8 309 \$ par an)<sup>3</sup>.

### UN COÛT EN FONCTION DE LA SUPERFICIE DU MAGASIN

La superficie des magasins d'alimentation est un important facteur d'influence du coût du PPN. Le PPN est 18 % plus cher dans les magasins de très petite surface (moins de 3 000 pi<sup>2</sup>) que dans ceux de très grande surface (plus de 30 000 pi<sup>2</sup>). Toutefois, les économies à réaliser dans les magasins d'alimentation de grande surface ne sont pas à la portée de tous lorsque la distance pour s'y rendre est prise en considération.

### LA SANTÉ DES FAMILLES À FAIBLE REVENU COMPROMISE

Le coût du PPN représente plus de 40 % du revenu médian après impôt des familles à faible revenu. Pour ces familles, il est donc pratiquement impossible de bien se nourrir, même à partir d'aliments de base achetés au plus bas prix. Par conséquent, la sécurité alimentaire des familles économiquement défavorisées se trouve compromise et, par le fait même, leur santé et leur bien-être.



Gabriel Lecompte

*« 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. La sécurité alimentaire suppose également un pouvoir d'achat adéquat et l'accès à une information simple et fiable sur l'alimentation pour pouvoir faire des choix éclairés. »*

*Ordre professionnel des diététistes du Québec 1996, p. 10<sup>4</sup>*

<sup>1</sup> Duquette, M.-P. et coll. (2011). *Étude sur la détermination du coût du panier à provisions nutritif dans trois régions du Québec. Rapport du projet - Mauricie/Centre-du-Québec*, Montréal, Dispensaire diététique de Montréal, 53 p.

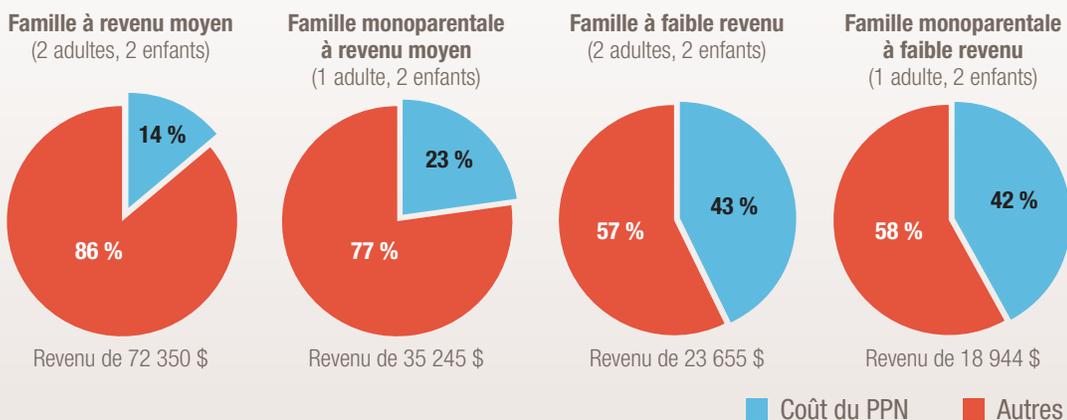
<sup>2</sup> Coût du PPN pour une famille type composée d'une femme et d'un homme de 31 à 50 ans, un garçon de 14 à 18 ans et une fille de 9 à 13 ans.

<sup>3</sup> Coût du PPN pour une famille monoparentale composée d'une femme de 31 à 50 ans, un garçon de 14 à 18 ans et une fille de 9 à 13 ans.

<sup>4</sup> Gauvin, J. et coll. (1996). *Agir ensemble pour contrer l'insécurité alimentaire du Québec*, Montréal, Ordre professionnel des diététistes du Québec, 35 p.

