



centres communautaires d'alimentation  
du CANADA la bonne nourriture n'est qu'un début



# AU-DELÀ DE LA FAIM

---

LES VÉRITABLES  
RÉPERCUSSIONS  
DE L'INSÉCURITÉ  
ALIMENTAIRE

---

**Chaque jour au Canada,  
soit l'un des plus riches pays au monde,  
un ménage sur huit a de la  
difficulté à se procurer de la bonne nourriture.**

**#audeladelafaim**

---



# TABLE DES MATIÈRES

---

1.0 Introduction	<b>04</b>
2.0 Portrait de l'insécurité alimentaire au Canada	<b>10</b>
3.0 Témoignages et répercussions	<b>16</b>
4.0 Pourquoi en est-il ainsi?	<b>32</b>
5.0 Solutions	<b>44</b>
6.0 Appendices	<b>54</b>

# 1.1

## AVANT-PROPOS

---

**Avant la COVID-19, près de quatre millions et demi de Canadien-ne-s peinaient déjà à se procurer de la bonne nourriture, que ce soit pour elles-mêmes ou leur famille. Or, au cours des deux premiers mois de la pandémie, ce nombre a augmenté de 39 %, englobant ainsi le septième de la population canadienne.**

À Centres communautaires d'alimentation du Canada (CCAC), nous savons que trop de Canadien-ne-s ne jouissent pas d'un accès suffisant à la nourriture — et que la pandémie a bien mis en lumière le fait que cet urgent problème constitue véritablement une crise. CCAC œuvre dans plus de 175 communautés où les gens souffrent d'insécurité alimentaire — ce qui veut dire qu'ils ne sont pas en mesure d'accéder à une source adéquate ou sûre de nourriture. Nous sommes conséquemment les témoins directs des effets pernicieux du manque de nourriture et de l'inquiétude qui en découle.

Nous savons également que l'insécurité alimentaire ne se limite pas simplement à manquer de nourriture. Les répercussions qui découlent de cette situation sont nombreuses et profondes : elles affectent la santé physique et mentale, les liens sociaux, la communauté, l'employabilité, les aspirations individuelles, la vie familiale, et bien plus encore. Dans le présent rapport, nous levons le voile sur l'insécurité alimentaire afin de révéler la manière dont ce

problème affecte la vie des gens, en plus de décrire les stratégies que nous déployons pour y remédier.

Alors que nous apportons un important soutien aux communautés au sein desquelles nous travaillons, seuls des changements politiques seront en mesure de s'attaquer aux causes systémiques qui se trouvent au cœur du problème. Cela est dû au fait que l'insécurité alimentaire constitue un problème complexe qui puise ses origines dans l'effritement de notre filet de protection sociale, la hausse du coût de la vie, de même qu'un marché du travail caractérisé par un nombre infini d'emplois précaires sous-payés et un manque cruel d'emplois valorisants offrant un salaire décent. Les gens ne souffrent pas d'insécurité alimentaire parce qu'ils ne sont pas capables de gérer un budget ou qu'ils ne veulent pas travailler, mais bien parce qu'ils n'ont pas un revenu suffisant pour se procurer de la nourriture une fois qu'ils ont comblé leurs autres besoins primaires. Il est donc impératif que les gouvernements assument leurs responsabilités et s'attaquent efficacement à ce grave problème.

Pour produire le présent rapport, nous avons interrogé des centaines de Canadien-ne-s aux prises avec l'insécurité alimentaire. Nous avons recueilli les témoignages de personnes de tout âge et de tout genre provenant des quatre coins du pays et de divers horizons. Elles nous ont parlé du stress, de l'anxiété, du désespoir et des

problèmes de santé qu'elles vivent en raison de leurs difficultés à se procurer suffisamment de nourriture. Nous présentons ces témoignages ainsi que certaines données pertinentes afin de déclencher un changement transformateur qui, malheureusement, ne survient pas assez tôt dans la vie d'un trop grand nombre de personnes.

Alors que nous continuons de lutter contre les effets de la COVID-19 — et que nous parviendrons à nous sortir de cette pandémie —, nous devons nous poser la question suivante : acceptons-nous de vivre dans une société qui laisse pour compte autant de personnes? Et, si nous refusons cet état de choses, comment pouvons-nous investir dans un avenir plus équitable?

**Nick Saul**  
Président et  
directeur général




**Dr Kwame McKenzie**  
Membre du conseil  
d'administration  
Président et directeur général  
du Wellesley Institute




## 1.2

# À PROPOS DE CENTRES COMMUNAUTAIRES D'ALIMENTATION DU CANADA

**Centres communautaires d'alimentation du Canada (CCAC) met sur pied des centres communautaires d'alimentation et des programmes alimentaires dynamiques et à l'écoute des besoins des gens pour les aider à bien manger, à tisser des liens avec leur entourage, de même qu'à contribuer à faire du Canada un endroit plus juste et plus inclusif en défendant des causes sociales et en se soutenant mutuellement. En collaboration avec nos partenaires, nous œuvrons à l'éradication de la pauvreté et de l'insécurité alimentaire, de même qu'à l'amélioration de la santé et du bien-être des Canadien-ne-s à faible revenu.**

En date de l'automne 2020, CCAC soutient 13 centres communautaires d'alimentation à travers le pays : Kamloops et Nelson, en Colombie-Britannique; Calgary, en Alberta; Turnor Lake, en Saskatchewan; Winnipeg, au Manitoba; Toronto, Hamilton, Perth et Stratford, en Ontario; Montréal, au Québec; Dartmouth, en Nouvelle-Écosse; la Première Nation d'Eel Ground, au Nouveau-Brunswick; et Iqaluit, au Nunavut. De plus, cinq partenariats supplémentaires sont en voie d'être mis sur pied.

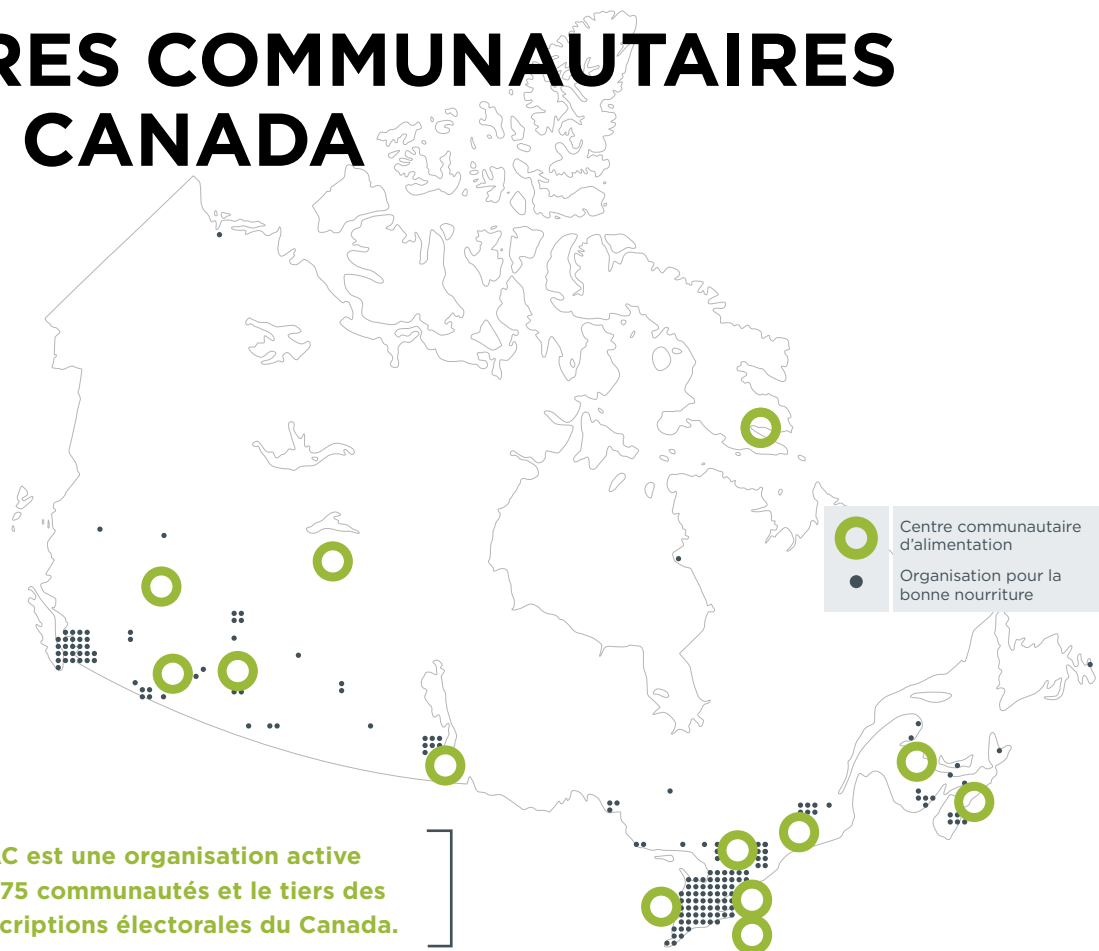
Par l'entremise de son initiative Organisations pour la bonne nourriture, CCAC offre également son soutien au secteur de l'alimentation

**CCAC est une organisation active dans 175 communautés et le tiers des circonscriptions électorales du Canada.**

communautaire au Canada et à l'étranger. Nous travaillons actuellement avec 201 organisations en offrant des conférences, des formations, des subventions et d'autres ressources.

À CCAC, nous donnons vie à ce mouvement de personnes et d'organisations engagées parce que nous croyons que la nourriture a le pouvoir de changer la vie des gens. La nourriture permet

de rassembler les gens, de cultiver la santé et de renforcer la communauté. Nous travaillons également avec les gens dans les centres communautaires d'alimentation à travers le pays afin de promouvoir des politiques susceptibles d'améliorer leur vie et celles des personnes qui les entourent. Ensemble, nous pouvons bâtir une nation où tout le monde jouit d'un accès digne et équitable à la bonne nourriture.



# 1.3

## RÉSUMÉ

---

### L'INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE

Avant la COVID-19, l'insécurité alimentaire — qui est définie comme un accès inadéquat ou précaire à la nourriture en raison de contraintes financières — affectait déjà près de quatre millions et demi de Canadien-ne-s, la plupart de ceux-ci comptant parmi les personnes les plus vulnérables de notre société. Or, au cours des deux premiers mois de la pandémie, ce nombre a augmenté de 39 %, faisant en sorte qu'une personne sur sept au pays est affectée par ce problème.

Les enfants, les Autochtones, les personnes racisées et celles nouvellement arrivées au pays, les chefs de famille monoparentale, et les membres des communautés nordiques sont frappés de manière disproportionnée par l'insécurité alimentaire. Or, ce problème a des répercussions sur la santé physique et mentale, et peut causer de nombreux autres problèmes tels que l'isolement social.

Bien qu'il existe de plus en plus de données sur l'insécurité alimentaire au Canada, le présent rapport vise à broser un portrait plus complet du problème en décrivant la manière dont il affecte la vie des gens et les stratégies qu'ils utilisent pour composer avec celui-ci.

CCAC met sur pied des centres communautaires d'alimentation et des programmes alimentaires dynamiques et à l'écoute des besoins des gens pour les aider à bien manger, à tisser des liens avec leur entourage, de même qu'à contribuer à faire du Canada un endroit plus juste et plus inclusif en défendant des causes sociales et en se soutenant mutuellement. En collaboration avec nos partenaires, nous œuvrons à l'éradication de la pauvreté et de l'insécurité alimentaire, de même qu'à l'amélioration de la santé et du bien-être des Canadien-ne-s à faible revenu.

Afin de préparer le présent rapport, nous avons interrogé 561 personnes souffrant d'insécurité alimentaire qui participent aux programmes de l'un des centres communautaires d'alimentation ou de l'une des Organisations pour la bonne nourriture à travers le Canada. Nous avons ainsi cherché à comprendre comment ce problème affecte leur vie, et de quelle manière elles composent avec ce dernier. Leurs témoignages et leurs récits, que nous avons inclus dans le présent rapport, permettent de broser un portrait plus complet de la réalité que vivent les personnes qui ont un accès insuffisant à la nourriture.

## LES RÉPERCUSSIONS

Les répercussions de la faim décrites par les répondant-e-s au questionnaire vont bien au-delà de ce que nous pensons couramment; en fait, celles-ci affectent tous les aspects de la vie des gens. Par exemple :

- 81 %** des répondant-e-s au questionnaire ont indiqué que l'insécurité alimentaire avait une incidence négative sur leur santé physique;
- 79 %** d'entre eux ont indiqué qu'elle avait une incidence négative sur leur santé mentale;
- 64 %** ont indiqué qu'elle avait affecté leurs relations avec les personnes qui leur sont chères;
- 59 %** ont indiqué qu'elle avait une incidence négative sur leurs enfants;
- 58 %** ont indiqué qu'elle avait contribué à les isoler socialement;
- 57 %** ont indiqué qu'elle les avait empêchés de trouver ou de garder un emploi;
- 53 %** ont indiqué qu'elle avait nui à leur capacité de trouver un sens et un but à leur vie;
- 46 %** ont indiqué qu'elle avait nui à leur capacité d'exprimer leur culture et de la partager avec leur entourage.

## POURQUOI EN EST-IL AINSI?

Comment expliquer le fait que tant de Canadien-ne-s ne parviennent pas à joindre les deux bouts? La réponse demeure complexe, mais se trouve en définitive liée à une économie qui engendre une trop grande vulnérabilité, de même qu'à un soutien gouvernemental souvent insuffisant, notamment lorsqu'il est le plus nécessaire. De plus en plus de Canadien-ne-s dépendent d'un marché du travail de plus en plus précaire, d'emplois mal rémunérés, et d'un programme d'assurance-emploi restrictif et inadéquat lorsqu'ils sont mis à pied. Les personnes à la recherche d'un emploi ou qui ne peuvent pas travailler parviennent difficilement à garder la tête hors de l'eau en raison des prestations d'aide sociale familiales qu'elles reçoivent. Les coûts du logement, des services de garde à l'enfance, des médicaments d'ordonnance et de la nourriture sont en forte hausse. De plus en plus de personnes vivent seules et doivent assumer ces coûts à l'aide d'un unique revenu. Le racisme et les effets durables du colonialisme font en sorte que les Autochtones et les personnes racisées doivent composer avec de profondes inégalités sociales. Enfin, les Canadien-ne-s qui vivent dans des communautés nordiques paient un montant deux fois plus élevé que leurs concitoyen-ne-s au sud du pays pour se procurer une même quantité de nourriture à l'épicerie.

