



Table de concertation
communautaire Mirabelloise



CADRE DE RÉFÉRENCE

Septembre 2014

“TOUT SEUL, ON VA PLUS VITE, MAIS...

ENSEMBLE ON VA PLUS LOIN.”
(Proverbe africain)

MEMBRES DU COMITÉ

**Table de concertation
communautaire de Mirabel**

**Anick Lorrain
Coordonnatrice**

Maison de la famille de Mirabel

**Anne-Marie Monette
Adjointe de direction**

Centre de dépannage St-Janvier

**Sylvie Legault
Directrice adjointe**

Comptoir d'entraide de St-Augustin

**Gisèle Gariépy
Directrice**

Centre de femmes Liber'elles

**Mélanie Hébert
Coordonnatrice**

Centre local de développement

**Audrey Simard
Agent e de développement**

**Association des Maisons
de jeunes de Mirabel**

**Sylvain Fredette
Directeur**

**Centre d'hébergement
Multiservices de Mirabel**

**Carole-Anne Leblanc
Coordonnatrice**

**Association des travailleurs
de rue de Mirabel (TRAM)**

**Gabrielle Robichaud
Travailleur de rue**

**Conseil régional de développement
Social des Laurentides**

**Danièle Savoie
Coordonnatrice
Sécurité Alimentaire**

Moisson Laurentides

**Lisa de Repentigny
Agente de liaison**

Centraide Laurentides

**Alain Trépanier
Organisateur communautaire**

Table des matières

Mise en contexte	6
Constats	7
Mission	7
Vision	8
But	8
Objectifs	8
Défis	9
Plan d'action	9
À court terme	9
À moyen terme	10
À long terme	10
Concepts théoriques de base	11
Sécurité alimentaire	11
Insécurité alimentaire	12
Environnement alimentaire	13
Souveraineté alimentaire	14
Autonomie alimentaire	15
Désert alimentaire	15
Marais alimentaire	16
Continuum de la sécurité alimentaire	17
Services de type traditionnel	18
Banque alimentaire	18
Dépannage alimentaire	19
Distribution alimentaire	19
Bons d'achat alimentaire	19
Soupe populaire	19
Distribution de paniers	20
Cuisine communautaire	20
Repas communautaire/repas collectif	20
Popote roulante	21
Rang pour la faim	21
Cueillette solidaire (glanage)	22

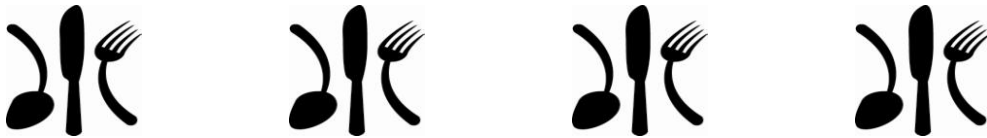
Programme alimentaire scolaire	22
Services de type alternatif	23
Cuisine collective	23
Atelier culinaire	23
Pôle de transformation alimentaire	24
Agriculture urbaine	25
Jardins collectif et communautaire	25
Groupe de cueillette	27
Agriculture soutenue par la communauté	27
Groupe d'achats	28
Regroupement d'achats collectifs des organismes	29
Épicerie solidaire/épicerie communautaire	29
Épicerie mobile/marché public ambulant	29
Magasin-partage	30
Marché économique	30
Coopérative alimentaire	31
Restaurant économique	31
Couponing	31
Cadre d'intervention	33
Bibliographie	36
Annexe	



Mise en contexte

L'élaboration de ce cadre théorique se fait dans le contexte des projets élaborés dans le cadre du Plan d'action gouvernemental de solidarité et d'inclusion sociale du Gouvernement du Québec, 2010-2015. Il a pour but de situer l'intervention du comité de travail en sécurité alimentaire de la Table de concertation communautaire de Mirabel (TCC). Il se veut un outil d'interprétation des interventions et des actions en sécurité alimentaire. Il permettra aux membres, et par extension à leurs partenaires, d'avoir une compréhension des divers concepts afin de travailler au développement d'une vision commune.

Le comité de travail, dans le cadre de son projet en sécurité alimentaire **Tous à table**, a identifié plusieurs constats, objectifs et cibles d'actions afin de développer un réseau de sécurité alimentaire sur son territoire.



Constats

- L'ampleur des besoins toujours en croissance;
- La diminution de la disponibilité des denrées;
- L'isolement des organismes;
- La méconnaissance des organismes par la population mais aussi entre eux;
- Le manque de formation et d'informations.

Pour sa part, la Table de concertation communautaire de Mirabel reste convaincue que la concertation amène les intervenants et les organismes qu'ils représentent à:

- développer des liens;
- mieux connaître les réalités de chacun;
- approfondir la connaissance du territoire et des besoins de la population;
- assurer la circulation de l'information;
- partager une vision commune de la sécurité alimentaire;
- développer et appuyer des actions ou des projets communs;
- appuyer les actions et les projets présentés par les organismes membres;
- faire la promotion des actions et des projets auprès de la population et des décideurs.

Mission

Travailler à bâtir la sécurité alimentaire de l'ensemble de la population en coordonnant et en participant au développement des services et des activités en sécurité alimentaire sur le territoire de Mirabel.

Vision

Nous avons fait le choix de lutter contre les limites et les problèmes; nous nous proposons de réinventer ce qui est possible. Pour ce faire, nous nous organisons autour d'une vision partagée et inspirante de notre communauté.

Que chaque citoyen de Mirabel mange correctement, suffisamment tout en respectant son budget.

But

Bâtir un partenariat fort basé sur la collaboration.

Se concerter pour :

- construire des relations et enrichir le capital social;
- sensibiliser les gens sur la situation et proposer des options;
- élargir le consensus afin d'améliorer la qualité des décisions;
- élargir la base de ressources pour l'action;
- que les citoyens aient une meilleure connaissance du réseau d'aide alimentaire;
- mieux desservir la population dans un continuum de services.

Objectifs

- 1) Favoriser le travail de concertation
 - ✓ Action : Réseauter l'ensemble des dispensateurs de service en sécurité alimentaire.
 - ✓ Action : Arrimer les actions.
 - ✓ Action : Développer des projets communs.

- 2) Informer la population et les intervenants, faire connaître les organismes dispensateurs
 - ✓ Action : Faire un répertoire des ressources d'aide alimentaire sur le territoire.
 - ✓ Action : Faire une carte de l'offre en sécurité alimentaire à Mirabel.

- 3) **Encourager la prise en charge et l'autonomie des citoyens**
- ✓ Action : Diffuser l'ensemble des services disponibles.
 - ✓ Action : Informer et orienter les citoyens sur les services dont ils peuvent bénéficier sur l'ensemble du territoire.
 - ✓ Action : Soutenir l'implantation d'activités reliées à la sécurité alimentaire.
 - ✓ Action : Favoriser les pratiques d'intervention complémentaire aux services d'urgences.

Défis

1) **Maillage et cohésion**

Développer une cohérence dans le travail des organismes, centrer les cibles d'action en utilisant la référence à d'autres partenaires.

2) **Approche éducative**

Optimiser les pratiques d'intervention, les connaissances et les compétences en explorant et en s'ouvrant à d'autres approches.

3) **Proximité**

Faire en sorte que la grandeur du territoire ne soit pas un obstacle, que chaque secteur soit desservi adéquatement en évitant les marais et les déserts alimentaires.