**FIGURE 1**

**MAURICIE/CENTRE-DU-QUÉBEC – PROPORTION DU REVENU MÉDIAN APRÈS IMPÔT EN 2009 QUE REPRÉSENTE LE COÛT DU PPN EN 2009 POUR QUATRE TYPES DE FAMILLE**



*Pour en savoir plus sur le coût et l'accessibilité du PPN en Mauricie et au Centre-du-Québec, consultez le rapport de l'étude sur le site Internet de l'Agence, dans la section Santé publique : [www.agencess04.qc.ca](http://www.agencess04.qc.ca).*

## LA RÉDUCTION DES INÉGALITÉS DE SANTÉ PASSE PAR L'ACCÈS À UNE SAINTE ALIMENTATION POUR TOUS

L'accessibilité pour tous à une saine alimentation est essentielle à la réduction des inégalités sociales de santé (ISS). Fortement dépendante de cette accessibilité à une saine alimentation, l'insécurité alimentaire a des répercussions à tout âge. Elle affecte la santé physique et psychologique ainsi que la capacité des personnes à bien fonctionner sur les plans personnel, professionnel et parental. De plus, l'insécurité alimentaire peut même nuire au développement et à la capacité d'apprentissage des enfants.

Dans son récent rapport sur les inégalités sociales de santé, le directeur de santé publique de la Mauricie et du Centre-du-Québec rappelle que ce qui favorise le développement de la sécurité alimentaire contribue, par le fait même, à réduire les ISS. À cet égard, il propose trois chantiers de travail concernant tour à tour :

- les politiques et les programmes publics;
- l'action intersectorielle;
- la participation citoyenne.

### LES POLITIQUES ET LES PROGRAMMES PUBLICS

Le directeur de santé publique invite chacun à plaider l'importance des politiques et des programmes publics lorsque l'opportunité se présente. De même, tous doivent sensibiliser les responsables à tout ajustement de ces programmes et politiques permettant ainsi d'en augmenter les retombées pour la population et de les adapter tant aux réalités régionales qu'aux besoins et aux caractéristiques propres aux communautés locales.

L'atteinte de l'objectif d'une saine alimentation pour tous est tributaire de plusieurs facteurs, notamment :

- le pouvoir d'achat des individus;
- la disponibilité des aliments sains;
- l'accessibilité physique et économique aux aliments sains<sup>5</sup>.

Les politiques et programmes publics de divers secteurs d'activités ont un influence sur ces trois facteurs. En effet, les politiques et les programmes publics relatifs aux secteurs agricoles et de l'agroalimentaire, de l'emploi et de la solidarité sociale, du transport et de l'aménagement des villes et villages, tout autant que ceux du secteur de la santé et des services sociaux, ont le potentiel d'avoir des retombées majeures sur l'accessibilité à une saine alimentation pour tous.



<sup>5</sup> Ministère de la Santé et des Services sociaux (2006). *Plan d'action gouvernemental de promotion des saines habitudes de vie et de prévention des problèmes reliés au poids 2006-2012 Investir pour l'avenir*, Québec, gouvernement du Québec, 50 p.

## L'ACTION INTERSECTORIELLE

À ce titre, plusieurs instances régionales de concertation intersectorielle en Mauricie et au Centre-du-Québec se mobilisent autour d'initiatives ayant pour but d'agir sur les déterminants de la sécurité alimentaire.

## LES TABLES INTERSECTORIELLES RÉGIONALES POUR LA PROMOTION DES SAINES HABITUDES DE VIE

Ayant pour objectif la création d'environnements favorables à la santé, chaque table intersectorielle régionale pour la promotion des saines habitudes de vie, celle de la Mauricie et celle du Centre-du-Québec, a élaboré un projet favorisant l'accessibilité à une saine alimentation auprès des jeunes.

### • *Ca mijote en Mauricie!*



Grâce au déploiement de la *Mijotrouse*, des *Ateliers Cinq épices* et de *Jeunes pousses*, le projet *Ça mijote en Mauricie!* favorise le transfert de connaissances et d'habiletés en alimentation auprès des parents et de leurs enfants. [www.moisson-mcdq.org/CaMijote](http://www.moisson-mcdq.org/CaMijote)

### • *Accès bouffe santé!*

Le projet *Accès bouffe santé!* soutient diverses initiatives favorisant l'accessibilité physique et économique aux aliments sains dans les milieux de vie des jeunes centricois. [www.accesbouffesante.ca](http://www.accesbouffesante.ca)

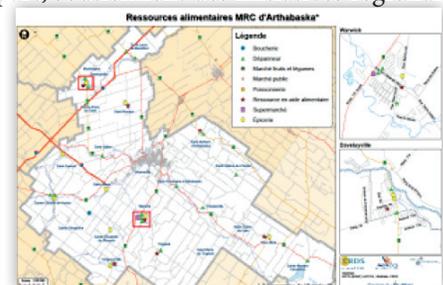


## LES COMITÉS RÉGIONAUX EN SÉCURITÉ ALIMENTAIRE

Les comités régionaux en sécurité alimentaire du Consortium en développement social de la Mauricie et du Comité régional en développement social du Centre-du-Québec sont également des lieux de concertation et de mobilisation intersectorielles. Ces comités favorisent, d'une part, l'échange de connaissances et d'informations et, d'autre part, soutiennent des initiatives régionales et locales en sécurité alimentaire.