Les gens souffrent d'insécurité alimentaire parce qu'ils n'ont pas suffisamment d'argent pour s'acheter de la nourriture. Dans ces conditions, il est nécessaire que les gouvernements mettent en place des politiques, des lois et des programmes qui permettront de faire augmenter le revenu des Canadien-ne-s les plus pauvres afin qu'ils puissent se procurer la nourriture dont ils ont besoin.

## RECOMMANDATIONS POLITIQUES

Le présent rapport fait un certain nombre de recommandations politiques susceptibles de réduire la pauvreté et l'insécurité alimentaire. Ces recommandations sont réparties selon quatre grands thèmes :

### ÉTABLIR DES CIBLES ET AMÉLIORER LE SUIVI

L'établissement de cibles de réduction de l'insécurité alimentaire permettra d'accorder une plus grande priorité à cet enjeu. Procéder annuellement au suivi des progrès réalisés et faire en sorte d'avoir en main des données adéquates ventilées en fonction des différents groupes ethniques oblige le gouvernement à rendre des comptes, en plus de l'aider à élaborer des politiques efficaces.

### REVENU

Des millions de Canadien-ne-s vivent sous le seuil de pauvreté. Le gouvernement fédéral peut renforcer les mesures de soutien au revenu afin d'assurer que les gens puissent garnir leur table de bonne nourriture.

### PROGRAMMES SOCIAUX

Le coût de la vie augmente, et trop de Canadien-ne-s ont de la difficulté à combler leurs besoins de base. Des programmes sociaux tels que des services de garde subventionnés, des logements abordables et une assurance-médicaments peuvent aider les gens à joindre les deux bouts.

### RETOMBÉES ÉQUITABLES

Les taux d'insécurité alimentaire sont beaucoup plus élevés chez les Canadien-ne-s racisées et autochtones. Conséquemment, les politiques et les programmes doivent faire en sorte que la lutte contre l'insécurité alimentaire est menée de manière à ce que les retombées positives se répartissent équitablement au sein de la population.

## IL EST POSSIBLE DE CHANGER LES CHOSES.

**Nous comprenons le problème, et savons de quelle manière nous pouvons le résoudre.  
Nous avons maintenant besoin de volonté politique et sociale afin que ces solutions se concrétisent.**



# 1.4 RÉPONDANT-E-S AU QUESTIONNAIRE

**Centres communautaires d'alimentation du Canada a interrogé 561 personnes souffrant d'insécurité alimentaire dans dix centres communautaires d'alimentation et douze Organisations pour la bonne nourriture à travers tout le pays.** Pour ce faire, nous avons eu recours à un processus participatif. Notre approche a été guidée par des groupes de discussion menés dans deux centres communautaires d'alimentation auprès de membres de communautés vivant l'insécurité alimentaire (pour plus de détails, veuillez consulter la section « Méthodologie » à la page 55).

Nous avons rédigé le présent rapport dans le but de montrer de quelle manière les membres de ces communautés vivent, à l'instar de près de quatre millions et demi de Canadien-ne-s, l'insécurité alimentaire.

## DONNÉES DÉMOGRAPHIQUES

Personnes à faible revenu

80 %

Au chômage et ne cherchent pas d'emploi

35 %

Au chômage et en recherche d'emploi

23 %

Retraité-e

19 %

Travaillaient à temps partiel

12 %

Travaillaient à temps plein

7 %

Étudiant-e-s

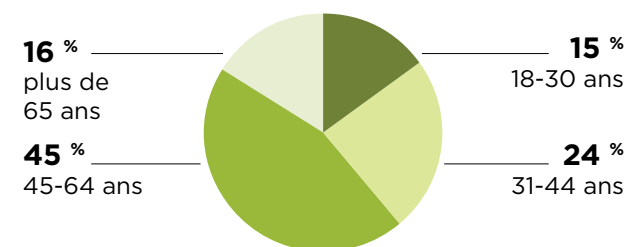
4 %

**GENRE** 32 % Sexe masculin

66 % Sexe féminin

Un autre genre 2 %

**L'âge moyen des répondant-e-s était de 48 ans (nous n'avons pas interrogé de personnes de moins de 18 ans).**

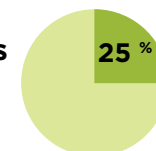


**25 % des répondant-e-s étaient des immigrant-e-s.**

Les cinq pays d'origine les plus représentés étaient le Bangladesh, l'Irak, les États-Unis, le Pakistan et le Royaume-Uni.



**25 % des répondant-e-s s'identifiaient aux Autochtones.**



A black and white photograph of a man in profile, pushing a shopping cart through a grocery store aisle. The shelves are mostly empty, with only a few items visible on the left side. The man is wearing a dark t-shirt and pants. The overall mood is somber and highlights the issue of food insecurity.

2

---

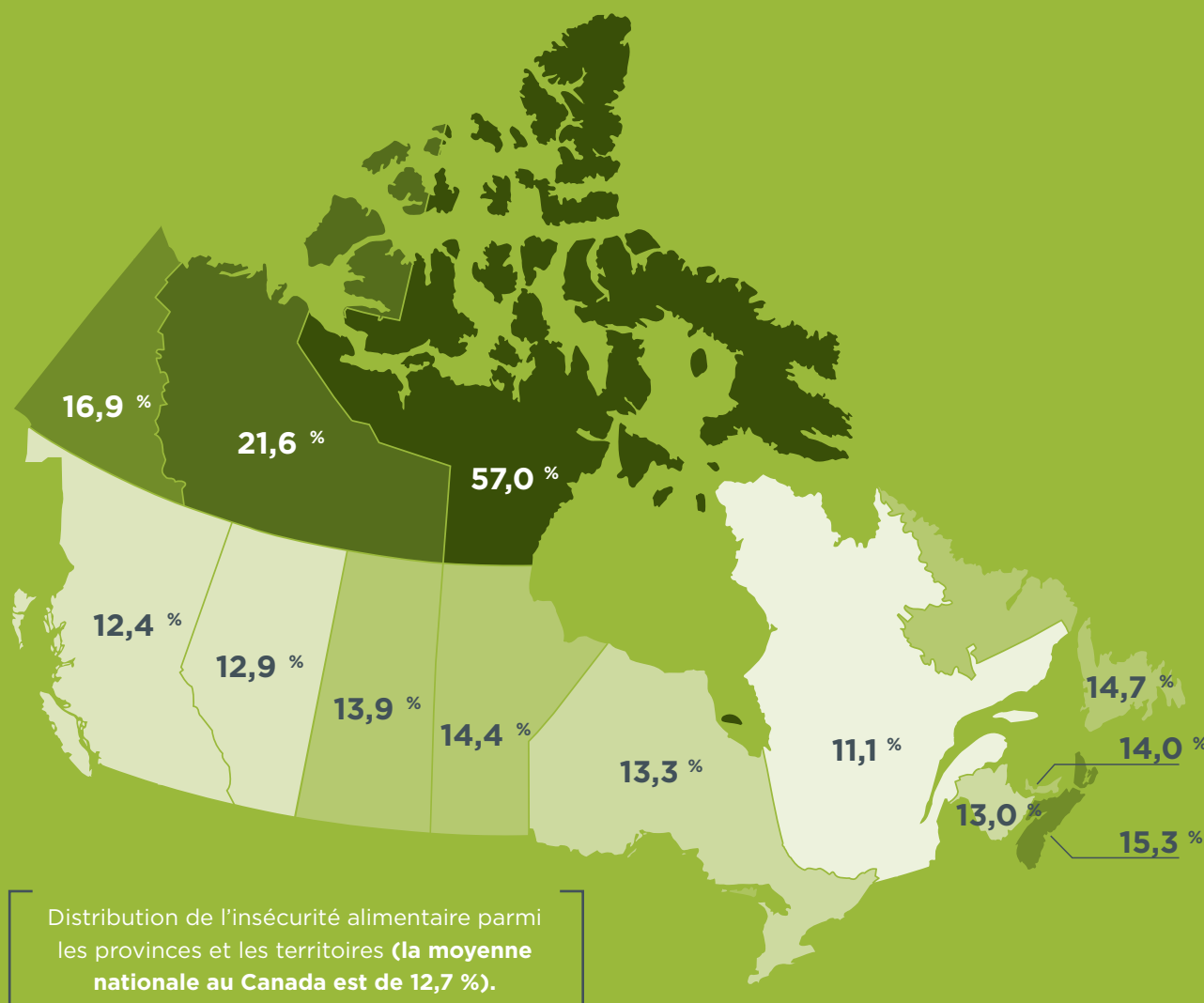
**L'INSÉCURITÉ  
ALIMENTAIRE  
AU CANADA**

# 2.1

## PORTRAIT DE L'INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE AU CANADA

L'insécurité alimentaire n'est pas une expression que tout le monde comprend. Plusieurs personnes ont tendance à utiliser le mot « faim » pour faire référence à une carence en nourriture adéquate due à des contraintes financières.

Cependant, ce terme ou le concept auquel il se rattache ne reflète pas la réalité des nombreux Canadien-ne-s qui sont préoccupés par le fait de ne pas pouvoir se procurer de nourriture, qui doivent sauter des repas afin que leurs enfants puissent manger, qui n'ont d'autres choix que celui d'acheter la nourriture la moins chère et la moins saine pour avoir le ventre plein, ou qui se privent de manger pendant plusieurs jours afin de pouvoir payer leurs factures.



## IL EXISTE TROIS DIFFÉRENTS DEGRÉS D'INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE :

### L'insécurité alimentaire MARGINALE

se traduit par une crainte de manquer de nourriture ou de n'avoir accès qu'à un choix limité d'aliments.

### L'insécurité alimentaire MODÉRÉE

se traduit par une tendance à faire des compromis sur la qualité ou la quantité d'aliments de peur d'en manquer.

### L'insécurité alimentaire GRAVE

se traduit par une tendance à sauter des repas, à réduire la quantité d'aliments consommés, ou à passer des journées entières sans manger.



Avant la COVID-19, près de quatre millions et demi de Canadien-ne-s vivaient déjà cette réalité chaque jour<sup>1</sup>, la plupart de ceux-ci comptant parmi les personnes les plus vulnérables de notre société. Or, au cours des deux premiers mois de la pandémie, ce nombre a augmenté de 39 %, englobant ainsi le septième de la population canadienne<sup>2</sup>. Alors que 12,7 % de la population canadienne vit l'insécurité alimentaire\*, ce problème affecte certains groupes beaucoup plus durement que d'autres. Le racisme systémique a engendré des taux d'insécurité alimentaire inacceptablement élevés au sein des communautés racisées : 17,1 % des personnes nouvellement arrivées au pays, 28,2 % des Autochtones, 28,9 % des Canadien-ne-s de race noire<sup>3</sup> et jusqu'à 70 % des Inuit-e-s adultes<sup>4</sup> souffrent d'insécurité alimentaire. Ce problème affecte également 17,3 % des enfants, et 33,1 % des mères monoparentales<sup>5</sup>. Enfin, les taux d'insécurité alimentaire dans les communautés nordiques dépassent ceux de partout ailleurs au pays, alors qu'ils avoisinent les 60 % au Nunavut<sup>6</sup>.

L'insécurité alimentaire compte parmi les nombreux problèmes associés à la pauvreté. La nourriture représente la première dépense essentielle que sabrent les gens lorsqu'ils manquent d'argent<sup>7</sup> ; ce comportement constitue donc l'un des meilleurs indicateurs de défavorisation. Parmi les personnes que nous avons interrogées, 36 % ont indiqué qu'elles diminueraient leurs achats de nourriture avant de réduire d'autres dépenses telles celles associées au transport (28 %), aux médicaments (15 %), aux services publics (14 %) ou au logement (7 %).

Cela est probablement dû au fait que se priver de nourriture engendre moins de conséquences fâcheuses que, par exemple, ne pas payer le loyer, qui peut mener à l'éviction.

## CONSÉQUENCES SUR LA SANTÉ PHYSIQUE

Le fait que l'insécurité alimentaire engendre des répercussions négatives sur la santé physique n'a rien de surprenant. Elle rend les gens plus vulnérables aux problèmes chroniques de santé tels que les maladies du cœur, l'hypertension et le diabète<sup>8</sup>. Les personnes qui souffrent d'insécurité alimentaire ont plus de difficulté à accéder à des aliments nutritifs, et mangent conséquemment moins de fruits et de légumes, ce qui restreint leur apport vitaminique<sup>9</sup>.

Les conséquences sur la santé de l'insécurité alimentaire constituent en outre un important fardeau pour notre système de soins de santé. En Ontario, les dépenses annuelles en soins de santé sont 49 % plus élevées chez les adultes qui vivent dans des ménages frappés d'insécurité alimentaire modérée, et 121 % plus élevées chez les adultes qui vivent dans des ménages qui souffrent d'insécurité alimentaire grave<sup>10</sup>. Le problème prend de telles proportions que les adultes souffrant d'insécurité alimentaire ont plus de chances de mourir prématurément — les Canadien-ne-s gravement affectés par l'insécurité alimentaire peuvent mourir neuf ans plus tôt que ceux qui sont à l'abri de ce problème<sup>11</sup>.

\* Prenez note qu'il s'agit d'une donnée qui date d'avant la pandémie de COVID-19.

## CONSÉQUENCES SUR LA SANTÉ MENTALE

L'insécurité alimentaire engendre également des répercussions négatives sur la santé mentale alors qu'elle contribue à faire bondir le nombre de cas de dépression, d'anxiété, de troubles de l'humeur, et d'idéation suicidaire. Les enfants qui souffrent d'insécurité alimentaire risquent d'être hyperactifs et inattentifs, en plus de voir augmenter leurs chances de souffrir de problèmes de santé mentale une fois adultes. Les conséquences de l'insécurité alimentaire sur la santé mentale pèsent également lourdement sur notre système de soins de santé : les Ontarien-ne-s souffrant d'insécurité alimentaire représentent le tiers des cas d'hospitalisation liés à la maladie mentale<sup>12</sup>.

L'insécurité alimentaire est en outre un facteur menant à l'isolement social<sup>13</sup> ce qui, en retour, complique la tâche de trouver de l'aide. La recherche montre que les Canadien-ne-s à faible revenu ressentent un sentiment d'appartenance à la communauté moindre. Les personnes qui vivent au-dessus du seuil de pauvreté ont deux fois plus de chances de se sentir intégrées à leur entourage<sup>14</sup>. L'isolement social a également des répercussions néfastes sur la santé, alors qu'il peut mener à plusieurs maladies chroniques et problèmes de santé mentale<sup>15</sup>.