Plan d'action

- **À court terme**
 - ✓ Regrouper les acteurs du secteur alimentaire autour d'une même table.
 - ✓ Répertorier l'ensemble des organismes offrant des ressources en sécurité alimentaire.
 - ✓ Produire un répertoire des services offerts et produire une carte de l'offre alimentaire pour travailler à l'amélioration de la visibilité des organismes et des services.
 - ✓ Éviter les dédoublements de services.

- **À moyen terme**
 - ✓ Devenir un pôle de diffusion d'information de l'ensemble des services en sécurité alimentaire.
 - ✓ Favoriser la collaboration et la concertation de l'ensemble des partenaires.
 - ✓ Supporter les activités d'éducation.
 - ✓ Favoriser le développement d'activités permettant de mettre en place des conditions favorisant l'autonomie des citoyens.

- **À long terme**
 - ✓ Remédier au problème de marais et de désert alimentaire en zone rurale et dans les secteurs moins bien desservis.
 - ✓ Développer le programme de groupe d'achat de fruits et légumes frais sur l'ensemble du territoire (BBBB¹).
 - ✓ Encourager la mise en place de marchés de produits locaux dans les secteurs en établissant des ententes avec les producteurs locaux.
 - ✓ Implanter les différents programmes sur l'ensemble du territoire.
 - ✓ Améliorer l'environnement alimentaire en participant à développer l'offre alimentaire du territoire.

¹ BBBB : Groupe d'achat Bonne Boîte Bonne Bouffe.

CONCEPTS THÉORIQUES DE BASE

SÉCURITÉ ALIMENTAIRE

- L'Organisation mondiale de la santé (OMS) a adopté la définition suivante de la sécurité alimentaire en 1996 au Sommet mondial de l'alimentation :

"La sécurité alimentaire existe lorsque tous les êtres humains ont, à tout moment, un accès physique et économique à une nourriture suffisante, saine et nutritive leur permettant de satisfaire leurs besoins énergétiques et leurs préférences alimentaires pour mener une vie saine et active."²
- Il y a sécurité alimentaire lorsque toute personne d'une population a accès en tout temps et en toute dignité à un approvisionnement alimentaire de quantité suffisante et de qualité adéquate, à coût raisonnable et respectant ses valeurs culturelles.
- La sécurité alimentaire suppose un pouvoir d'achat approprié et l'accès à une information simple et fiable permettant de faire des choix éclairés, assurant à la personne le maintien et l'amélioration de sa santé, de son bien-être physique, mental et social tout en favorisant l'exercice de tous ses droits fondamentaux.
- L'avancement de la sécurité alimentaire repose sur des valeurs de:
 - ✓ justice sociale;
 - ✓ solidarité;
 - ✓ développement durable;
 - ✓ implication citoyenne;
 - ✓ responsabilité collective.³
- La sécurité alimentaire repose sur 5 dimensions :
 1. L'accès physique aux aliments;
 2. Le choix et la qualité;
 3. Le coût;
 4. L'information à la consommation;
 5. La formation et l'éducation en matière de choix et de préparation.⁴

² Comité de la sécurité alimentaire mondiale (2012). S'entendre sur la terminologie, p. 6.

³ Tiré du site web de la Table de concertation sur la faim et le développement social de l'Outaouais, <http://tcfdsso.org/securite-alimentaire>, consulté en décembre 2013.

⁴ Pelland-Legendre, Marie-Christine (2011). Portrait de la situation en sécurité alimentaire sur le territoire des Patriotes, p. 59.

- L'ensemble des intervenants du milieu s'entendent pour dire le concept de sécurité alimentaire signifie ce qui suit :
 1. Chacun a, à tout moment, les moyens tant physiques qu'économiques d'accéder à une alimentation suffisante pour mener une vie active et saine;
 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.⁵

INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE

- Par opposition Santé Canada, s'étant inspiré des études de Davis et Tarasuk⁶, définit l'insécurité alimentaire comme suit :

"l'incapacité de se procurer ou de consommer des aliments de qualité, en quantité suffisante de façon socialement acceptable, ou l'incertitude d'être en mesure de le faire."⁷
- Le concept d'insécurité alimentaire évoque donc beaucoup plus que la notion de "faim" ou de ressources financières restreintes. Selon Centraide du Grand Montréal, les causes de l'insécurité alimentaire repose sur :
 - ✓ L'insuffisance du revenu;
 - ✓ L'isolement social;
 - ✓ Des problèmes de santé physique ou mentale;
 - ✓ Le manque de connaissance de savoir-faire relativement à l'alimentation;

⁵ Ministère Santé et Services Sociaux (2008). Cadre de référence en sécurité alimentaire, p. 14.

⁶ Davis B, Tarasuk V. (1994). Hunger in Canada. "Agriculture and human values", p. 50-57.

⁷ Tiré du site internet de Santé Canada, <http://www.hc-sc.gc.ca/fn-an/surveill/nutrition/commun/insecurit/index-fra.php>, consulté en juillet 2014.

- ✓ L'absence d'une grande variété d'aliments dans les petits commerces;
 - ✓ L'éloignement de grands magasins d'alimentation offrant des prix réduits.⁸
- De manière générale, les milieux de concertation s'entendent pour utiliser la définition de l'Ordre des diététistes du Québec. Il y a insécurité alimentaire quand :
- ✓ On manque d'aliments;
 - ✓ On a peur d'en manquer;
 - ✓ On subit des contraintes dans le choix de ses aliments, contraintes qui affectent la qualité nutritionnelle du régime.⁹
- Concrètement l'insécurité alimentaire peut se traduire comme suit : partir à l'école le ventre vide, manquer d'aliments nutritifs, se priver pour nourrir ses enfants, diminuer sa consommation alimentaire, devoir choisir entre son loyer et son alimentation.



L'ENVIRONNEMENT ALIMENTAIRE

- L'environnement alimentaire est l'ensemble des conditions dans lesquelles une personne a accès aux aliments, les achète et les consomme.¹⁰
- De manière plus explicite, Santé Canada, dans une étude portant sur la mesure de l'environnement alimentaire, utilise la définition de Zenk et ses collègues : "un groupe de facteurs, incluant les types de commerces de détail et la disponibilité, la qualité et le prix des différents types d'aliments, comme les plats préparés, les produits frais et les autres produits d'épicerie, dans une région géographique donnée."¹¹

⁸ Tiré du site internet de Centraide du grand Montréal, <http://www.centraide-mtl.org/fr/enjeux/la-securite-alimentaire/>, consulté en mai 2014.

⁹ Leduc-Gauvin, J., et al. (2006). Agir ensemble pour contrer l'insécurité alimentaire, Ordre des professionnels des diététistes du Québec, p. 10.

¹⁰ Tiré du site du Gouvernement du Québec, www.saineshabitudesdevie.gouv.qc.ca, consulté en mai 2014.

¹¹ Santé Canada (2013). Mesure de l'environnement alimentaire au Canada, p. 40.