### • Répertoire et cartographie des ressources en aide alimentaire du Centre-du-Québec

[www.crds.centre-du-quebec.qc.ca](http://www.crds.centre-du-quebec.qc.ca)



### • Répertoire des organismes offrant des services en sécurité alimentaire en Mauricie

[www.consortium-mauricie.org](http://www.consortium-mauricie.org)

### • Action partenariale *Se nourrir, agir, se développer*

Cette action soutient les groupes et organismes en distribution alimentaire à travers le continuum d'actions communautaires. Consultez le court-métrage suivant : <http://www.agencesss04.qc.ca/sante-publique/direction-de-sante-publique/directeur.html#641>



## LA PARTICIPATION CITOYENNE

Au total, plus de 90 organismes communautaires de la région contribuent, avec leurs partenaires intersectoriels, au développement de la sécurité alimentaire, tout en favorisant la participation citoyenne et le développement des communautés. Voici quelques actions en cours :



### • **Notre jardin secret allie jardinage et cuisine collective, « empowerment » et sécurité alimentaire**

Des femmes y apprennent à jardiner et à cuisiner et se partagent les récoltes, tout en brisant leur isolement et en améliorant leurs conditions alimentaire et physique.  
<http://www.gazettedesfemmes.ca/6278/un-secret-a-partager-2/>

### • **Le magasin d'économies le SAC, un pas vers l'autonomie alimentaire**

Des bénéficiaires d'un comptoir alimentaire en suivi budgétaire ont accès à des denrées et produits de base, à coût réduit, en devenant membre du magasin.  
[www.comptoiralimentairedrummond.com](http://www.comptoiralimentairedrummond.com)

### • **Transport solidaire, l'accessibilité au transport comme levier de lutte contre la pauvreté**

Grâce au prêt de passes d'autobus, des personnes en situation de pauvreté peuvent se déplacer gratuitement pour leurs besoins alimentaires, la recherche d'emploi et de logement, etc. [www.roulonsvert.com](http://www.roulonsvert.com)



## D'AUTRES PISTES D'ACTION PROMETTEUSES



Toujours dans le but de favoriser la sécurité alimentaire des individus et des communautés, mentionnons finalement les projets d'agriculture urbaine, d'agriculture soutenue par la communauté, de rapprochement des producteurs et des consommateurs, de petits marchés publics, de jardins communautaires, de groupes d'achats collectifs, de cuisines collectives, sans oublier la bonification des mesures de soutien au revenu.

La création d'environnements favorables à la saine alimentation, le développement social et des communautés et la lutte contre la pauvreté sont autant de champs d'action pour favoriser l'accès à une saine alimentation et la sécurité alimentaire des individus et des communautés.

Pour en savoir plus sur la sécurité alimentaire, consultez le *Cadre de référence en matière de sécurité alimentaire - Mise à jour 2008* (Ministère de la Santé et des Services sociaux).

Une publication de la Direction de santé publique de la Mauricie et du Centre-du-Québec

### RÉDACTION

Martine Croteau, Dt.P. M.Sc.

### COLLABORATION À LA RÉDACTION

Réal Boisvert

Lucie Lafrance

Micheline Séguin Bernier

### COMMUNICATIONS

Martine Fréchette

### CONCEPTION GRAPHIQUE

Pop grenade

### DÉPÔT LÉGAL

Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2013

Bibliothèque et Archives Canada, 2013

ISBN 978-2-89340-285-7 (version papier)

ISBN 978-2-89340-286-4 (version PDF)

*Reproduction autorisée à des fins non commerciales avec mention de la source.*

*Document accessible sur le site Internet de l'Agence*

[www.agencess04.qc.ca](http://www.agencess04.qc.ca)

Agence de la santé et des services sociaux de la Mauricie et du Centre-du-Québec

Québec 