## L'insécurité alimentaire compte parmi les nombreux problèmes associés à la pauvreté.

**36 %** des répondant-e-s au questionnaire ont dit qu'ils réduiraient leurs portions de nourriture avant de couper dans d'autres dépenses.

**28 %** ont dit qu'ils réduiraient leurs dépenses associées au transport avant de couper dans d'autres dépenses.

**14 %** ont dit qu'ils réduiraient leurs dépenses associées aux services publics avant de couper dans d'autres dépenses.

**15 %** ont dit qu'ils réduiraient leurs dépenses associées aux médicaments avant de couper dans d'autres dépenses.

**7 %** ont dit qu'ils réduiraient leurs dépenses associées au logement avant de couper dans d'autres dépenses.

## LA NOURRITURE NE RÉSOUT PAS L'INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE

La plupart des gens croient que la solution à l'insécurité alimentaire consiste à fournir de la nourriture aux personnes qui n'en ont pas assez. Cependant, les 40 dernières années ont démontré qu'il est impossible de résoudre ce problème complexe seulement en donnant de la nourriture aux personnes.

Les banques alimentaires, qui ont vu le jour au Canada à titre de mesure palliative au cours de la récession dans les années 1980, ont proliféré sans jamais parvenir à réduire le nombre de personnes souffrant d'insécurité alimentaire. Bien que les banques alimentaires soient en mesure de fournir de la nourriture pendant quelques jours aux personnes qui sont dans une situation précaire, elles ne font pas grand-chose pour s'attaquer aux causes premières qui font en sorte que les gens se trouvent dans cette situation. Par ailleurs, une étude révèle que seulement une personne sur cinq souffrant d'insécurité alimentaire recourt aux banques alimentaires<sup>16</sup>. Il existe plusieurs raisons à cela, incluant la crainte d'être stigmatisé-e, les choix alimentaires malsains offerts, ou les heures d'ouverture qui ne conviennent pas à leur horaire. Les banques alimentaires, enfin, font peu pour véritablement réduire le degré d'insécurité alimentaire des personnes qui utilisent leurs services<sup>17</sup>.

Les Canadien-ne-s qui ont de la difficulté à se procurer de la nourriture tenteront en fait de recourir à une vaste gamme de stratégies avant de se tourner vers les organismes de charité. Les gens ont ainsi davantage tendance à chercher du soutien financier auprès de leurs proches (59,1 % des personnes souffrant d'insécurité alimentaire); à reporter le paiement de leurs factures (47,7 %); à chercher de l'aide auprès d'agences sociales ou communautaires (29,5 %); ou à ne pas payer leur loyer ou leur hypothèque (28 %)<sup>18</sup>. Comme il faut sans doute s'y attendre, les gens ont davantage tendance à chercher du soutien financier auprès du secteur privé, même si cela implique de s'endetter.

Durant la pandémie de COVID-19, les organisations de bienfaisance ont reçu d'importantes sommes pour offrir une aide alimentaire d'urgence aux personnes vivant dans la pauvreté et à celles ayant subitement perdu leur gagne-pain. Bien qu'il s'agisse là d'une mesure nécessaire afin de répondre à une telle situation urgente, la possibilité que cette mesure renforce davantage un système qui ne sera jamais apte à compenser le manque de revenus et de programmes sociaux adéquats demeure préoccupante.

L'idée consistant à rediriger la nourriture susceptible d'être gaspillée vers les organisations de bienfaisance et les ménages à faible revenu est de plus en plus considérée comme une solution « gagnant-gagnant ». Elle a, par exemple, été fortement appuyée par le gouvernement avant et pendant la crise de la COVID-19 alors que celui-ci offre des avantages fiscaux aux entreprises et aux

fermes qui font don de leurs surplus de nourriture, et qu'il a mis sur pied un nouveau programme de soutien offrant des fonds aux organisations de bienfaisance pour qu'elles achètent la nourriture que les fermes et l'industrie alimentaire ne peuvent pas vendre. Toutefois, en raison du fait que les petites organisations de bienfaisance ont souvent de la difficulté à gérer cette nourriture en excès, ces mesures ont donné lieu à des tentatives pour renforcer leur capacité, et ont ainsi contribué à promouvoir une réponse imparfaite. Au-delà de ces considérations, la redirection de nourriture susceptible d'être gaspillée crée un système alimentaire à deux vitesses au sein duquel les personnes nanties ont la capacité de choisir leur nourriture, et celles qui sont démunies doivent se contenter des restes de notre société.

Si donner de la nourriture aux gens n'a pas réglé le problème, qu'est-ce qui le fera? Au cours des 20 dernières années, les universitaires, les chercheuses et chercheurs, de même que les personnes qui se trouvent aux premières lignes sont parvenus à démontrer clairement que la solution à l'insécurité alimentaire réside dans l'augmentation du revenu. Dans la plupart des régions du Canada, les gens ne souffrent pas d'insécurité alimentaire parce qu'ils manquent de nourriture, mais parce qu'ils manquent d'argent. À titre de cinquième plus grand producteur agricole au monde<sup>19</sup>, le Canada produit et exporte plus d'aliments qu'il n'en faut pour nourrir sa population; pourtant, un-e Canadien-ne sur huit ne jouit pas d'un accès adéquat à la nourriture.

# L'INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE

affecte 12,7 % de la population canadienne.

---

## L'insécurité alimentaire affecte...

17 % des enfants

29 % des Canadien-ne-s de race noire

33 % des mères célibataires

17 % des personnes récemment immigrées

28 % des Autochtones

70 % des Inuit-e-s d'âge adulte





3

---

# TÉMOIGNAGES ET RÉPERCUSSIONS



**L'insécurité alimentaire rend les gens malades, brise les relations familiales et amicales, nuit à la recherche d'emploi, et marque les enfants de façon durable.**

## **PRINCIPALES RÉPERCUSSIONS NÉGATIVES**

Les centaines de personnes que nous avons interrogées à travers le pays ont toutes vécu une expérience unique d'insécurité alimentaire. Malgré l'unicité de ces expériences personnelles, celles-ci font ressortir de nombreuses répercussions communes que nous présentons ci-dessous.

**Mauvaise santé physique**

**Problèmes de santé mentale**

**Obstacles à l'emploi**

**Moindre capacité à avancer dans la vie**

**Isolement social accru**

**Participation limitée aux activités et aux manifestations culturelles**

**Relations familiales et enfants**

## 3.1

# L'INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE COMPROMET LA SANTÉ PHYSIQUE



***Je dois sauter des repas. Ma santé est très mauvaise — j'ai fait huit crises cardiaques. Je dois prendre 30 pilules par jour, et c'est difficile de le faire sans nourriture. »***

Quatre-vingt-un pour cent des personnes interrogées ont indiqué que l'insécurité alimentaire affectait leur santé physique. Près des deux tiers de ces personnes ont expliqué que cela était dû à la malnutrition — un manque de nourriture ou une incapacité d'accéder à de la nourriture susceptible de répondre à leurs besoins alimentaires. L'autre tiers des répondant-e-s ont associé leurs problèmes de santé au stress et à l'anxiété qu'ils ressentaient en raison de leur insécurité alimentaire.

Parmi les répondant-e-s qui ont précisé la manière dont leur santé physique était affectée par l'insécurité alimentaire, 25 % ont indiqué avoir eu de la difficulté à gérer la ou les maladies chroniques dont ils souffraient, comme le diabète ou une maladie cardiovasculaire<sup>1</sup>. En plus d'avoir eu de la difficulté à se procurer certains aliments susceptibles d'améliorer leur état de santé, plusieurs répondant-e-s ont indiqué qu'ils ne

pouvaient pas prendre les médicaments qui leur ont été prescrits sans nourriture.

En raison du fait que ses médicaments ne sont couverts par aucune assurance, l'une des personnes ayant répondu au questionnaire a mentionné ceci : « Je dois utiliser de l'argent qui me sert normalement à acheter de la nourriture. Je dois souvent choisir entre soigner mes problèmes de santé ou me nourrir. »

Ces témoignages confirment les conclusions d'une étude montrant que les personnes qui sont modérément et gravement affectées par l'insécurité alimentaire sont respectivement 3,83 et 5,05 fois plus susceptibles de ne pas prendre les médicaments qui leur ont été prescrits<sup>20</sup>.

Plusieurs répondant-e-s ont constaté l'existence d'une corrélation entre leur insécurité alimentaire et divers problèmes de santé tels que l'insomnie, les maux de tête, l'eczéma, la perte de cheveux

et les troubles digestifs. Huit pour cent des répondant-e-s ont donné des détails sur la manière dont l'insécurité alimentaire affectait leur santé physique ont indiqué avoir développé au moins une maladie telle que l'anémie.

***« J'ai une maladie coronarienne et j'ai subi un pontage chirurgical. Je devrais manger certains aliments en particulier, mais ce n'est pas toujours possible à cause de l'argent. »***

Le sentiment de fatigue ou d'épuisement dû au manque de nourriture est une autre répercussion communément mentionnée par les répondant-e-s au questionnaire.

***« Je n'ai plus d'énergie. Tu ne te rends pas compte que tu glisses jusqu'à ce que tu sois à plat. Et quand tu es à plat, tu essaies de t'en sortir, mais tu n'en as pas l'énergie. J'avais l'habitude de manger quand je voulais, mais maintenant, je mange quand je peux. »***

<sup>1</sup> Comme expliqué dans la section « Méthodologie » (p. 56), il s'agit probablement d'une sous-estimation.



## CAMERON BROWN

CENTRE COMMUNAUTAIRE D'ALIMENTATION DE NELSON

La vie n'a pas toujours été facile au cours des dernières décennies pour Cameron Brown, un vétéran de l'armée aujourd'hui âgé de 57 ans. Sa situation a d'ailleurs été particulièrement difficile il y a quelques années. Sa santé s'est dégradée alors que n'ayant plus qu'une seule dent dans sa mâchoire supérieure, il ne pouvait plus manger de nourriture solide. Son corps s'est alors couvert de psoriasis, ce qui lui a causé de la douleur.

« Je ne pouvais pas me permettre de bien manger. J'étais à peine capable de payer mes factures et de garder un toit au-dessus de ma tête », explique Cameron. « Je ne pouvais pas m'acheter de nourriture qui contenait des vitamines. C'était juste pour me remplir le ventre. De la nourriture en boîte. Mes dents ont fini par tomber. »

Luttant contre un problème de toxicomanie après avoir quitté l'armée, Cameron est un jour parvenu à refaire sa vie à Nelson, en Colombie-Britannique. Toutefois, lorsque la scierie qui l'avait embauché a fermé ses portes et que les emplois sont devenus rares, il s'est retrouvé sans argent pour payer son loyer. Il a donc été forcé de vivre dans une tente sur la

plage pendant un an. Il a finalement réussi à se trouver un emploi saisonnier, à obtenir des prestations d'invalidité et à trouver un logement abordable. Mais, accéder à de la nourriture saine demeurait un défi.

« Tout commence par la nourriture », dit-il. « Sans nourriture, ta santé mentale, ta santé physique, tout fout le camp. Alors tu finis par abandonner. »

Les choses ont néanmoins commencé à s'améliorer pour Cameron l'année dernière, alors qu'il a réussi à contrôler son psoriasis et à se faire installer une prothèse dentaire supérieure. Aujourd'hui, c'est la première personne que beaucoup de gens rencontrent au centre communautaire d'alimentation de Nelson, où il fait du bénévolat à titre de réceptionniste, et a accès à des repas communautaires de même qu'à des programmes alimentaires. Il doit encore se battre contre une myriade de problèmes de santé, comme l'arthrite et des troubles thyroïdiens, mais c'est la première fois qu'il mange bien depuis longtemps, et il en ressent les effets bénéfiques.

« Mon cerveau s'est remis à marcher », dit-il. « Je me sens bien. Et ça me rend heureux de savoir que je peux rendre les autres heureux. »

## 3.2

# L'INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE AFFECTE LA SANTÉ MENTALE



***Je sens que je ne vauds rien. Je sens que j'ai peu d'importance. [Ne pas avoir accès à de la nourriture] diminue mon estime de moi-même. »***

Soixante-dix-neuf pour cent des personnes interrogées nous ont dit que l'insécurité alimentaire affectait leur santé mentale. Elles ont indiqué que cela leur causait du stress, de l'anxiété et de l'inquiétude<sup>ii</sup>. Le stress ressenti par ces personnes découlait souvent de la nécessité de rationner la nourriture, de la crainte d'en manquer, ou de leur incapacité de savoir si elles allaient passer à travers le mois et avec quels moyens. Selon une étude récente, 40 % des personnes qui souffrent d'insécurité alimentaire vivent de l'anxiété et d'autres troubles de l'humeur<sup>21</sup>.

L'insécurité alimentaire peut faire en sorte que les gens se sentent frustrés, agressifs, inquiets ou pessimistes. Les répondant-e-s au questionnaire ont souvent expliqué que de telles réactions résultaient de leur sentiment d'être désemparés en raison de leur accès déficient à de la nourriture. Plusieurs répondant-e-s ont dit se sentir déprimés et désespérés. Ces sentiments sont par ailleurs exacerbés par le fait que ces répondant-e-s

étaient incapables de subvenir à leurs propres besoins alimentaires ou à ceux de leurs proches de la manière dont ils le souhaitaient, et qu'ils avaient pleinement conscience de ce qui leur manquait. Certains répondant-e-s ont dit avoir l'impression qu'il n'était pas facile de se sortir de leur situation, ce qui les désespérait.

**« On essaie de ne pas être découragés, mais on est épuisés. Je me dispute avec ma femme et on vit dans un logement d'une pièce. [Elle] devient inconsolable quand elle ne mange pas. »**

Les répondant-e-s au questionnaire qui se sont dits déprimés ont expliqué que cet état leur procurait souvent le sentiment d'être inutiles et incapables. Plusieurs ont ressenti la stigmatisation associée à l'insécurité alimentaire et semblaient avoir accepté le fait que leur situation les rendait inférieurs aux personnes capables de se procurer de la nourriture.

Certains répondant-e-s au questionnaire ont rapporté que ne pas avoir accès à de la nourriture réduisait leur motivation et leur capacité à se concentrer. Plusieurs d'entre eux ont ajouté que penser constamment au manque de nourriture nuisait à leur capacité de concentrer leur énergie sur autre chose. Pour d'autres, l'insécurité alimentaire était une source d'insomnie.