- L'environnement alimentaire repose sur quatre caractéristiques :
 - ✓ l'accessibilité géographique → réfère à la disponibilité de différents types de magasins d'alimentation et de restaurants sur le plan géographique;
 - ✓ la disponibilité → réfère aux aliments disponibles dans un secteur défini;
 - ✓ la capacité → réfère à la facilité de se procurer des aliments à coût abordable dans une région définie;
 - ✓ la qualité → réfère à la date de péremption, à la fraîcheur, etc.¹²

- L'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ) a développé une mesure pour évaluer l'indice de l'environnement alimentaire (IEA). Il s'agit d'un "indicateur de la densité des commerces reliés à l'alimentation. Il est calculé en divisant le nombre de restaurant-minute et de dépanneur par le nombre de commerces d'alimentation."¹³

SOUVERAINETÉ ALIMENTAIRE

- La sécurité alimentaire suppose aussi de travailler selon les principes de la souveraineté alimentaire. Par souveraineté alimentaire "on entend le droit des peuples à définir leur propre politique agricole et alimentaire; à protéger et à réglementer leur production et leurs échanges agricoles nationaux afin d'atteindre des objectifs de développement durable; à déterminer leur degré d'autonomie alimentaire et à éliminer le dumping sur leurs marchés".¹⁴

- La souveraineté alimentaire repose sur sept piliers :
 1. Mettre l'accent sur les nécessités alimentaires des peuples;
 2. Approfondir les connaissances et les compétences;
 3. Travailler en harmonie avec la nature;

¹² Idem.

¹³ Institut national de santé publique du Québec, www.inspq.qc.ca/environnement-bat/indice-environnement-alimentaire, consulté en juillet 2014.

¹⁴ Tiré du site internet de L'Union des producteurs agricoles, http://www.upa.qc.ca/fr//agriculture_et_société/Souveraineté_alimentaire.html, consulté en décembre 2013.

4. Valoriser les fournisseurs d'aliments;
5. Circonscrire les systèmes alimentaires à une échelle locale en réduisant la distance entre les fournisseurs d'aliments et les consommateurs;
6. Implanter le contrôle localement;
7. Reconnaître le caractère sacré des aliments.¹⁵

AUTONOMIE ALIMENTAIRE

- L'autonomie alimentaire est l'accès en tout temps et à long terme à une quantité quotidienne suffisante de nourriture, à un coût raisonnable. C'est le pouvoir de choisir, en toute dignité et en ayant accès à une information claire et fiable, une alimentation saine, variée et salubre¹⁶.
- Elle s'acquiert par l'action collective et solidaire de se prendre en charge individuellement et collectivement, pour le mieux-être d'une communauté, dans un esprit de développement durable. Elle favorise le respect de l'environnement, le commerce équitable, la consommation responsable et vise un équilibre durable entre la satisfaction des besoins présents et ceux des générations futures.¹⁷

DÉSERT ALIMENTAIRE

- Le concept de désert alimentaire fait référence à un "espace de relative exclusion où les gens souffrent de barrières physiques et économiques pour accéder à une nourriture saine"¹⁸, définition développée par le British Low Income Project Team.
- Les supermarchés éloignés des quartiers, la suprématie des grandes bannières d'alimentation au détriment des marchés de quartiers, la faiblesse du transport en commun et bien d'autres facteurs favorisent l'apparition des déserts alimentaires.

¹⁵ Tiré du site internet du Réseau pour une aide alimentaire durable, <http://foodsecurecanada.org/fr/>, consulté en décembre 2013.

¹⁶ Tiré du site internet du Regroupement des cuisines collectives du Québec, <http://www.rccq.org/fr/les-cuisines-collectives.html>, consulté en décembre 2013.

¹⁷ Idem.

¹⁸ Enriquez, Dario (2011). Les déserts alimentaires : enquête sur trois arrondissements montréalais, p. 3.

- Trois critères permettent de déterminer si un secteur peut se caractériser comme désert alimentaire :
 - ✓ Proximité : la distance au supermarché le plus proche, à plus de 1000 mètres, soit 15 minutes de marche.
 - ✓ Diversité : nombre de supermarché dans un rayon de 1000 mètres, minimum de deux, question d'améliorer l'offre de produits.
 - ✓ Variété : Distance moyenne de trois chaînes différentes de supermarchés pour augmenter la variété des prix et des marques de plusieurs fournisseurs¹⁹.



MARAIIS ALIMENTAIRE

- Depuis quelques temps, les chercheurs utilisent le terme de "marais alimentaire" pour désigner des "régions ou des quartiers à faible statut socio-économique où on observe une accessibilité géographique élevée à des aliments non nutritifs, riches en lipides et en calories."²⁰

¹⁹ Idem, p.4.

²⁰ Santé Canada, <http://www.hc-sc.gc.ca/fn-an/surveill/nutrition/commun/insecurit/index-fra.php>, consulté en juillet 2014



LE CONTINUUM DE LA SÉCURITÉ ALIMENTAIRE

Services type traditionnel et services type alternatif

De manière générale, la majorité des intervenants s'entendent sur deux types d'aide alimentaire : l'aide traditionnelle et l'aide alternative.

Il existe peu de définitions de l'aide alimentaire traditionnelle; on retient toutefois quelques notions généralement admises. Ainsi, ces services "se caractérisent par le don ou la vente à prix modiques d'aliments. Les dons peuvent être également faits en argent ou en bons d'achat d'aliments"²¹ Les notions d'urgence et d'aide à court terme y sont souvent associées.

Pour sa part, l'aide alimentaire alternative fait plutôt référence à des actions visant le développement des capacités d'agir (empowerment) individuelles et collectives. Rouffignat et ses collaborateurs la définissent comme suit, des pratiques

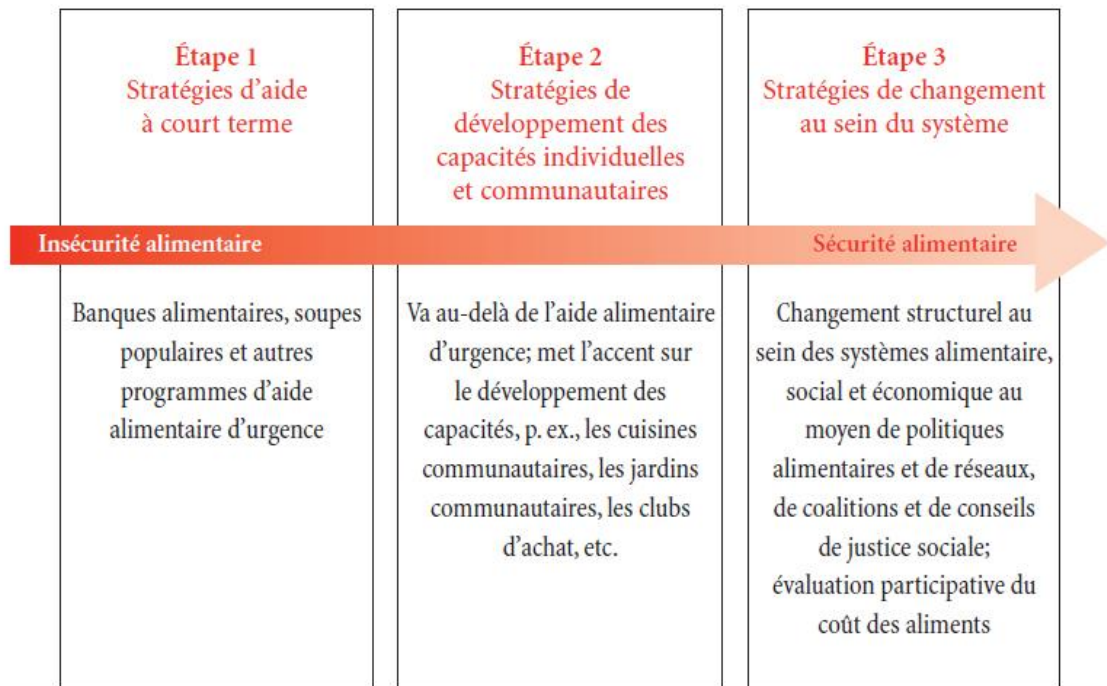
"visant le développement du potentiel des personnes et des collectivités à s'approvisionner de façon adéquate. Ce type d'intervention peut consister en une activité de production, de distribution et de préparation de denrées alimentaires pour fournir la nourriture selon un mode non marchand tout en développant des savoir-faire qui rendent les personnes, les groupes et les collectivités autonomes."²²

Le schéma suivant présente les différentes définitions d'aide alimentaire sur un continuum de services pour terminer sur des changements structurels au sein du système.

²¹ Agence de la santé et des services sociaux de la Capitale Nationale(2013). Portrait du réseau d'aide alimentaire de la région de la Capitale nationale 2009-2010, p. 41.

²² Rouffignat, j. et coll. (2001). De la sécurité alimentaire au développement social, les effets des pratiques alternatives au Québec, p. 39.

Le continuum de la sécurité alimentaire



D'après : Toronto Food Policy Council, 1994; Houghton, 1998; et Kalina, 2001 (traduction).

SERVICES DE TYPE TRADITIONNEL

Aide à court terme

BANQUE ALIMENTAIRE

- Les banques alimentaires sont des organismes sans but lucratif spécialisés dans la récupération et la redistribution de denrées. La redistribution s'effectue au travers d'un réseau d'organismes accrédités, c'est-à-dire ayant répondu à certains critères prédéterminés.
- En Amérique du nord, les banques alimentaires sont structurées en réseau et gèrent la collecte et l'acheminement des denrées, leur tri, stockage et contrôle.

DÉPANNAGE ALIMENTAIRE

- Offre des denrées pour toute personne ayant un besoin ponctuel et immédiat. Souvent en réponse à une urgence sociale suite à une crise.
- Ce service est généralement offert dans les comptoirs d'aide alimentaire.

DISTRIBUTION ALIMENTAIRE

- Le service de distribution alimentaire "consiste en dons de colis de nourriture aux personnes et aux familles dans le besoin, à une densité et une fréquence variable."²³ Généralement, les dons se font selon certains critères d'évaluation du revenu établis par l'organisme dispensateur.
- Ce service est généralement offert dans les comptoirs d'aide alimentaire.

BONS D'ACHAT ALIMENTAIRE

- Ces bons sont échangeables contre de la nourriture dans les épiceries et les supermarchés.
 - ✓ fait référence à un système d'achat classique;
 - ✓ permet aux gens de choisir selon leurs goûts.

SOUPE POPULAIRE

- Offre un repas chaud, à coût minime, aux personnes qui s'y présentent.
- Pas d'évaluation des revenus ou des besoins.

²³ Racine, Sonia. Problèmes sociaux (2010). L'insécurité et la sécurité alimentaire, une analyse critique, p. 28.

DISTRIBUTION DE PANIERS

- Paniers contenant des denrées distribuées durant des périodes précises aux personnes dans le besoin et qui en font la demande.
- Généralement soutenue par des "guignolées", des récoltes d'argent et de nourriture.

CUISINE COMMUNAUTAIRE

- Regroupe des bénévoles qui cuisinent des repas qui seront ensuite offerts, par exemple, dans les soupes populaires, les écoles, les résidences pour personnes âgées ou handicapées, etc.
- Ces regroupements contribuent à :
 - ✓ maintenir la sécurité alimentaire;
 - ✓ procurer une saine alimentation.

REPAS COMMUNAUTAIRE/REPAS COLLECTIF

- Ces repas se font de différentes façons et pour différentes raisons. Parfois pour une fête ou une occasion spéciale, parfois intégrés dans les activités régulières des organismes, ces repas sont organisés par des bénévoles ou des employés.
- Les menus sont déterminés à l'avance et cuisinés par des volontaires.
- Par la suite, le repas est partagé avec l'ensemble des participants et est souvent l'occasion de discuter de thèmes spécifiques.
- Ces repas permettent de:
 - ✓ bien manger;
 - ✓ fraterniser;
 - ✓ échanger;
 - ✓ discuter;
 - ✓ briser l'isolement.

POPOTE ROULANTE

- Le service de popote roulante consiste à offrir des repas chauds, livrés à domicile aux personnes ayant besoin d'un appui leur permettant de demeurer chez elles.
- Ce service est, le plus souvent, offert aux personnes âgées, aux personnes en perte d'autonomie, temporaire ou permanente, aux malades chroniques et aux handicapés.
- Le service de popote roulante contribue à:
 - ✓ maintenir la sécurité alimentaire;
 - ✓ procurer une saine alimentation;
 - ✓ briser l'isolement et l'exclusion sociale.

RANG POUR LA FAIM

- Le principe de rang pour la faim fait référence soit à des citoyens possédant un potager ou encore à des agriculteurs qui sont encouragés à planter un peu plus de semences que pour leurs besoins afin de donner leurs surplus aux organismes tels que les centres de dépannage, de distribution alimentaire, les soupes populaires voir même les banques alimentaires.
- Les denrées recueillies sont redistribuées directement ou transformées afin d'être utilisées plus tard.
- Les valeurs sous-jacentes au rang pour la faim sont :
 - ✓ le partage;
 - ✓ l'entraide;
 - ✓ la solidarité;
 - ✓ la lutte contre le gaspillage.

CUEILLETTE SOLIDAIRE (Glanage)

- La cueillette solidaire s'organise avec un groupe de personnes, souvent bénévoles ou dans le cadre de projet de réinsertion, qui ramasse la production de fruits et légumes restés dans les champs après la récolte. Ces produits vont aux banques alimentaires ainsi qu'aux organismes faisant du dépannage et de la distribution alimentaire.
- Cette pratique favorise :
 - ✓ la consommation de fruits et légumes frais;
 - ✓ la consommation locale;
 - ✓ limite le gaspillage.

PROGRAMME ALIMENTAIRE SCOLAIRE

- Selon la Banque mondiale, "les programmes d'alimentation scolaire constituent des filets de protection sociale ciblés destinés à améliorer à la fois l'éducation et la santé des enfants les plus vulnérables"²⁴.
- Le Canada est le seul pays du G7²⁵ sans programme national d'alimentation scolaire. Toutefois, plusieurs initiatives, projets et programmes issus des milieux sont présents au Québec :
 - ✓ berlingot de lait;
 - ✓ collation gratuite;
 - ✓ repas complet gratuit ou à très faible prix (.50¢);
 - ✓ Club des petits déjeuners...
- Ces programmes alimentaires sont reconnus pour atteindre plusieurs cibles :
 - ✓ permettent aux enfants d'adopter de saines habitudes alimentaires;

²⁴ Tiré du site de la Banque mondiale, <http://worldbank.org>.

²⁵ G7 : Groupe de discussion et de partenariat économique de sept pays parmi les plus grandes puissances économiques du monde : États-Unis, Japon, Allemagne, France, Royaume-Uni, Italie, Canada.

- ✓ favorisent la réussite éducative et la performance scolaire;
- ✓ comblent souvent le tiers des besoins alimentaires quotidiens des jeunes.

SERVICES DE TYPE ALTERNATIF

Développement des capacités d’agir individuelles et communautaires

CUISINE COLLECTIVE

- Une cuisine collective est :
"un petit groupe de personnes qui met en commun temps, argent et compétences pour confectionner, en quatre étapes (planification, achat, cuisson et évaluation) des plats sains, économiques et appétissants. Les participants choisissent ensemble des recettes, dressent la liste d’épicerie et font les achats. Ensuite, elles concoctent collectivement leurs mets..."²⁶.