**« [Je] suis incapable de me concentrer. Je deviens un peu léthargique et je n'ai pas les idées claires. [Je] ne peux pas me concentrer parce que je me fais du mauvais sang et j'ai faim, et que je ne sais pas d'où viendra mon prochain repas. »**

Quelques répondant-e-s ont mentionné que leur situation était tellement désastreuse qu'ils avaient envisagé le suicide. Ce fait est également mis en lumière par une étude suggérant qu'il existe une relation significative entre l'idéation suicidaire et l'insécurité alimentaire modérée et grave<sup>22</sup>.

<sup>ii</sup> Comme expliqué dans la section « Méthodologie » (p. 56), il s'agit probablement d'une sous-estimation.



## NICOLA MOORE

CENTRE COMMUNAUTAIRE D'ALIMENTATION DE HAMILTON

Nicola Moore est le type de personne que vous voulez avoir dans votre équipe. Elle est compétente et motivée, drôle et bien organisée. Elle est également mère de trois enfants de moins de 9 ans, doublée d'une chanteuse-compositrice néo-soul pleine d'énergie, en plus d'avoir lancé sa propre série de balados racontant son expérience de mère monoparentale. Mais, comme quatre millions d'autres Canadien-ne-s, elle souffre d'insécurité alimentaire.

« C'est une énorme source de stress. Je me demande constamment comment je vais faire pour nourrir mes enfants. Ça prend beaucoup de place dans ma tête. Ça nuit à mon sommeil, à mon humeur et à ma santé. Et je sais que ça peut me mener à la dépression. »

« La nourriture est tellement liée à la bonne santé et au bien-être », ajoute-t-elle. « Alors, quand je ne suis pas capable d'assurer mon propre bien-être, quand je souffre dans mon rôle de mère, devine qui d'autre en souffre? »

Nicola a retrouvé le sentiment d'être utile grâce à son travail au centre communautaire d'alimentation de Hamilton, où elle aide ses pairs en les guidant vers les ressources dont ils ont besoin, comme des programmes sur le logement ou la santé mentale. Elle se considère comme un pont reliant les gens qui ont des problèmes aux sources de soutien qui leur sont offertes. Toutefois, alors que le salaire que lui procure cet emploi à temps partiel est soustrait du montant de l'aide que lui verse le programme Ontario au travail, et que l'Allocation canadienne pour enfants ne permet pas à sa famille de passer à travers le mois, elle a de la difficulté à voir comment elle-même s'en sortira.

« Je planifie les repas, surveille les rabais, et profite des programmes gratuits pour étirer mon budget alimentaire. Je n'arrête pas de penser aux activités que je pourrais faire avec ma famille si je n'étais pas tout le temps préoccupée par la nourriture. »

## 3.3

# L'INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE CONSTITUE UN OBSTACLE À L'EMPLOI



***« Quand tu n'as pas mangé pendant des jours, tu n'as pas le goût de te lever et de chercher du travail. Tu ne fais que penser à la nourriture. »***

Cinquante-sept pour cent des répondant-e-s au questionnaire ont indiqué qu'il leur était plus difficile de trouver et de conserver un emploi rémunéré en raison de leur insécurité alimentaire. Lorsque nous avons demandé à ces derniers répondant-e-s de développer leur réponse, la moitié d'entre eux ont indiqué que cela était dû aux problèmes de santé physique et mentale qu'ils éprouvaient<sup>iii</sup>. Certains répondant-e-s n'avaient tout simplement pas l'énergie nécessaire pour chercher un emploi, soit parce qu'ils n'avaient pas mangé ou étaient préoccupés par le fait de ne pas savoir où ils trouveraient leur prochain repas. D'autres répondant-e-s ont expliqué que l'insécurité alimentaire nuisait à leur motivation, à leur estime personnelle ou à leur confiance en eux, réduisant ainsi leurs chances de trouver et de garder un emploi.

**« [L'insécurité alimentaire] crée de l'anxiété, et ça coupe d'envie de contribuer. »**

Près du tiers des répondant-e-s ont dit que le temps qu'ils consacraient à répondre à leurs besoins alimentaires ou l'instabilité associée à l'insécurité alimentaire nuisait à leur capacité de trouver et de garder un emploi. Pour certain-e-s, cela s'est traduit par d'innombrables heures passées à chercher et à attendre de l'aide alimentaire d'urgence. D'autres ont plutôt essayé de composer avec les épisodes de faim engendrés par un accès inconstant à de la nourriture.

**« Sans nourriture, je n'ai pas assez d'énergie mentale ou physique pour sortir chercher du travail ou pour aller travailler. C'est difficile de bien travailler quand tu as faim. »**

Plusieurs répondant-e-s ont en outre constaté qu'ils n'étaient pas en mesure d'assumer les dépenses liées à un emploi, comme le transport, les services de garde à l'enfance, et l'achat des vêtements nécessaires pour répondre au code vestimentaire. Par ailleurs, certain-e-s n'étaient pas en mesure d'accéder à de la formation qui leur aurait permis d'accroître leur employabilité. Ces personnes ont expliqué que pour pouvoir payer de tels frais, elles auraient été obligées de réduire leur budget alimentaire; or, pour elles, manger était une priorité.

**« Aller travailler? Comment on fait pour y aller? Est-ce qu'il a un code vestimentaire à respecter? Peux-tu acheter ce dont tu as besoin? Ou tu achètes de la nourriture? »**

<sup>iii</sup> Comme expliqué dans la section « Méthodologie » (p. 56), il s'agit probablement d'une sous-estimation.

## 3.4

# L'INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE NUIT À LA CAPACITÉ DES GENS D'AVOIR DE PLUS HAUTES VISÉES DANS LA VIE



*Se faire constamment du souci au sujet de la nourriture devient ton unique problème, et tu ne peux pas penser à avancer dans la vie. La faim dévore tout. »*

Cinquante-trois pour cent des personnes qui ont répondu au questionnaire ont indiqué que l'insécurité alimentaire les empêchait de trouver un sens et un but à leur vie. Le tracas quotidien qu'occasionne le fait de ne pas savoir comment elles réussiront à s'alimenter et à alimenter leur famille a nui à leur capacité d'imaginer une autre vie ou d'en démarrer une nouvelle. Les problèmes de santé mentale associés à un accès insuffisant à de la nourriture ont affecté leur estime d'elles-mêmes, en plus de les avoir portées à remettre en question leur propre valeur et à dénigrer leurs capacités intellectuelles et leurs buts dans la vie.

**« Je pensais que j'étais une personne intelligente, mais voilà où j'en suis. »**

**« Une des raisons pour lesquelles je n'ai pas terminé l'école était que j'étais très malade, et si j'étais très malade, c'est parce que je manquais de nourriture. »**

**« S'inquiéter constamment au sujet de la nourriture limite mes capacités. Je passe tellement de temps à stresser que je n'ai pas le temps de faire des nouvelles choses. »**

Certains répondant-e-s ont ressenti que l'insécurité alimentaire limitait les choix de vie qui s'offraient à eux. Près du tiers de ceux-ci ont expliqué que leur situation sur le plan alimentaire les avait obligés à adopter un mode de vie ressemblant à de la survie<sup>iv</sup>. Ils étaient tellement préoccupés par leurs besoins primaires qu'ils se sentaient incapables d'avoir de plus hautes visées.

**« Si tu ne peux pas t'offrir de quoi te nourrir, il n'y a aucun échelon à gravir. »**

<sup>iv</sup> Comme expliqué dans la section « Méthodologie » (p. 56), il s'agit probablement d'une sous-estimation.

## 3.5

# L'INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE AGGRAVE L'ISOLEMENT SOCIAL



***Comment participer? La plupart des activités coûtent de l'argent. Si l'argent est rare, la priorité, c'est la nourriture. »***

Prendre part à des activités sociales et à des événements communautaires est une chose que plusieurs Canadien-ne-s tiennent pour acquise. Toutefois, 58 % des personnes qui ont répondu à notre questionnaire nous ont dit que leur insécurité alimentaire avait restreint leur capacité de prendre part à de telles manifestations. Ces personnes nous ont expliqué que, n'ayant pas d'argent pour manger, elles n'en avaient guère plus pour se divertir. En fait, les personnes à faible revenu ont six fois plus de chances d'être isolées socialement<sup>23</sup>.

Certains répondant-e-s ont expliqué que leurs problèmes de santé causés par l'insécurité alimentaire avaient contribué à restreindre leur capacité ou leur envie d'interagir avec les autres. Le plus souvent, les problèmes de santé en cause étaient d'ordre mental, comme la

dépression ou l'anxiété, mais pour d'autres, ce sont des problèmes de santé physique qui les ont empêchés de participer à des activités sociales.

Par ailleurs, certains répondant-e-s au questionnaire nous ont indiqué qu'ils étaient tellement occupés à tenter de combler leurs besoins alimentaires de base qu'ils n'avaient ni le temps ni l'énergie nécessaires pour s'impliquer dans leur communauté, ou pour tisser des liens avec des ami-e-s et des voisin-e-s.

**« Je n'ai pas l'énergie nécessaire pour participer. Je donne toute ma nourriture à mes enfants. On n'a pas d'argent pour acheter de la nourriture quand on sort, ou même pour des collations, et ça me cause de l'angoisse sociale. C'est sûr que je ne peux pas inviter des gens à souper. »**

Les répondant-e-s ont en outre indiqué que l'embarras ou la honte qu'ils ressentaient à cause de leur situation alimentaire constituait une autre raison de ne pas prendre part à des activités.

Pour certains répondant-e-s, ce manque d'interaction sociale a eu de lourdes répercussions sur leur santé mentale.

**« Des gens m'inviteront quelque part, mais je n'arrête pas de leur quêter de l'argent. [La solitude] me cause vraiment de l'ennui — et, des fois, ça me donne le goût de tout lâcher. »**

Enfin, certains répondant-e-s nous ont dit qu'ils s'isolaient volontairement parce qu'ils avaient honte de leur insécurité alimentaire.



## JOYCE BUDD

CENTRE COMMUNAUTAIRE D'ALIMENTATION THE ALEX

Lorsque Joyce Budd, 69 ans, est retournée vivre à Calgary il y a quatre ans, elle avait un bon emploi et un endroit abordable où vivre. Elle a cependant été mise à pied en raison de ses problèmes de santé, incluant du diabète et de l'arthrite, ce qui l'a obligé à décaisser sa pension plus tôt que prévu. En plus, elle devait beaucoup d'argent au gouvernement.

« C'était vraiment difficile de pouvoir me payer de la nourriture saine », dit-elle. « J'ai mangé beaucoup de malbouffe, ce qui était mauvais pour mon diabète et n'a pas aidé à mon humeur. J'étais complètement déprimée et je ne savais pas quoi faire de moi. Je n'entrais pas en contact avec les autres. Je restais simplement dans mon sofa à écouter la télé. »

Récemment divorcée, ses enfants et grands-enfants étant occupés par leur propre vie, et n'ayant que peu d'ami-e-s à Calgary, Joyce s'est retrouvée isolée socialement. Elle avait tellement peu d'énergie qu'elle ne pouvait même pas pleurer. « Sourire n'était pas facile, non plus », se rappelle-t-elle. « Je suis une personne qui aime avoir du plaisir. J'aime rire, mais j'ai vu des photos de moi

remontant à cette époque sur lesquelles je me forçais pour sourire — ça se voyait. »

Lorsqu'elle a commencé à avoir des idées suicidaires, Joyce a compris qu'il lui fallait plus d'aide. Une travailleuse sociale l'a dirigée vers des programmes et différentes formes de soutien en santé mentale. C'est à ce moment qu'elle a découvert le centre communautaire d'alimentation The Alex. Cet endroit était tout désigné pour Joyce, qui a été formée pour travailler dans les cuisines en milieu hospitalier. Depuis lors, Joyce a participé à des programmes de cuisine, travaillé à représenter ses pairs, et aidé les autres à bénéficier des ressources qui l'avaient déjà aidée. Sa plus récente contribution a été d'organiser chaque mois une célébration avec cartes et gâteau pour fêter les membres de la communauté dont c'est l'anniversaire.

« Ça me surprend de voir autant de personnes venir et demander ce qui se passe », dit-elle en riant. « Mais ça nous donne une chance de nous connaître. Plusieurs personnes n'ont pas célébré depuis longtemps. »



## 3.6

# L'INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE RESTREINT LA PARTICIPATION AUX ÉVÈNEMENTS CULTURELS



***« Célébrer, ce n'est plus possible pour moi. Je ne me souviens même pas de la dernière fois que j'ai célébré une fête. Je dois faire des compromis. »***

Plusieurs répondant-e-s au questionnaire ont indiqué que l'insécurité alimentaire les empêchait de participer aux fêtes et aux événements culturels. Sans argent pour prendre part aux repas ou aux échanges de cadeaux, 46 % des répondant-e-s ont dit qu'ils n'avaient pas l'occasion d'exprimer, de partager ou de célébrer leur culture.

**« Je ne peux pas acheter de cadeaux de Noël ou d'anniversaire à mes grands-enfants, et cela me rend triste. Je n'assiste pas à leurs réjouissances parce que je me sens mal à l'aise. »**

**« La fête de ma fille a été un moment difficile. Rien que pour qu'elle puisse voir d'autres**

**enfants et manger des pâtes, j'ai dû emprunter de l'argent. »**

**« Ce n'est vraiment pas juste que je ne puisse pas exprimer ma culture autochtone. »**

**« Célébrer, ce n'est plus possible pour moi. Je ne me souviens même pas de la dernière fois que j'ai célébré une fête. Je dois faire des compromis. »**

Plusieurs répondant-e-s ont expliqué qu'ils n'avaient pas les moyens de se procurer certains aliments ou ingrédients associés à leur culture, à leur pays d'origine, ou à leurs croyances religieuses.

**« Je voudrais préparer des tamales ou des croquetas. Mais je n'ai pas l'argent pour aller là où on en vend ou pour préparer mes plats [traditionnels]. Aujourd'hui, c'est la Toussaint et le jour des Morts. J'aimerais faire des tamales pour les offrir aux morts, mais je ne peux pas le faire. »**

**« Je n'arrive pas à trouver les bons ingrédients. Ça m'empêche de ressentir de la fierté pour ma culture. »**

## 3.7

# L'INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE MET LES RELATIONS FAMILIALES À DURE ÉPREUVE ET CAUSE DU TORT AUX ENFANTS



***J'ai honte de n'avoir rien à manger. Je ne sais pas comment dire aux membres de ma famille que je n'ai pas de nourriture ou que je tombe dans la dépression à cause de ça. »***

La dégradation des relations familiales et amicales représente une autre grave répercussion de l'insécurité alimentaire relevée par les répondant-e-s. Soixante-quatre pour cent des personnes interrogées nous ont dit que les liens avec leurs proches avaient été éprouvés par le manque de nourriture.