ATELIER CULINAIRE

- Un atelier culinaire est semblable à une cuisine collective mais diffère du fait qu’un animateur prend en charge l’organisation de l’atelier. Ainsi, un atelier de cuisine est donc "un petit groupe de personnes qui met en commun temps et compétences pour confectionner, des plats sains, économiques et appétissants avec la présence d'un animateur. Le menu est dressé par l'animateur qui s'occupe aussi de faire la liste d'épicerie et les achats en ayant la préoccupation du maximum d'économies possible."²⁷

²⁶ Tiré su site internet du Regroupement des cuisines collectives du Québec (RCCQ), <http://www.rccq.org/fr/les-cuisines-collectives.html>, consulté en décembre 2013.

²⁷ Idem.

- Ces ateliers sont offerts à différentes clientèles et adaptés aux besoins afin de contrer une perte de savoir et l'érosion des compétences culinaires.
- Les principaux buts recherchés sont les suivants :
 - ✓ apporter des connaissances afin d'effectuer des achats sains et responsable;
 - ✓ savoir lire les étiquettes;
 - ✓ briser l'isolement;
 - ✓ acquérir des informations et des compétences dans l'utilisation des aliments.



PÔLE DE TRANSFORMATION ALIMENTAIRE

- Il s'agit d'endroits spécifiques dédiés à la gestion adéquate de volume important de fruits et légumes frais et/ou en fin de vie non distribués en provenance de producteurs ou des banques alimentaires.
- Un animateur prend charge de la transformation faite par une équipe de bénévoles. Les produits ainsi préparés sont redistribués aux organismes ou à la clientèle desservie. Ils peuvent aussi être utilisés dans la préparation de d'autres produits préparés dans les cuisines collectives ou dans les ateliers de cuisine (des tomates en purée dans de la sauce à spaghetti).

À noter

La cuisine collective, les ateliers de cuisine et les pôles de transformation sont des lieux privilégiés d'éducation populaire. Les valeurs suivantes y sont partagées :

- ✓ la solidarité;
- ✓ la démocratie;
- ✓ l'équité;
- ✓ la justice sociale;
- ✓ l'autonomie;
- ✓ le respect;
- ✓ la dignité;
- ✓ la prise en charge individuelle et collective.

De plus, les cuisines collectives, les ateliers de cuisine ainsi que les pôles de transformation s'inscrivent dans une démarche collective visant l'autonomie alimentaire.

AGRICULTURE URBAINE

- L'agriculture urbaine, comme son nom l'indique, fait référence à la production d'aliments en milieu urbain.
- Comme le mentionne le Réseau d'agriculture urbaine du Québec, "cette forme d'agriculture ne se limite pas aux potagers domestiques, mais son intérêt réside aussi dans l'exploitation et l'optimisation de tous les espaces vacants de la ville afin de les cultiver."²⁸
- On inclut aussi dans l'agriculture urbaine les projets du type : Les incroyables comestibles. Il s'agit de citoyens qui cultivent une parcelle de leur terrain et donne leurs fruits et légumes à qui veut bien les prendre, souvent avec un écriteau → "Nourriture à donner" ou encore "Servez-vous".
- Les bénéfices de l'agriculture urbaine sont nombreux :
 - ✓ verdir et embellir les espaces urbains;
 - ✓ diminuer les îlots de chaleur;
 - ✓ éviter le transport des aliments et donc réduire les GES²⁹;
 - ✓ améliorer la souveraineté et la sécurité alimentaire;
 - ✓ stimuler la vie communautaire et le sentiment d'appartenance.³⁰

JARDINS COLLECTIF ET COMMUNAUTAIRE

- Le jardinage collectif c'est : cultiver ensemble des fruits et des légumes de manière écologique.³¹

²⁸ Tiré du site internet du Réseau d'agriculture urbaine de Québec, <http://www.agricultureurbaine.net/>, consulté en juillet 2013.

²⁹ GES : Gaz à effets de serre.

³⁰ Tiré du site internet du Réseau d'agriculture urbaine de Québec, <http://www.agricultureurbaine.net/>, consulté en juillet 2013.

- Le jardin peut être cultivé par et pour tous ses jardiniers collectivement. L'entretien de la superficie totale est la responsabilité de tous et la récolte est partagée entre tous les membres.³²
- Les jardins collectifs favorisent :
 - ✓ l'autonomie alimentaire et la santé des communautés locales;
 - ✓ l'intégration et l'épanouissement des citoyens et des familles sur le plan social, économique et culturel;
 - ✓ la création de réseaux locaux de solidarité dans les quartiers;
 - ✓ l'appropriation d'espaces verts par les communautés;
 - ✓ la diffusion d'une agriculture respectueuse de l'environnement;
 - ✓ la transformation de sites délaissés en ressources productives.³³
- Un jardin communautaire se définit comme : les citoyens qui s'approprient des espaces et les entretiennent en collaboration avec la municipalité.³⁴
- Les jardins communautaires constituent de véritables îlots de verdure et d'interaction sociale :
 - ✓ Il est divisé en parcelles individuelles appelées jardinets, parcelle pour laquelle chaque jardinier est responsable de l'entretien et bénéficiaire exclusif de la récolte. L'entretien des espaces communs est la responsabilité conjointe de tous les membres.
- Les concepts de jardins collectif et communautaire peuvent s'inscrire dans une plus large vision, soit celle de l'agriculture urbaine.

³¹ Tiré du site internet du Regroupement des jardins collectifs du Québec, <http://www.rjqc.ca>, consulté en décembre 2013.

³² Idem.

³³ Idem.

³⁴ Ville de Gatineau (2007). Cadre de référence pour l'aménagement et le soutien des jardins communautaires de la Ville de Gatineau, p. 9.

GROUPE DE CUEILLETTE (GLANEURS)

- Bien implanté en France, cette pratique commence à se développer au Québec. Il s'agit d'un groupe de personnes qui, après entente avec un producteur, vont ramasser les fruits et légumes restés sur le champ après la récolte et ce, gratuitement.
- Participer à un groupe de cueillette permet de:
 - ✓ lutter contre le gaspillage;
 - ✓ optimiser les récoltes;
 - ✓ réaliser des économies;
 - ✓ se préoccuper de notre environnement;
 - ✓ supporter un producteur local;
 - ✓ consommer des fruits et légumes frais;
- Les valeurs qui animent ces groupes:
 - ✓ la solidarité;
 - ✓ l'entraide;
 - ✓ le partage;
 - ✓ le respect;
 - ✓ la prise en charge individuelle et collective.
- Les groupes de cueillettes favorisent:
 - ✓ l'autonomie alimentaire;
 - ✓ la santé des communautés locales;
 - ✓ l'intégration et l'épanouissement des citoyens et des familles sur le plan social, économique et culturel;
 - ✓ la création de réseaux locaux de solidarité.

AGRICULTURE SOUTENUE PAR LA COMMUNAUTÉ (ASC)

- L'agriculture soutenue par la communauté est une formule par laquelle les citoyens deviennent partenaires d'une ferme biologique locale dans un esprit de partenariat entre le producteur et le consommateur.
- Le consommateur s'engage en début de saison en payant une part de la récolte. Ceci permet au producteur de planifier sa récolte. Il s'engage à livrer des paniers de fruits et de légumes variés selon la

fréquence établie à un point de livraison prédéterminé près des consommateurs.

- L'agriculture soutenue par la communauté favorise :
 - ✓ l'engagement;
 - ✓ la confiance;
 - ✓ l'échange;
 - ✓ l'entraide;
 - ✓ l'action collective;
 - ✓ l'achat local;
 - ✓ les préoccupations environnementales.

GROUPE D'ACHATS

- Un groupe d'achats réunit au minimum une dizaine de membres pour effectuer des achats réguliers supervisés par un coordonnateur ou une coordonnatrice (personnel d'un organisme à but non lucratif ou bénévole). Cette personne négocie des ententes avec des producteurs, des commerçants ou des fournisseurs. Les membres doivent être disposés à mettre en commun leurs ressources et leurs capacités pour améliorer leur qualité de vie. Les ressources mises en commun sont le temps, l'argent, le pouvoir d'achat et les connaissances de chacun.³⁵
- Les objectifs propres aux groupes d'achats sont :
 - ✓ de favoriser une alimentation saine et équilibrée;
 - ✓ permettre aux membres d'accéder à une variété de produits locaux à un prix abordable;
 - ✓ unir les membres afin d'avoir un plus grand pouvoir d'achat;
 - ✓ créer des partenariats entre les acheteurs et les producteurs locaux;
 - ✓ échanger, briser l'isolement, s'entraider et s'amuser; partager et développer ses compétences.³⁶

³⁵ Pelland-Legendre, Marie-Christine (2011). Portrait de la situation en sécurité alimentaire sur le territoire des Patriotes, Table de sécurité alimentaire du territoire des Patriotes. p. 62.

³⁶ Idem.



REGROUPEMENT D'ACHATS COLLECTIFS DES ORGANISMES COMMUNAUTAIRES

- Les organismes desservis par les banques alimentaires dépensent plusieurs milliers de dollars par année pour l'achat de denrée afin de compléter leur approvisionnement. Leur regroupement sous forme de structure coopérative pour l'achat de denrées permet d'appuyer et renforcer la cohésion de leur travail auprès de la population.



ÉPICERIE SOLIDAIRE/ÉPICERIE COMMUNAUTAIRE

- Les deux vocables sont utilisés pour désigner une même réalité : "une épicerie sans but lucratif permettant à ses membres de se procurer des denrées qui répondent à leurs goûts et leurs besoins en échange d'une contribution monétaire..."³⁷. Il s'agit donc de donner accès à des denrées à faible coût dans un espace aménagé en libre-service, soit comme une épicerie traditionnelle.
- Selon la formule utilisée, les articles proposés sont de 20 à 50% moins chers que le prix régulier ou, la contribution du client est établie selon son revenu.



ÉPICERIE MOBILE/MARCHÉ PUBLIC AMBULANT

- Il s'agit d'épicerie solidaire/communautaire qui se déplace dans le but d'apporter des denrées alimentaires, souvent des fruits et des légumes frais, dans les villages ou les quartiers faisant face à un problème de désert et/ou de marais alimentaire.
- Souvent mis en place et soutenus par les organismes œuvrant déjà en sécurité alimentaire, ces autobus, camions, triporteurs convertis donnent accès à de bons produits non seulement économiquement mais aussi physiquement.

³⁷ Comité d'action en sécurité alimentaire de Laval (2014). Répertoire des ressources en sécurité alimentaire, p. 3.

- Ils établissent souvent leur point de chute près des résidences de personnes âgées, des personnes aux prises avec des problèmes de mobilité, des parcs ou même directement dans les HLM³⁸.

MAGASIN-PARTAGE

- Un magasin-partage ressemble en tout point à une épicerie solidaire mais est ouvert seulement temporairement pour une période précise, par exemple à Noël ou pour la rentrée scolaire.
- Les clients sont sélectionnés selon certains critères et doivent s'inscrire. Ils ne paient qu'environ 10% de la facture totale.

MARCHÉ ÉCONOMIQUE

- Plusieurs types de marché économique émergent lentement au Québec.
- D'abord, les producteurs de certains produits ouvrent eux-mêmes les portes de boutique dans lesquelles on peut se procurer leur produit à très bas prix : boulangeries, fromageries, petits gâteaux, etc.
- Inspiré principalement de la France, il s'agit de marché communautaire qui, après entente avec un commerçant traditionnel, récupère les invendus à très bas prix. Il les revend alors souvent à moins de 50% du prix.
- En France, certains commerçants, à l'intérieur même de leur magasin, organise un rayon à part de denrées devant être liquidées rapidement souvent à moins de 70% du prix régulier. D'autres commerces développent des zones "zéro-gâchis" afin de combattre le gaspillage alimentaire et d'offrir les invendus.

À noter

- Les pratiques d'épicerie solidaire/communautaire, de magasin-partage, d'épicerie ambulante et de marché économique sous-tendent les valeurs suivantes :

³⁸ HLM : Habitation à loyer modéré.

- ✓ le respect;
- ✓ la dignité;
- ✓ l'autonomie;
- ✓ l'estime de soi;
- ✓ la liberté de choix;
- ✓ la prise en charge individuelle.

COOPÉRATIVE ALIMENTAIRE

- Une coopérative est une entreprise qui appartient conjointement à ses membres.
- Elles visent à donner accès aux consommateurs à des produits à moindre coût. Ainsi, les achats collectifs en grande quantité permettent de réduire le prix des denrées. Les coopératives sont souvent accessibles à tous mais les faibles prix sont appliqués sur les achats des membres uniquement.

RESTAURANT ÉCONOMIQUE

- Restaurant offrant des repas complets et équilibrés à faible prix. Peu développé au Québec (Resto Pop de Ste-Thérèse, Chic resto pop de Montréal, Les restos du cœur en France).
- Il s'agit aussi d'un lieu de rencontre favorisant l'entraide et la solidarité sociale.

COUPONING

- Le couponing ou couponnage, c'est utiliser un coupon-rabais sur un produit qui est en spécial pour obtenir le prix le moins cher et si possible, gratuit!
- Des groupes se forment afin d'échanger des coupons-rabais pour maximiser les économies de chacun des participants.
- La formation des groupes de couponnage permet :
 - ✓ de briser l'isolement;
 - ✓ de réaliser des économies;

- ✓ permet aux membres d'accéder à des produits à des prix abordables;
 - ✓ échanger;
 - ✓ s'entraider.
- Les groupes de couponnage sont basés sur la confiance, le respect, le partage et la solidarité.

Cadre d'intervention

Le comité de travail, par le biais du projet **TOUS À TABLE**, se veut un groupe pilier dans l'évolution des pratiques en sécurité alimentaire. Les constats et les préoccupations que soulève la situation économique actuelle nous poussent aux changements afin d'offrir plus d'alternatives dans l'aide apportée aux familles dans le besoin ou à risque de le devenir.

Le succès d'une intervention en sécurité alimentaire repose sur le réseautage et la concertation des principaux acteurs et, par extension, à leurs partenaires. Le réseautage est capital pour la circulation fluide de l'information tandis que la concertation est nécessaire pour assurer l'identification du potentiel et des forces des personnes en situation de vulnérabilité. Ainsi, le passage, si possible, d'une situation d'urgence vers une autonomie alimentaire sera encouragé, soutenu et finalement consolidé.