Soixante pour cent des personnes qui ont fourni des réponses détaillées ont expliqué qu'elles évitaient les rencontres sociales lorsqu'elles ne pouvaient pas apporter de nourriture ou n'avaient pas l'argent pour y participer<sup>v</sup>.

**« Une grande partie de notre société est centrée sur la nourriture. "Allons manger à l'extérieur!" "Prenons un café!" "Soupons ensemble!" Je dois alors expliquer que je n'ai pas assez de**

**nourriture ou d'argent pour le faire. Alors, ils ne m'invitent plus parce que je ne peux pas les inviter. »**

Les répondant-e-s au questionnaire ont indiqué qu'ils ne voulaient pas parler de leur insécurité alimentaire à leurs ami-e-s ou aux membres de leur famille, et qu'ils s'isolaient afin d'éviter d'avoir à se justifier. Les répondant-e-s ont souvent parlé de la honte, de l'embarras, de l'anxiété ou de la mauvaise humeur qu'ils ressentaient à cause de leurs difficultés à se procurer de la nourriture.

Les répondant-e-s qui ont abordé l'insécurité alimentaire avec leurs proches ont remarqué que cela rendait les relations difficiles. Demander de l'aide financière à des membres de la famille, par exemple, créait parfois des tensions. De plus, les

jugements émanant des membres de la famille étaient source de disputes. Les répondant-e-s ont expliqué que dans certains cas, le simple fait de se demander de quelle manière nourrir tout le monde leur causait du stress et rendait les relations tendues.

**« Il y a des tensions entre mon mari et moi. Je dois réussir à nourrir encore plus de bouches avec un budget très limité, et ce n'est pas facile. »**

Malgré les efforts que font les parents pour protéger leurs enfants, ces derniers sont profondément affectés par l'insécurité alimentaire. Cinquante-neuf pour cent des répondant-e-s qui ont des enfants ont senti que l'insécurité alimentaire avait une incidence négative sur leurs enfants. Cette proportion pourrait être plus élevée,

<sup>v</sup> Comme expliqué dans la section « Méthodologie » (p. 56), il s'agit probablement d'une sous-estimation.

### 3.7

## L'INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE MET LES RELATIONS FAMILIALES À DURE ÉPREUVE ET CAUSE DU TORT AUX ENFANTS (suite)

mais selon la recherche, les parents souffrant d'insécurité alimentaire, notamment les mères, sautent des repas ou coupent dans leurs portions afin que leurs enfants puissent manger plus substantiellement<sup>24</sup>.

Les parents ont constaté que l'insécurité alimentaire du ménage avait une incidence négative sur la quantité et la qualité des aliments consommés par leurs enfants. Bien souvent, si la famille entière ne se privait de souper, il manquait de nourriture pour préparer les lunchs pour l'école. Les parents ont également évoqué le manque de variété, la quantité limitée d'aliments frais, de même qu'une dépendance excessive aux aliments transformés et préemballés.

Les répondant-e-s ont en outre rapporté avoir ressenti du stress, de la honte ou de l'anxiété quant à leur incapacité de subvenir aux besoins de leurs enfants comme ils l'entendaient. Ils ont également mentionné que cette situation avait une incidence émotive qui se répercutait sur l'ensemble de la famille.

Dans certains cas, les parents ont indiqué que la santé de leurs enfants avait pâti de la situation. Entre autres conséquences, ils ont parlé de diabète, d'anxiété, de troubles du comportement comme l'irritabilité et le manque de concentration, ce qui avait des conséquences sur l'éducation de leurs enfants.

**« Ma plus jeune fille, qui étudiait pour devenir danseuse professionnelle, mangeait autant qu'un homme adulte de grande taille. Maintenant, alors qu'elle n'a pas suffisamment accès à de la nourriture et qu'elle ne mange que de la nourriture malsaine, elle n'a plus l'endurance nécessaire pour continuer à danser. »**

Plusieurs parents ont également remarqué que leurs enfants étaient conscients du fait que leur situation était différente de celles des autres enfants et qu'en conséquence, ils se sentaient honteux, embarrassés ou préoccupés.

**« Si on va quelque part où on sert de la nourriture, mon gars voudra grignoter. Je m'assure qu'il a bien mangé avant, mais il n'arrête pas de dire "J'ai faim, j'ai faim!" J'ai**

**tellement honte parce que je pense que le monde croit que je ne le nourris pas. Mais on ne peut pas se permettre de manger à l'extérieur. »**

Bien que nous n'ayons pas interrogé d'enfants, une étude suggère qu'ils vivent l'insécurité alimentaire différemment de leurs parents<sup>25</sup>. Les adultes pensent souvent qu'ils parviennent à cacher leur insécurité alimentaire à leurs enfants mieux qu'ils ne le font en réalité. En fait, les enfants disent être conscients que leurs parents courent les aubaines et cherchent à acheter les aliments les moins chers. Les enfants possèdent en outre leurs propres stratégies pour économiser les ressources alimentaires; par exemple, ils mangeront moins lors des repas, ou demanderont à leurs frères et sœurs de ne pas manger de collations.

Les enfants ont de fortes réactions émotive devant l'insécurité alimentaire, telles que de l'anxiété, de la tristesse et de la colère. Ces sentiments peuvent d'ailleurs être exacerbés si leurs parents souffrent de problèmes de santé physique ou mentale.



## JUNIE OMAND-PENNER ET BRAD PENNER

CENTRE COMMUNAUTAIRE D'ALIMENTATION NORWEST CO-OP

Le matin, personne n'aime devoir préparer le lunch d'enfants qui ont des goûts particuliers. Or, pour Junie Omand-Penner et Brad Penner de Winnipeg, qui sont parents de deux adolescentes, cette tâche s'avère particulièrement délicate. « Nos filles nous disent : "Unetelle et untel mangent cette chose spéciale — des nouilles japonaises, par exemple —; est-ce qu'on peut en avoir nous aussi?" », explique Brad. « Mais, on doit leur dire qu'on ne peut pas se permettre d'en acheter. »

Vivant de rentes d'invalidité et de prestations d'aide sociale tandis que Brad est retourné à l'école pour terminer sa douzième année et que Junie étudie en développement social au Collège de Red River, leur budget familial ne laisse aucune place aux extra. Ils ont beau surveiller les soldes, recourir à des programmes d'aide alimentaire d'urgence, et fréquenter le marché de fruits et de légumes du centre communautaire d'alimentation NorWest Co-op, il est malgré tout angoissant de composer avec les différents besoins de chaque membre de la famille.

« Les filles se sont fait harceler et vivent beaucoup d'anxiété par rapport à ce qui concerne la nourriture », explique Junie. « Ne pas avoir assez de nourriture est aussi une source de stress dans notre couple. On se dispute. Est-ce qu'on devrait emprunter de l'argent? Où est-ce qu'on va trouver à manger? Ça cause pas mal de discussions. »

Cela peut également causer de l'isolement social. Brad ne se rappelle pas la dernière fois qu'ils sont allés souper chez quelqu'un ou qu'ils ont invité des ami-e-s à partager un repas. Ça devient également compliqué lorsque les filles invitent des ami-e-s à coucher à la maison, dit-il. « On s'inquiète de ne pas pouvoir offrir autant que les familles des autres enfants, comme de la pizza ou des ingrédients pour préparer des muffins. »

Brad et Junie travaillent fort tous les deux pour protéger leurs filles de leurs soucis. « Elles cachent souvent la déception qu'elles ressentent », explique Brad. « Mais, je me sens mal de leur refuser quelque chose. J'essaie de leur expliquer qu'on a un petit budget et qu'on doit faire des sacrifices. »

---

« [Je] remarque surtout que je n'ai pas d'énergie. Je tombe dans un engrenage où je me dis que je ne peux rien faire et que je suis inutile. »

---

« Je devais aller dans des banques alimentaires, et ce n'était vraiment pas facile. Ça a ruiné la qualité de vie de mes enfants. C'était l'enfer. J'ai tellement essayé de faire mon possible à la suite d'un mariage difficile. Un jour, ma fille m'a dit "On est rien que des pouilleux, maman! On mange de la nourriture qui vient des banques alimentaires!" »

---

« Je dois parfois manquer des quarts de travail pour trouver de la nourriture. La nourriture que je trouve vaut plus qu'une ou deux heures de travail perdues. »

---

« Je ressens beaucoup de culpabilité et de tristesse quand je vois mes deux ados qui aiment manger sainement manger maintenant de la nourriture malsaine. »

---

« Mon taux de sucre monte quand je ne peux pas manger, et puis je m'inquiète parce que [quand] je ne peux pas manger, je ne prends pas mes médicaments. C'est vraiment décourageant. Les gens ne te croient pas quand tu leur dis que tu n'as pas mangé pendant quatre jours, mais je sais que c'est vrai. »

---

« Je saute des repas pour faire durer le plus possible mes réserves de nourriture à la maison. Quand j'arrive au bout de mes réserves de nourriture, je me retrouve toujours dans le même état. Je ressens de la fatigue, de la mauvaise humeur et de la douleur, et je dors mal. Ça commence à tout affecter. »

---

« Je n'avais parfois que 3 \$ quand mes enfants venaient me visiter. On devait trouver le moyen d'aller au magasin et d'acheter de la nourriture avec cet argent-là. »

---

« La nourriture est au centre de toutes nos activités, donc, si je n'ai pas de nourriture, on souffre. Les gens ne viennent pas nous voir, et les enfants ne passent pas du bon temps. »

---

« Tu réduis tes ambitions. Tu ne vises pas trop haut. Tu ne te donnes pas trop d'objectifs à cause des déceptions. »

---

« {L'insécurité alimentaire} ravage ta santé mentale. Tu ne peux pas vivre comme tu le veux, et tu ne peux pas faire ce que tu veux. C'est décevant de ne pas être capable de prendre soin de soi-même. »

---

« Je n'ai pas hâte à l'Action de grâce — tu ne veux pas être avec d'autres personnes, car elles vont te demander comment ça va, mais je ne veux pas avoir l'air de faire pitié. »

---

« Je ne peux pas avoir la nourriture que je veux. C'est difficile parce que je dois prendre ce qu'ils me donnent [dans les banques alimentaires], mais souvent, ce n'est pas bon pour la santé ou ce n'est pas assez. »

---

« Je ne sentais pas que je faisais partie de la société. Je sentais que mes capacités étaient très limitées. »



4

---

**POURQUOI EN  
EST-IL AINSI?**



**Les informations, les récits et les témoignages recueillis par le questionnaire peuvent détonner dans le contexte d'un pays aussi riche que le Canada. Pourquoi en est-il ainsi? La réponse est évidemment complexe, mais suggère que l'économie et le filet de protection sociale devraient — et pourraient — en faire plus pour aider les Canadien-ne-s.**

## **PRINCIPAUX FACTEURS**

Les gens souffrent d'insécurité alimentaire en raison d'une conjonction de facteurs faisant en sorte que trop de gens gagnent un revenu ridiculement faible, paient trop cher pour combler leurs besoins de base, et font face à des inégalités structurelles.

**Modicité des salaires et précarité des emplois**

**Insuffisance du montant des prestations d'aide sociale**

**Hausse du coût de la vie**

**Augmentation du nombre de personnes vivant seules**

**Racisme systémique et colonialisme**

**Coût de la nourriture dans le Nord du Canada**

## 4.1 MODICITÉ DES SALAIRES ET PRÉCARITÉ DES EMPLOIS

Le marché du travail se transforme, et de plus en plus de personnes au pays se retrouvent à occuper des emplois précaires faiblement rémunérés. Bien que le revenu de près des deux tiers des ménages souffrant d'insécurité alimentaire provienne surtout d'emplois salariés<sup>26</sup>, les emplois offerts ne paient pas suffisamment.

Les emplois à temps plein sont de plus en plus rares, et sont graduellement remplacés par des emplois à temps partiel et temporaires. Alors que les employé-e-s à temps partiel représentaient 12,5 % de la main-d'œuvre en 1976, cette proportion est passée à 19,6 % en 2016 — ce qui place le Canada au-dessus de la moyenne des pays membres de l'OCDE<sup>27</sup>. Il semble y avoir peu de chances de voir cette tendance s'infléchir dans un proche avenir : la technologie transforme rapidement le marché du travail, et il est prévu que l'économie « à la demande » ou « à la tâche »<sup>vi</sup> croîtra mondialement de 33 % par année<sup>28</sup>.

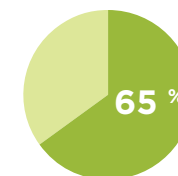
Plusieurs des secteurs ayant accusé la plus forte croissance au cours des dernières décennies (ex. : vente au détail, services d'hébergement et de restauration) sont caractérisés par des emplois

offrant de piètres conditions sur le plan du salaire, des avantages sociaux, de l'environnement de travail et des possibilités d'avancement<sup>29</sup>. Les travailleuses et travailleurs qui gagnent de faibles salaires jouissent généralement de moins d'avantages sociaux tels qu'une pension de retraite, une assurance dentaire et médicale, ou des congés de maladie payés<sup>30</sup>. Les groupes les plus vulnérables de la population tels que les femmes, les jeunes, les personnes âgées, les personnes ne détenant pas de diplôme d'études postsecondaires, les personnes nouvellement arrivées au pays et les personnes racisées sont ceux qui sont les plus susceptibles d'occuper un emploi précaire<sup>31, 32</sup>.

Face à un marché de l'emploi qui change rapidement et qui devient de plus en plus précaire, il est essentiel de disposer d'un solide filet de protection sociale. Malheureusement, plusieurs mesures de soutien destinées aux travailleuses et aux travailleurs telles que l'assurance-emploi ont été conçues en fonction d'emplois traditionnels, permanents et à temps plein. Les personnes ayant une situation

d'emploi moins traditionnelle sont donc laissées pour compte par ce système<sup>33</sup>. Devant la forte proportion d'emplois temporaires, d'autres pays où le niveau de vie est élevé comme la Suède et les Pays-Bas se sont dotés de solides filets de protection sociale<sup>34</sup>, ce qui permet d'atténuer la précarité des emplois.

**65 % des personnes souffrant d'insécurité alimentaire tirent la majeure partie de leur revenu d'un salaire d'emploi.**



**Employé-e-s à temps partiel au sein de la population active**



**Employé-e-s temporaires au sein de la population active**



<sup>vi</sup> Ces deux expressions désignent un travail temporaire ou indépendant dans le cadre duquel la travailleuse ou le travailleur n'est pas considéré comme un-e employé-e, et où les travailleuses et travailleurs sont habituellement en contact avec leurs client-e-s par l'entremise d'une interface en ligne.

## 4.2

# INSUFFISANCE DU MONTANT DES PRESTATIONS D'AIDE SOCIALE

Bien que la majorité des Canadien-ne-s frappés par l'insécurité alimentaire fassent partie de la main-d'œuvre active, aucun groupe social ne risque plus de vivre ce problème que les bénéficiaires de l'aide sociale. En effet, les ménages dont le revenu dépend de l'aide sociale sont de deux à quatre fois plus susceptibles de souffrir d'insécurité alimentaire que ceux qui jouissent d'un revenu d'emploi<sup>35</sup>.

Selon le recensement de 2016, plus de 1,3 million de Canadien-ne-s (soit 4,6 % de la population) bénéficient d'une forme d'aide sociale, qu'il s'agisse de prestations pour aider les gens qui ont des difficultés financières temporaires ou de compensations en cas d'invalidité<sup>36</sup>. Toutefois, dans l'ensemble des provinces et des territoires canadiens, ces prestations sont loin de couvrir les besoins primaires. Au moment de publier le présent rapport, une personne célibataire vivant en Ontario recevait une prestation d'aide sociale de 733 \$ par mois<sup>37</sup>, alors que les frais de loyer et de services publics associés à un appartement comprenant une seule chambre à coucher atteignent en moyenne 943 \$<sup>38</sup>. Même

en tenant compte des prestations d'aide sociale et des autres transferts gouvernementaux (ex. : allocations pour enfants), les mesures de sécurité sociale dont bénéficient les adultes célibataires au Canada ne parviennent pas à hausser leur revenu au-dessus du seuil de pauvreté établi par le gouvernement fédéral. Au Nouveau-Brunswick, où l'écart entre les deux est le plus grand, il manque 16 928 \$ au revenu annuel des bénéficiaires de l'aide sociale pour que celui-ci atteigne le seuil de pauvreté. Pire encore, le montant des prestations d'aide sociale n'est pas ajusté en fonction du coût de la vie dans la plupart des provinces<sup>39</sup>, ce qui se traduit par une réduction du pouvoir d'achat des prestataires année après année.

Bien que le présent rapport se concentre sur les mesures que peut entreprendre le gouvernement fédéral (l'aide sociale est du ressort des provinces et des territoires), nous négligerions une importante partie du problème si nous omettions de souligner que la modicité des prestations d'aide sociale participe incontestablement à maintenir les gens dans la pauvreté.

### Prestation mensuelle d'aide sociale en Ontario

733 \$

### Loyer mensuel moyen et dépenses mensuelles moyennes pour un logement comprenant une seule chambre à coucher en Ontario

943 \$

### Seuil de faible revenu mensuel (après impôts) pour un adulte célibataire en Ontario

2 015 \$



**La hausse du coût de la vie fait en sorte que les gens ont de plus en plus de difficulté à joindre les deux bouts.**

## 4.3

# HAUSSE DU COÛT DE LA VIE

Bien que l'insécurité alimentaire soit fortement corrélée à la faiblesse du revenu, 30,3 % des Canadien-ne-s affectés par l'insécurité alimentaire jouissent d'un revenu qui se situe au-dessus du seuil de pauvreté<sup>40</sup>. Cependant, et malgré le fait que le revenu de ces derniers soit considéré comme adéquat, il ne leur reste pas suffisamment d'argent pour se procurer de la nourriture une fois qu'elles ont payé leur logement, les services de garde à l'enfance, leurs médicaments d'ordonnance, et comblé leurs autres besoins de base.

Au Canada, le prix des logements est de plus en plus inabordable, notamment dans les grandes villes. En 2016, 1,6 million de ménages urbains canadiens (soit 13,6 %) avaient des besoins impérieux en matière de logement<sup>41</sup>. Un ménage est réputé avoir des besoins impérieux en matière de logement s'il doit consacrer 30 % ou plus de son revenu brut au logement.

Le problème est encore plus criant au sein du quintile de revenu le plus faible, car la plupart des gens dans cette catégorie consacrent bien au-dessus de 50 % de leur revenu au loyer et au paiement des services publics<sup>42</sup>.

Les frais de services de garde à l'enfance représentent également un important fardeau

financier pour plusieurs familles canadiennes.

Dans les provinces qui n'ont pas mis en place de programmes substantiels en la matière, les frais de garde sont astronomiques — près de 22 000 \$ par enfant par année à Toronto. Pire encore, ces coûts continuent d'augmenter au rythme effréné de six fois celui de l'inflation<sup>43</sup>.

Le coût des médicaments d'ordonnance est un autre fardeau financier, notamment pour les personnes qui ne bénéficient pas d'une assurance publique ou privée. Un-e Canadien-ne sur cinq éprouve des difficultés à payer ses médicaments d'ordonnance, et trois millions d'entre eux ne peuvent tout simplement pas prendre leurs médicaments d'ordonnance parce qu'ils ne peuvent pas se les payer. Parmi les personnes qui prennent leur médication, un million doit faire des sacrifices sur le plan de la nourriture ou du chauffage pour être en mesure de la payer<sup>44</sup>.

Les prix des aliments sont également en hausse. Il est d'ailleurs prévu que ceux-ci augmenteront de 2 à 4 % au cours de 2020, ce qui représente une dépense annuelle supplémentaire de 487 \$ pour la famille moyenne canadienne. De la sorte, les dépenses alimentaires d'un ménage canadien atteindront jusqu'à 12 667 \$ par année<sup>45</sup>.



**En 2016, 13,6 % des ménages en milieu urbain ont dépensé 30 % ou plus de leur revenu brut pour se loger.**



**Les coûts de services de garde à l'enfance peuvent annuellement atteindre 22 000 \$ par enfant à Toronto.**



**Un-e Canadien-ne sur cinq a de la difficulté à se procurer les médicaments qui lui ont été prescrits.**



**Il est prévu que les prix des aliments augmenteront de 2 à 4 % au cours de 2020.**

## 4.4

# AUGMENTATION DU NOMBRE DE PERSONNES VIVANT SEULES

Les personnes vivant seules représentent actuellement le type de ménage le plus courant au Canada, leur nombre ayant dépassé celui des couples avec enfants. Entre 1981 et 2016, le nombre de personnes vivant seules est passé de 1,7 million à 4 millions — soit de 9 à 14 % de la population canadienne<sup>vii, 46</sup>. Le taux de pauvreté au sein de ce groupe de la population a également augmenté. Alors que le taux de pauvreté a diminué pour tous les autres types de ménages, il a légèrement augmenté chez les adultes célibataires de moins de 65 ans<sup>47</sup>.

Alors que le coût de la vie augmente, ces personnes se retrouvent à assumer seules l'ensemble des dépenses domestiques. Il n'est donc pas surprenant que 41 % des personnes vivant seules n'aient pas les moyens de régler leur loyer, alors que cette proportion atteint 17 % chez

les personnes vivant dans un ménage de deux personnes ou plus<sup>48</sup>. De plus, les personnes vivant seules dépendent de plus en plus à l'aide sociale : en Ontario, le nombre d'adultes célibataires qui bénéficient du programme Ontario au travail (soutien financier et aide à l'emploi) a augmenté de 65 % entre 2000 et 2011<sup>49</sup>.

Les banques alimentaires ont également enregistré une augmentation du nombre d'adultes célibataires au sein de leur clientèle. Ceux-ci représentent près de la moitié des personnes qui recourent aux banques alimentaires, malgré le fait qu'ils ne comptent que pour le quart de la population<sup>50</sup>. En fait, 43 % des personnes qui souffrent d'insécurité alimentaire au Canada sont des adultes seuls, qui vivent seuls ou avec d'autres<sup>51</sup>.

### Canadien-ne-s vivant seuls




**41 % des personnes vivant seules ont habité un logement inabordable; en comparaison, cette proportion tombe à 17 % chez celles vivant dans des ménages de deux personnes ou plus.**

<sup>vii</sup> Les statistiques pour les « personnes vivant seules » diffèrent de celles pour les « personnes célibataires », qui peuvent vivre seules ou avec d'autres personnes.



**De plus en plus de Canadien-ne-s vivent seuls et doivent conséquemment assumer eux-mêmes les dépenses domestiques.**



**Les communautés autochtones  
doivent être soutenues afin de  
rétablir leurs systèmes alimentaires  
traditionnels et d'atteindre la  
souveraineté alimentaire.**



## 4.5

# RACISME SYSTÉMIQUE ET COLONIALISME

Comme nous l'avons indiqué précédemment, les Canadien-ne-s racisés sont plus affectés par l'insécurité alimentaire que les personnes non racisées. Les taux d'insécurité alimentaire les plus élevés sont observés chez les Canadien-ne-s de race noire (28,9 %) et les Autochtones (28,2 % en dehors des réserves), mais ils sont également inacceptablement élevés chez les Arabes et les Antillais-e-s (20,4 %) et les Sud-Asiatiques (15,2 %), lorsque comparés à celui chez les personnes non racisées (11,1 %)<sup>52</sup>.

Même en tenant compte du revenu, du niveau de scolarité, de la composition du ménage et du type d'occupation de logement (acquisition ou location), les Canadien-ne-s de race noire sont presque deux fois plus susceptibles de souffrir d'insécurité alimentaire que les Canadien-ne-s de race blanche<sup>53</sup>. Par exemple, bien que le fait d'être propriétaire d'une maison protège de l'insécurité alimentaire, le taux d'insécurité alimentaire chez les propriétaires de maison de race noire est le même que chez les locataires de race blanche. Cela indique que le racisme systémique est un facteur déterminant.

Il existe également d'importantes disparités au Canada sur le plan du revenu et de la richesse entre, d'une part, les personnes non racisées et, d'autre part, les personnes racisées et les Autochtones<sup>viii</sup>. En 2015, les hommes et les femmes racisés ont respectivement gagné 0,78 \$ et 0,59 \$ pour chaque dollar gagné par les hommes non racisés (les femmes non racisées ont gagné 0,67 \$)<sup>54</sup>. Tous genres confondus, les Autochtones ont pour leur part gagné 0,75 \$ pour chaque dollar gagné par les non-Autochtones, cette proportion tombant à 0,55 \$ chez les femmes autochtones<sup>55</sup>.

Les Canadien-ne-s racisés ont en outre moins de chances d'obtenir des gains en capital et des revenus de placement que leurs concitoyen-ne-s non racisés. En moyenne, les Canadien-ne-s non racisés obtiennent des gains en capital et des revenus de placement qui sont respectivement 29 % et 47 % plus élevés que ceux des Canadien-ne-s racisés<sup>56</sup>.

Cette situation révèle une fois de plus la présence de racisme systémique. Pour donner un autre

exemple, les personnes non racisées nouvellement arrivées au pays gagnent davantage sur le marché du travail que les personnes racisées nouvellement arrivées, et ces inégalités salariales s'observent également au sein des deuxième et troisième générations<sup>57</sup>.

Si les Autochtones sont eux aussi victimes de racisme systémique, ils doivent de plus composer avec le fait que la nourriture a servi d'outil au colonialisme. Les systèmes alimentaires autochtones ont été perturbés par le déplacement et la destruction des sources de nourriture traditionnelle, comme le bison dans les Prairies<sup>58, 59</sup>. Les pensionnats autochtones et la Rafle des années 60 ont bouleversé la transmission intergénérationnelle de connaissances liées aux habitudes alimentaires traditionnelles<sup>60</sup>. Outre la nécessité de combler l'écart de revenu et de richesse entre les Autochtones et les non-Autochtones du Canada, il faut également aider les communautés autochtones à rebâtir leurs systèmes alimentaires traditionnels et à accéder à la souveraineté alimentaire.

<sup>viii</sup> Dans le cas présent, les « personnes racisées » n'incluent pas les Autochtones. Cette expression fait plutôt référence aux personnes qui, selon le recensement, sont considérées comme faisant partie des « minorités visibles ».

# 4.6 COÛT DE LA NOURRITURE DANS LE NORD DU CANADA

L'insécurité alimentaire est beaucoup plus prévalente dans le Nord du Canada que dans le reste du pays. Au Nunavut, où ce phénomène prend une ampleur inégalée, le taux d'insécurité alimentaire a explosé, passant de 33,1 % de la population en 2010<sup>61</sup> à 57 % en 2018<sup>62</sup>.

Nombreuses, les causes de ce drame découlent en grande partie du colonialisme et du déplacement forcé des peuples autochtones. Les coûts astronomiques liés à l'expédition de nourriture dans les communautés nordiques éloignées constituent l'un des principaux défis. En 2015, une famille torontoise de quatre personnes payait 847 \$ pour un panier de provisions nutritif. Or, le même panier coûtait 1 909 \$ à Attawapiskat dans le nord de l'Ontario<sup>63</sup>.

Le programme fédéral Nutrition Nord Canada a été instauré dans le but de subventionner le prix de la nourriture saine dans le Nord. Toutefois,

dans son rapport déposé en 2014, le vérificateur général du Canada souligne qu'il existe peu de preuves indiquant que les détaillant-e-s transfèrent la totalité des contributions aux consommatrices et aux consommateurs<sup>64</sup>. Une étude récente révèle en outre que ce programme n'est toujours pas parvenu à réduire l'insécurité alimentaire au Nunavut<sup>65</sup>.