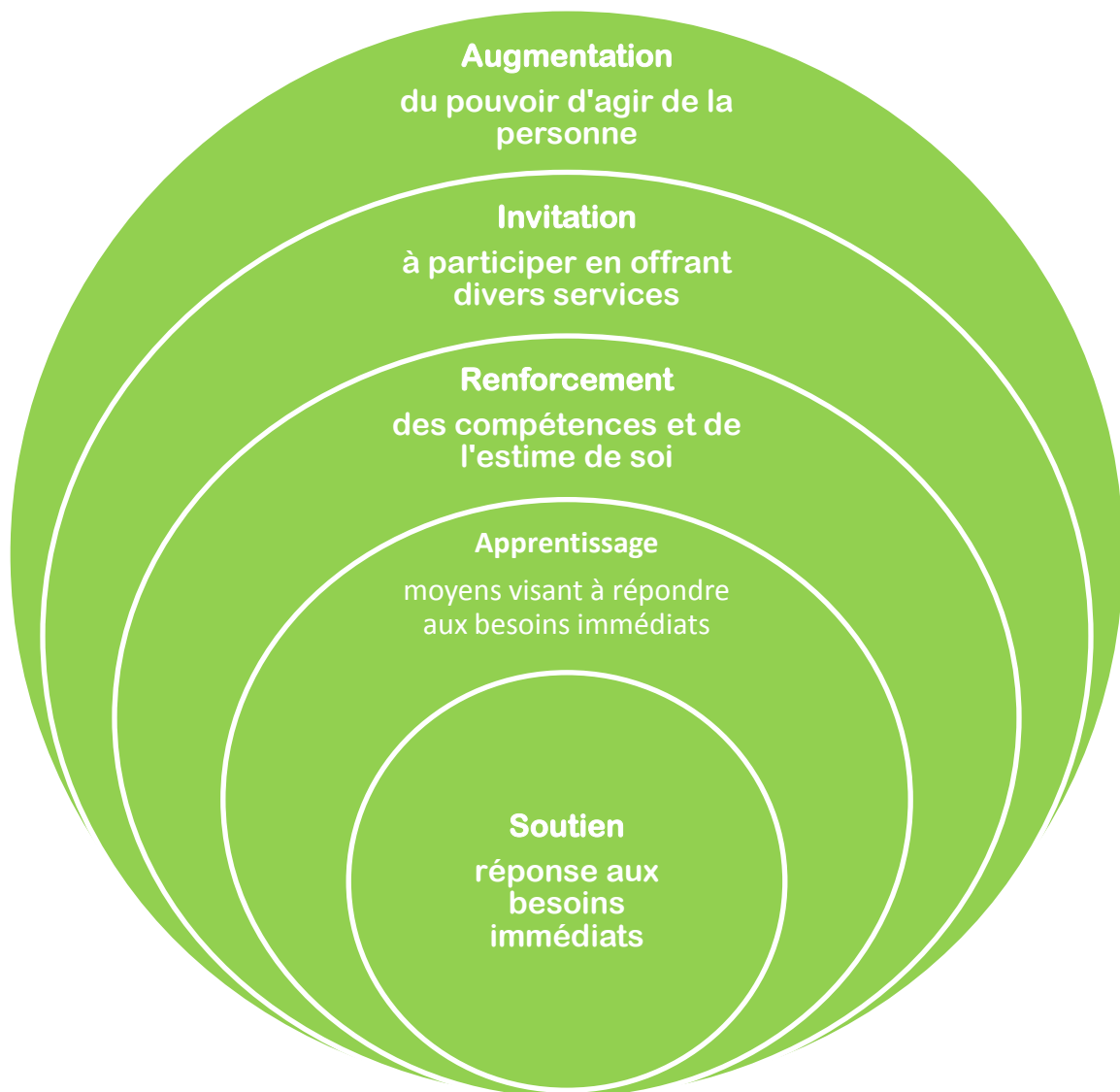
Il est important de réaffirmer notre croyance dans l'importance et dans la complémentarité de toutes les interventions et de leurs implications pour la sécurité alimentaire à court et à long terme.

Ainsi, il apparaît donc évident que le dépannage et la distribution de denrées sont les portes d'entrée sur des changements plus en profondeur permettant d'atteindre l'autonomie. Après une situation alimentaire d'urgence, il faut s'assurer d'un suivi adéquat pour que la personne en arrive à ne plus souffrir de la faim. On doit d'abord subvenir aux besoins de base avant de considérer l'implication dans un processus d'insertion ou de réappropriation de son pouvoir d'agir et les mécanismes nécessaires à son aboutissement.

Les objectifs des pratiques alternatives dépassent largement la seule dimension alimentaire. Elles nécessitent l'éducation, l'apprentissage, l'intérêt d'apprendre d'une part et d'autre part, le désir de s'impliquer davantage, de transmettre des savoirs et de croire dans un processus de changement par la réappropriation du pouvoir d'agir. Toutefois, comme le mentionne le Groupe de travail provincial sur la problématique du poids, "certains groupes dans la population ne seront pas en mesure d'y

adhérer pour diverses raisons comme [...] le bas niveau d'éducation ou encore certaines conditions médicales ou de vie"³⁹.

Il faut donc, par le biais de l'ensemble de nos actions concertées donner le poisson, offrir la canne à pêche, enseigner à pêcher, encourager le pêcheur et la pratique de la pêche. La Table de concertation sur la faim et le développement social de l'Outaouais a bien identifié l'ensemble du processus⁴⁰ :



³⁹ Association pour la santé publique du Québec (2005). Les problèmes reliés au poids au Québec : un appel à l'action. p. 53

⁴⁰ Table de concertation sur la faim et le développement social de l'Outaouais (2008). Cadre d'intervention en sécurité alimentaire en Outaouais, p. 14.

Cependant, il est évident qu'un organisme opérant dans un cadre restreint avec peu de ressources peut difficilement agir sur l'ensemble des facteurs ayant des incidences sur la sécurité alimentaire. Il est donc essentiel pour les organismes membres du comité de mettre en place des conditions gagnantes pour l'ensemble de leur équipe incluant travailleurs et bénévoles. Un processus d'encadrement et de cheminement des équipes œuvrant auprès de personnes vulnérables devra s'effectuer par le biais des quatre étapes suivantes :

- **Sensibilisation :**
 - Reconnaissance du problème.
 - Compréhension des causes.
- **Mobilisation :**
 - Rencontrer les intervenants et les bénévoles.
 - Établir des consensus sur les solutions qui correspondent à leur réalité.
- **Sélection des actions :**
 - Évaluer le but visé.
 - Évaluer la faisabilité : coût, disponibilité des compétences, disponibilité des locaux, intérêt, ressources matérielles, partenariat, etc.
- **Engagement :**
 - S'assurer de l'adhésion de toute l'équipe.
 - Établir un processus de reconnaissance afin de nourrir l'engagement.

C'est donc en travaillant en concertation et en développant une vision commune par le biais de nos actions diversifiées et complémentaires que nous irons tous dans la même direction et pourrons lutter efficacement contre l'insécurité alimentaire. Nous ferons en sorte

Que chaque citoyen de Mirabel mange correctement, suffisamment tout en respectant son budget.

Bibliographie

Agence de la santé et des services sociaux de la Capitale Nationale, Portrait du réseau d'aide alimentaire de la région de la Capitale nationale 2009-2010, 2013, 106p.

Association pour la santé publique du Québec (2005). Les problèmes reliés au poids au Québec : un appel à l'action. p. 53

Banque mondiale, <http://worldbank.org>, consulté en juillet 2014.