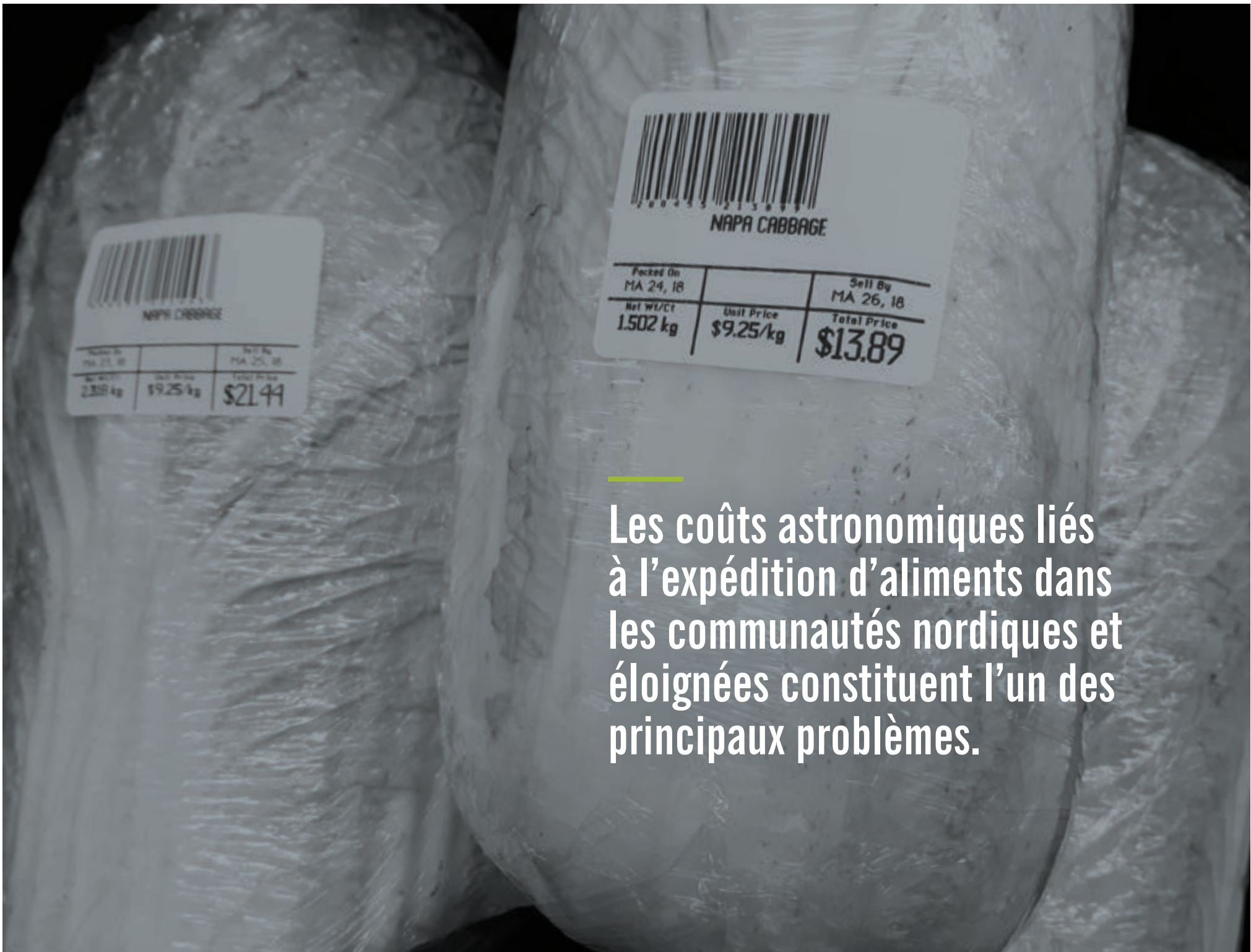
La bonification du financement du programme (atteignant 99 millions de dollars)<sup>66</sup>, ainsi que d'autres améliorations — notamment la mise en place de subventions destinées aux exploitant-e-s de ressources alimentaires visant à réduire les coûts associés à la chasse et à la récolte d'aliments traditionnels<sup>67</sup> — ont été bénéfiques. Toutefois, il faudrait en faire davantage pour infléchir la montée de l'insécurité alimentaire dans le Nord, et soutenir la restauration des systèmes alimentaires locaux.

## Taux d'insécurité alimentaire au Nunavut



**En 2015, une famille torontoise de quatre personnes payait 847 \$ pour un panier de provisions nutritif. Or, le même panier coûtait 1 909 \$ à Attawapiskat dans le nord de l'Ontario.**





Les coûts astronomiques liés à l'expédition d'aliments dans les communautés nordiques et éloignées constituent l'un des principaux problèmes.

5

SOLUTIONS



**Bien que le Canada compte parmi les pays les plus riches au monde, les lacunes dans notre filet social font en sorte que des millions de personnes souffrent d'insécurité alimentaire.**

## PRINCIPALES RECOMMANDATIONS

Des programmes et des politiques du gouvernement peuvent donner la priorité à des mesures permettant de s'attaquer à l'insécurité alimentaire et de combler l'écart entre le revenu des gens et le coût de la vie.

### Établir des cibles et améliorer le suivi

L'établissement de cibles de réduction de l'insécurité alimentaire permettra d'accorder une plus grande priorité à cet enjeu. Procéder annuellement au suivi des progrès réalisés et faire en sorte d'avoir en main des données adéquates ventilées en fonction des différents groupes ethniques oblige le gouvernement à rendre des comptes, en plus de l'aider à élaborer des politiques efficaces.

### Investir dans des mesures de soutien au revenu

Des millions de Canadien-ne-s vivent sous le seuil de pauvreté. Le gouvernement fédéral peut renforcer les mesures de soutien au revenu afin d'assurer que les gens puissent garnir leur table de bonne nourriture.

### Investir dans des programmes sociaux

Le coût de la vie augmente, et trop de Canadien-ne-s ont de la difficulté à combler leurs besoins de base. Des programmes sociaux tels que des services de garde subventionnés, des logements abordables et une assurance-médicaments peuvent aider les gens à joindre les deux bouts.

### Faire en sorte de mener la lutte contre l'insécurité alimentaire de manière équitable

Les taux d'insécurité alimentaire sont beaucoup plus élevés chez les Canadien-ne-s racisées et autochtones. Conséquemment, les politiques et les programmes doivent faire en sorte que la lutte contre l'insécurité alimentaire est menée de manière à ce que les retombées positives se répartissent équitablement au sein de la population.

## 5.1 RECOMMANDATIONS POLITIQUES

Il a été prouvé que des politiques gouvernementales visant à hausser le revenu des gens permettent de réduire l'insécurité alimentaire. Le gouvernement fédéral peut ainsi remporter d'importantes victoires contre l'insécurité alimentaire s'il allie une politique progressiste en matière de revenu à des programmes sociaux permettant aux personnes de combler leurs besoins de base à moindre coût, et s'il assure un accès équitable à l'une et l'autre de ces mesures.

Le gouvernement fédéral a récemment accompli quelques progrès dans ce dossier. L'allocation canadienne pour enfants (ACE) est un versement mensuel qui a été mis en place en 2016 pour épauler les familles ayant des enfants de moins de 18 ans. Au cours de l'année qui a suivi la mise en place de cette nouvelle mesure, ses bénéficiaires ont reçu un montant moyen de 6 800 \$, ce qui représente environ 2 300 \$ de plus que les anciens programmes qu'elle remplace. Or, les effets de cette nouvelle sont impressionnants : une étude révèle une réduction de 30 % de l'insécurité alimentaire grave au sein des familles avec enfants<sup>68</sup>. Le gouvernement fédéral a annoncé qu'il prévoit de bonifier l'ACE d'une tranche supplémentaire de 15 % pour les familles ayant des enfants de moins d'un an<sup>69</sup>.

Nous avons également constaté que les prestations pour personnes âgées (ex. : pension de la Sécurité de vieillesse, le Supplément de revenu garanti et la pension de retraite) contribuent à réduire l'insécurité alimentaire chez ce groupe de la population. Après 65 ans, le risque de souffrir d'insécurité alimentaire pour les Canadien-ne-s chute de moitié alors que plusieurs personnes qui occupaient un emploi précaire et faiblement rémunéré reçoivent dorénavant ces différentes formes d'aide financière de la part du gouvernement<sup>70</sup>.

Malgré ces améliorations chez les enfants et les aîné-e-s canadiens, les adultes célibataires, qui représentent 43 % des Canadien-ne-s souffrant d'insécurité alimentaire, ont essentiellement été laissés pour compte. Quant aux personnes noir-e-s, aux Autochtones et aux autres personnes racisées, ils continuent d'être davantage affectés par l'insécurité alimentaire que les personnes non racisées<sup>71</sup>.

L'instauration de la Prestation canadienne d'urgence durant la crise de la COVID-19 a été une importante occasion de tester un système offrant un revenu de base, près de trois fois supérieur aux prestations d'aide sociale offertes dans plusieurs provinces, à tous les Canadien-ne-s. Cela a provoqué un débat national sur la nécessité d'offrir un soutien financier adéquat aux personnes qui vivent dans la pauvreté ou qui sont au chômage.

Les recommandations qui suivent concernent des politiques et des programmes que le gouvernement fédéral pourrait mettre en œuvre afin de réduire l'insécurité alimentaire au Canada. Nous avons regroupé ces recommandations sous quatre thèmes :

- 1) l'établissement de cibles de réduction et l'amélioration du suivi du taux d'insécurité alimentaire;
- 2) l'investissement dans des mesures de soutien assurant un revenu de base adéquat;
- 3) l'investissement dans des programmes sociaux visant à réduire le coût de la vie; et
- 4) la mise en place de mesures permettant d'assurer que la lutte contre l'insécurité alimentaire est menée de manière équitable.

## 5.2

# ÉTABLISSEMENT DE CIBLES DE RÉDUCTION ET AMÉLIORATION DU SUIVI **DU TAUX D'INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE**

### ÉTABLIR DES CIBLES DE RÉDUCTION EN MATIÈRE D'INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE CONFORMÉMENT AU DEUXIÈME OBJECTIF DE DÉVELOPPEMENT DURABLE

Le Canada a adopté les Objectifs de développement durable (ODD) des Nations unies, qui constituent un train de mesures internationales afin de s'attaquer à certains des problèmes les plus inextricables de notre monde. Les pays membres des Nations unies sont tenus de déployer des efforts visant à résoudre ces problèmes d'ici l'horizon 2030.

L'ODD 2, intitulé Faim zéro, vise à « éliminer la faim, assurer la sécurité alimentaire, améliorer la nutrition et promouvoir l'agriculture durable<sup>72</sup> ». Afin de concrétiser cet objectif, le gouvernement fédéral devrait le rattacher à la Stratégie canadienne de réduction de la pauvreté et viser une réduction de l'insécurité alimentaire de 50 % d'ici 2030 — c.-à-d. afin que la proportion de la population souffrant de ce problème passe de 12,7 à 6,35 %. Afin d'assurer une répartition équitable des retombées de la lutte contre l'insécurité alimentaire, des objectifs spécifiques doivent également être établis pour les Autochtones, les Noir-e-s et les autres personnes racisées. L'objectif ultime devrait consister à éliminer complètement l'insécurité alimentaire.

### PROCÉDER AU SUIVI ANNUEL DU TAUX D'INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE ET RECUEILLIR DE MEILLEURES DONNÉES VENTILÉES EN FONCTION DES DIFFÉRENTS GROUPES ETHNIQUES

Afin d'élaborer des politiques pour réduire l'insécurité alimentaire, nous avons besoin de données à jour sur sa prévalence à l'échelle nationale et sur les groupes de la population les plus affectés. Bien que Statistique Canada publie quelques données sur le sujet, la tâche de préparer des rapports détaillés est laissée aux universitaires, qui doivent attendre des mois afin d'avoir accès aux données. Statistique Canada devrait ainsi publier des rapports annuels complets sur l'insécurité alimentaire au Canada, comme c'est la norme dans d'autres pays tels que les États-Unis<sup>x</sup>. Il est en outre essentiel que des données désagrégées soient diffusées afin que nous comprenions les disparités entre les différents groupes démographiques, et que nous puissions vérifier que l'ensemble des interventions soient efficaces pour tout le monde.

De plus, bien que des données ventilées en fonction des différents groupes ethniques soient recueillies, la taille des échantillons considérés est si faible qu'il est difficile de développer une compréhension détaillée de tous les facteurs menant à des taux élevés d'insécurité alimentaire chez les Canadien-ne-s racisés et d'origine autochtone<sup>73</sup>. Le gouvernement fédéral devrait ainsi accroître son effort d'échantillonnage pour les groupes dont la taille de l'échantillon est trop faible pour en tirer suffisamment de données.

<sup>x</sup> L'établissement d'une cible de réduction en matière d'insécurité alimentaire fait partie des responsabilités potentielles du conseil consultatif qui est en voie d'être créé sous l'égide de la Politique alimentaire pour le Canada.

<sup>x</sup> Voir <https://www.ers.usda.gov/topics/food-nutrition-assistance/food-security-in-the-us/>.

## 5.3

# INVESTISSEMENT DANS DES MESURES DE SOUTIEN POUR LES **CANADIEN-NE-S À FAIBLE REVENU**

## **INVESTIR DANS DES SOLUTIONS LIÉES AU REVENU, NOTAMMENT POUR LES ADULTES CÉLIBATAIRES, AFIN DE LUTTER CONTRE L'INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE**

Travailler devrait être un moyen de se sortir de la pauvreté. Cependant, au Canada, nous constatons une hausse du nombre d'emplois précaires à temps partiel, la proportion de la main-d'œuvre que représentent les employé-e-s au salaire minimum étant passée de 5,2 % en 1998 à 10,4 % en 2018<sup>74</sup>.

Les gouvernements doivent aider à faire en sorte que le revenu d'emploi de leurs citoyen-ne-s demeure au-dessus du seuil de pauvreté. Bien qu'une telle responsabilité soit en grande partie du ressort des provinces et des territoires (salaire minimum, aide sociale), le gouvernement fédéral dispose lui aussi d'importants leviers. Les gouvernements doivent en outre aider les personnes qui ne peuvent pas travailler pour cause d'invalidité.

### **RÉFORMER LE PROGRAMME D'ASSURANCE-EMPLOI DE MANIÈRE À CE QU'IL RÉPONDE MIEUX AUX BESOINS DES CANADIEN-NE-S À FAIBLE REVENU**

L'assurance-emploi est un programme essentiel offrant un soutien financier aux personnes sans emploi qui cherchent du travail ou perfectionnent leurs compétences. Malheureusement, les travailleuses et travailleurs à faible revenu ne jouissent pas du même accès à l'assurance-emploi que leurs pairs qui gagnent un meilleur salaire. En 2017, seulement 68 % des travailleuses et des travailleurs à faible revenu qui ont contribué au programme et qui ont quitté leur emploi pour des raisons admissibles ont reçu des prestations<sup>75</sup>, alors que la moyenne canadienne se situait à 84,3 %<sup>76</sup>.