Centraide du grand Montréal, <http://www.centraide-mtl.org/fr/enjeux/la-securite-alimentaire/>, consulté en mai 2014.

Comité d'action en sécurité alimentaire de Laval, Répertoire des ressources en sécurité alimentaire, 2014, 16p.

Comité de la sécurité alimentaire mondiale, S'entendre sur la terminologie, 2012, 17p.

Davis B, Tarasuk V. Hunger in Canada. "Agriculture and human values", 1994, p. 50-57.

Enriquez, Dario. Les déserts alimentaires : enquête sur trois arrondissements montréalais, 9^{ème} Colloque de la relève VRM, 2011, 8p.

Institut national de santé publique du Québec, www.inspq.qc.ca/environnement-bat/indice-environnement-alimentaire, consulté en juillet 2014.

Leduc-Gauvin, J., et al. Agir ensemble pour contrer l'insécurité alimentaire, Montréal, Ordre des professionnels des diététistes du Québec, 2006, 40p.

Gouvernement du Québec, www.saineshabitudesdevie.gouv.qc.ca, consulté en mai 2014.

Ministère Santé et Services Sociaux, Cadre de référence en sécurité alimentaire, 2008, 39p.

Pelland-Legendre, Marie-Christine. Portrait de la situation en sécurité alimentaire sur le territoire des Patriotes, Table de sécurité alimentaire du territoire des Patriotes. 2011. 74p.

Racine, Sonia. Problèmes sociaux. L'insécurité et la sécurité alimentaire, une analyse critique, Presse de l'Université du Québec, 2010, p. 19-48.



Regroupement des jardins collectifs du Québec, <http://www.rjcq.ca>, consulté en décembre 2013.

Regroupement des cuisines collectives du Québec, <http://www.rccq.org/fr/les-cuisines-collectives.html>, consulté en décembre 2013.

Réseau d'agriculture urbaine de Québec, <http://www.agricultureurbaine.net/>, consulté en juillet 2013

Réseau pour une aide alimentaire durable, <http://foodsecurecanada.org/fr/>, consulté en décembre 2013.

Rouffignat, j. et coll., De la sécurité alimentaire au développement social, les effets des pratiques alternatives au Québec, Québec, université Laval, 181p.

Santé Canada, <http://www.hc-sc.gc.ca/fn-an/surveill/nutrition/commun/insecurit/index-fra.php>, consulté en juillet 2014.

Santé Canada, Mesure de l'environnement alimentaire au Canada, 2013, 98p.

Sécurité alimentaire Canada <http://foodsecurecanada.org/fr/> , consulté en décembre 2013.

Table de concertation sur la faim et le développement social de l'Outaouais, Cadre d'intervention en sécurité alimentaire en Outaouais, 2008, 36p.

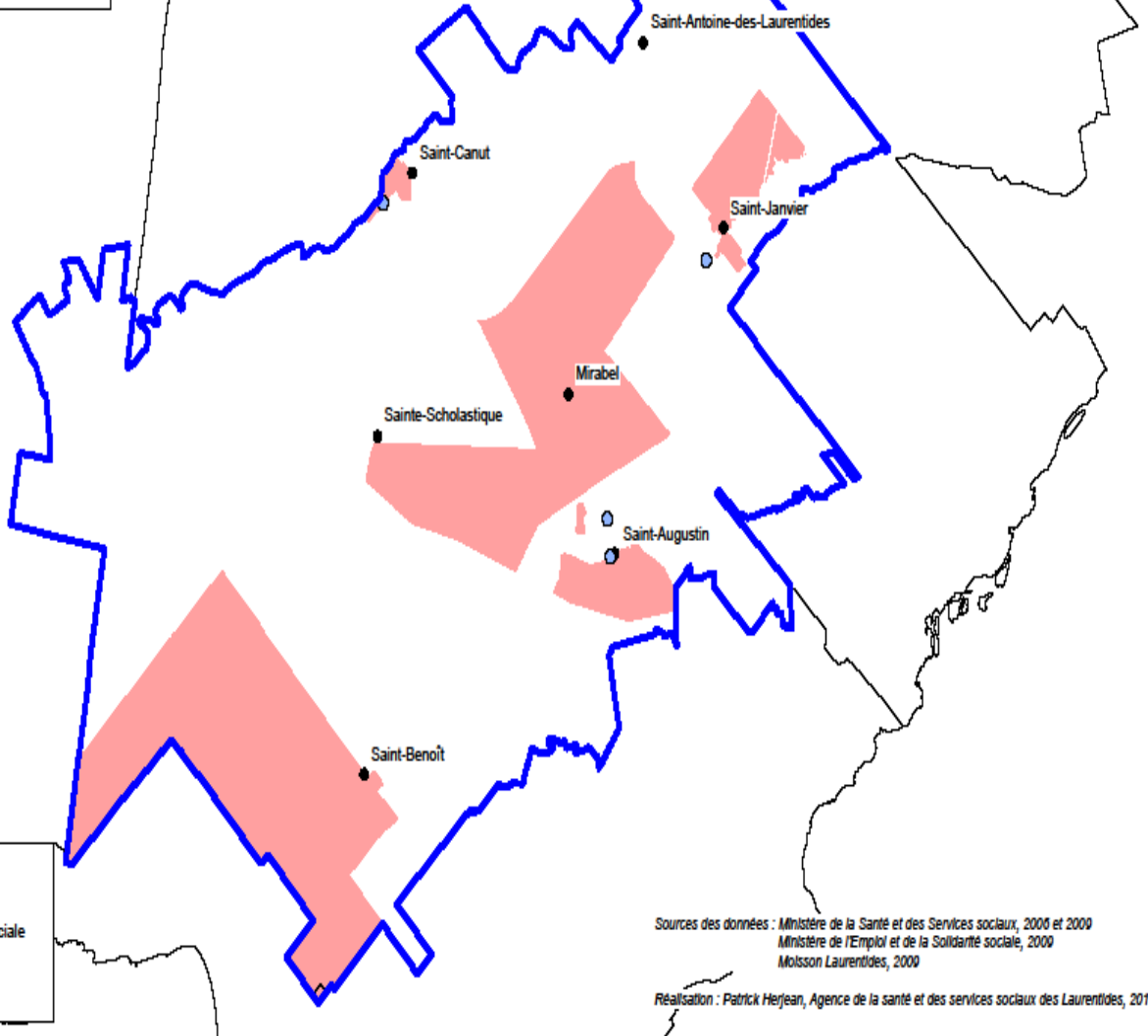
Union des producteurs agricoles, http://www.upa.qc.ca/fr/agriculture_et_société/Souveraineté_alimentaire.html, consulté en décembre 2013.

Veille action pour les saines habitudes de vie, <http://veilleaction.org/les-fiches-pratiques/saine-alimentation/lutter-contre-l'insecurite-alimentaire-chez-les-enfants-et-leur-famille/>, consulté en juillet 2014.

Ville de Gatineau. Cadre de référence pour l'aménagement des jardins communautaires, 2007, 56p.

ANNEXE

Aide alimentaire MRC Mirabel



Sylvie Taillefer **Consultante**
Recherche et rédaction

Équipe de correction :

Mylène Du Bois, **Coordonnatrice**
Conseil régional de développement social
des Laurentides

Anick Lorrain, **Directrice**
Maison de la famille de Mirabel

Anne-Marie-Monette, **Adjointe à la direction**
Maison de la famille de Mirabel

Revision **Comité de travail sur la sécurité alimentaire**
de la Table de concertation communautaire
mirabelloise

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