Le gouvernement fédéral a apporté des modifications temporaires à l'assurance-emploi afin d'offrir plus d'assistance aux gens durant la pandémie de COVID-19, mais des solutions permanentes demeurent nécessaires. Toute personne qui contribue au programme d'assurance-emploi et qui se retrouve dans le besoin devrait pouvoir obtenir ce soutien. Le gouvernement fédéral devrait mettre sur pied un programme intermédiaire afin d'aider les personnes admissibles à l'assurance-emploi dès qu'elles perdent leur emploi, ou créer un nouveau volet d'aide financière spécifiquement destiné aux personnes à faible revenu et à celles qui ont un emploi précaire. Cela permettrait d'assurer aux travailleuses et travailleurs à faible revenu un accès plus équitable à l'assurance-emploi.

En plus d'améliorer l'accès à l'assurance-emploi, le gouvernement fédéral doit assurer que les prestations qu'il verse à ses citoyen-ne-s suffisent à couvrir leurs besoins de base. Le taux de remplacement du revenu de 55 % actuellement en vigueur ne fait qu'enfoncer davantage les travailleuses et travailleurs à faible revenu dans la pauvreté. Ainsi, afin que les Canadien-ne-s puissent joindre les deux bouts même lorsqu'ils sont prestataires de l'assurance-emploi, le taux de remplacement devrait être haussé à 75 %, et à 85 % dans le cas des travailleuses et des travailleurs à faible revenu.



## 5.3

### INVESTISSEMENT DANS DES MESURES DE SOUTIEN POUR LES CANADIEN-NE-S À FAIBLE REVENU (suite)

#### CONVERTIR LES CRÉDITS D'IMPÔT ACTUELLEMENT NON REMBOURSABLES EN CRÉDITS D'IMPÔT REMBOURSABLES, EN ACCORDANT LA PRIORITÉ AU CRÉDIT D'IMPÔT POUR PERSONNES HANDICAPÉES

Les crédits d'impôt constituent l'un des outils les plus efficaces dont dispose le gouvernement fédéral pour contrer la pauvreté et l'insécurité alimentaire. Le Canada offre deux types de crédits d'impôt : ceux qui sont remboursables, et ceux qui sont non remboursables. Les crédits d'impôt remboursables, comme l'Allocation canadienne pour enfants, permettent aux personnes dont le revenu est inférieur à un certain seuil d'obtenir un remboursement d'impôt. Alors que ce type de crédits permet de remettre de l'argent directement dans les poches des contribuables, il représente un important levier pour réduire la pauvreté. Quant aux crédits d'impôt non remboursables, ils permettent de réduire l'impôt que les gens doivent verser au gouvernement. Ils n'ont donc aucune utilité pour bon nombre de personnes à faible revenu puisqu'elles ne paient pas, sinon peu, d'impôt.

Convertir certains crédits d'impôt non remboursables en crédits d'impôt remboursables représente l'un des principaux moyens par lesquels le gouvernement fédéral peut soutenir les Canadien-ne-s à faible revenu.

Le crédit d'impôt pour personnes handicapées (CIPH), par exemple, est actuellement non remboursable. Près de 2,7 millions de Canadien-ne-s sont aux prises avec un handicap grave ou très grave<sup>77</sup>. Or, les personnes ayant un grave handicap sont plus susceptibles d'être sans emploi<sup>78</sup>, et 30 % de celles-ci vivent sous la mesure de faible revenu<sup>79</sup>. Pour ces personnes, le CIPH a donc une utilité marginale. Si toutefois ce dernier était converti en crédit remboursable, elles pourraient recevoir jusqu'à 1 262,40 \$ par année. Ce dernier montant correspond à une hausse de revenu de 9 % pour une personne célibataire handicapée vivant en Ontario.

#### INSTAURER UN CRÉDIT D'IMPÔT REMBOURSABLE DESTINÉ AUX ADULTES EN ÂGE DE TRAVAILLER

Comme indiqué précédemment, le gouvernement fédéral offre de l'aide financière aux parents d'enfants et aux personnes âgées, cette mesure ayant démontré sa capacité à réduire le taux d'insécurité alimentaire chez ces groupes. L'aide fédérale offerte aux adultes âgés de 18 à 64 ans qui n'ont pas d'enfants, comme le crédit pour la TPS/TVH (qui aide les personnes à faible revenu à réduire le montant des taxes qu'elles paient) et l'Allocation canadienne pour les travailleuses et travailleurs (qui soutient les travailleuses et travailleurs à faible revenu), est toutefois moins généreuse. Or, cela fait en sorte que plusieurs Canadien-ne-s qui occupent des emplois au salaire minimum ou qui reçoivent des prestations d'aide sociale ne sont pas en mesure de joindre les deux bouts.

Le gouvernement fédéral devrait ainsi envisager l'instauration d'un crédit d'impôt remboursable substantiel pour les adultes en âge de travailler. Cela permettrait de réduire le niveau de pauvreté et d'insécurité alimentaire chez cette tranche de la population, en plus d'établir un revenu de base en deçà duquel aucune Canadienne et aucun Canadien ne devrait tomber.

## 5.3

### INVESTISSEMENT DANS DES MESURES DE SOUTIEN POUR LES CANADIEN-NE-S À FAIBLE REVENU (suite)

---

#### FAIRE EN SORTE QUE LES CANADIEN-NE-S À FAIBLE REVENU, NOTAMMENT CEUX VIVANT DANS LES RÉSERVES DES PREMIÈRES NATIONS, AIENT UN MEILLEUR ACCÈS À DE L'AIDE POUR REMPLIR LEUR DÉCLARATION DE REVENUS ET À DES SERVICES DE PRESTATIONS

---

Les crédits d'impôt et les autres prestations gouvernementales sont des moyens efficaces dont dispose le gouvernement fédéral pour soutenir les Canadien-ne-s à faible revenu, mais pour cela, il faut que les gens remplissent leur déclaration de revenus. Or, ceux-ci ne le font pas pour différentes raisons, que ce soit à cause de lacunes sur le plan de la culture financière, de la peur de commettre des erreurs, ou de problèmes de santé mentale<sup>80</sup>. Cela est particulièrement difficile pour les personnes à faible revenu<sup>81</sup>.

Les Canadien-ne-s vulnérables passent à côté d'environ un milliard de dollars en crédits d'impôt et en prestations auxquels ils sont pourtant admissibles<sup>82</sup>. Il est estimé qu'entre 5 et 10 % des ménages à faible revenu ne réclament pas les crédits d'impôt auxquels ils ont droit. Il s'agit là d'un sérieux problème, considérant que ces crédits peuvent représenter jusqu'à 50 % du revenu de certains ménages<sup>83</sup>.

Les personnes racisées et les Autochtones doivent composer avec d'importants obstacles administratifs les empêchant de remplir une déclaration de revenus, et sont conséquemment plus susceptibles de ne pas profiter des prestations offertes par le gouvernement. L'information portant sur ces prestations ne parvient pas nécessairement à ces personnes, et les demandes de prestations peuvent être extrêmement compliquées à remplir. Or, cela comporte d'importantes répercussions sur le plan financier pour ces personnes. Par exemple, le gouvernement fédéral estime qu'une famille sur

cinq vivant dans une réserve ne demandera pas l'Allocation canadienne pour enfants<sup>84</sup>, qui prévoit annuellement jusqu'à 6 639 \$ par enfant.

Le gouvernement fédéral a consacré des efforts afin que plus de gens remplissent leur déclaration de revenus, mais il doit en faire davantage. Une multitude de solutions restent à explorer, dont la simplification et l'automatisation du processus de remplissage des déclarations de revenus et des demandes de prestations, de même que l'augmentation des crédits d'impôt et des prestations. Le gouvernement devrait également mieux soutenir le Programme communautaire des bénévoles en matière d'impôt (PCBMI), qui soutient la mise en place de comptoirs d'information fiscale, et offre une aide individuelle aux gens afin qu'ils s'y retrouvent parmi les programmes de prestations et y accèdent plus facilement<sup>85</sup>.

Enfin, le gouvernement devrait continuer de tendre la main aux communautés autochtones, commencer à offrir de l'assistance aux communautés racisées, et travailler avec des partenaires afin de faire en sorte que ces populations accèdent aux services fiscaux et de prestations dont elles ont besoin. Cela pourrait notamment se faire en explorant des manières novatrices de remplir les déclarations de revenus en dehors du cadre du PCBMI, qui ne donne pas de très bons résultats dans plusieurs communautés autochtones, de même qu'auprès de certains groupes de la population comme les nouveaux arrivant-e-s, et les travailleuses et travailleurs autonomes<sup>86</sup>.

## 5.4

# INVESTISSEMENT DANS DES PROGRAMMES SOCIAUX VISANT À **RÉDUIRE LE COÛT DE LA VIE**

---

## **HÂTER LA MISE EN PLACE DE L'ALLOCATION CANADIENNE POUR LE LOGEMENT ET ACCROÎTRE GRADUELLEMENT LES INVESTISSEMENTS DANS CE PROGRAMME AU FIL DU TEMPS**

---

L'ensemble des Canadien-ne-s devrait avoir accès à un logement abordable. La Loi sur la Stratégie nationale sur le logement, promulguée en 2019, affirme d'ailleurs que l'accès à un logement adéquat constitue un droit humain.

Annoncée dans le cadre de la Stratégie nationale sur le logement, l'Allocation canadienne pour le logement (ACL) est une prestation transférable (c.-à-d. que ses bénéficiaires peuvent continuer de s'en prévaloir même s'ils changent de logement) remise directement aux Canadien-ne-s qui ont des besoins impérieux en matière de logement. L'ACL est un programme de quatre milliards de dollars qui a pour ultime objectif de soutenir 300 000 ménages canadiens en leur remettant un montant moyen de 2 500 \$ par année<sup>87</sup>.

Cette aide financière sera vitale pour les ménages qui en bénéficieront. Toutefois, alors qu'il est prévu que le programme sera administré entre 2020-2021 et 2027-2028, plusieurs Canadien-ne-s devront attendre bien trop longtemps avant de pouvoir s'en prévaloir. Le gouvernement fédéral devrait

donc hâter la mise en place de l'ACL afin que les Canadien-ne-s aux prises avec des problèmes financiers puissent obtenir l'aide dont ils ont besoin le plus rapidement possible.

Par ailleurs, l'ACL devrait cibler les personnes qui ont des besoins particulièrement sévères en matière de logement (c.-à-d. celles qui doivent consacrer 50 % ou plus de leur budget au logement), de même que celles qui courent le plus de risques de se retrouver sans toit, comme les Noir-e-s dans certains centres urbains. Une fois ce programme en place, le gouvernement fédéral devrait y investir davantage de fonds afin que le plus grand nombre possible de Canadien-ne-s voient leur revenu suffisamment bonifié pour pouvoir payer leur loyer.

En plus d'accélérer la mise en place de l'ACL, des fonds devraient être investis dans de nouveaux logements abordables et dans la rénovation des logements déjà existants, ces deux mesures faisant partie de la Stratégie nationale sur le logement.

## 5.4

**INVESTISSEMENT DANS DES PROGRAMMES SOCIAUX (suite)****ACCROÎTRE GRADUELLEMENT LE FINANCEMENT FÉDÉRAL DESTINÉ À L'APPRENTISSAGE PRÉSCOLAIRE ET AUX SERVICES DE GARDE À L'ENFANCE JUSQU'À CE QU'IL CORRESPONDE À LA NORME INTERNATIONALE EN LA MATIÈRE**

Toutes les familles canadiennes devraient être en mesure d'accéder à des services de garde à l'enfance de qualité sans avoir à sacrifier leur santé et leur bien-être. Actuellement, les frais associés aux services de garde à l'enfance sont exorbitants dans plusieurs endroits au pays, ce qui oblige les familles à faire des choix difficiles, en plus de décourager les femmes à retourner sur le marché du travail.

Selon la norme internationale en la matière, les dépenses consacrées aux services de garde à l'enfance doivent représenter 1 % du PIB, alors que le Canada n'y a investi que 0,5 % de son PIB en 2018<sup>88</sup>. Bien que cela représente une somme substantielle, le gouvernement fédéral devrait augmenter ses investissements dans les services de garde à l'enfance jusqu'à ce qu'ils atteignent 1 % du PIB canadien.

Les investissements faits dans les services de garde à l'enfance se remboursent d'eux-mêmes. Au Canada, environ 150 000 femmes restent actuellement à la maison pour prendre soin de leurs enfants alors qu'elles possèdent une scolarité élevée et vivent avec un-e conjoint-e. Or, selon le Fonds monétaire international, si ces femmes retournaient sur le marché du travail et payaient des impôts, le PIB du Canada augmenterait de deux points de pourcentage, et sa recette fiscale de huit milliards de dollars<sup>89</sup>.

**INSTAURER UN PROGRAMME PUBLIC UNIVERSEL D'ASSURANCE-MÉDICAMENTS**

Aucun-e Canadien-ne ne devrait avoir à choisir entre ses médicaments ou sa nourriture faute de moyens financiers. Cependant, 20 % de nos concitoyen-ne-s ne possèdent aucune assurance-médicaments<sup>90</sup>.

Une assurance-médicaments universelle constitue l'une des priorités annoncées du gouvernement fédéral. Dans la lettre de mandat que le premier ministre Justin Trudeau a adressée à la ministre de la Santé, celui-ci lui demande de « poursuivre la mise en œuvre d'un régime d'assurance-médicaments universel à l'échelle nationale, ce qui comprend l'établissement de l'Agence canadienne des médicaments, la mise en place d'un formulaire national et l'exécution d'une stratégie sur les médicaments pour les maladies rares afin d'aider les familles canadiennes à économiser de l'argent sur les médicaments coûteux<sup>91</sup> ». Toutefois, l'échéancier pour la mise en œuvre de cette mesure n'est pas précisé. Afin d'assurer que les Canadien-ne-s puissent se procurer les médicaments dont ils ont besoin, le gouvernement fédéral devrait mettre en place une assurance-médicaments aussitôt que possible.

## 5.5

# ADOPTION DE MESURES ASSURANT UNE DISTRIBUTION ÉQUITABLE DES BÉNÉFICES

---

### **POURUIVRE LA RÉFORME DU PROGRAMME NUTRITION NORD CANADA EN PARTENARIAT AVEC LE GROUPE DE TRAVAIL INUIT-COURONNE SUR LA SÉCURITÉ ALIMENTAIRE ET D'AUTRES HABITANT-E-S DU NORD**

---

Les Canadien-ne-s qui habitent le domaine nordique devraient avoir accès à de la nourriture abordable. Comme nous l'avons expliqué précédemment, l'insécurité alimentaire représente un problème complexe dans le Nord, et sa résolution exige une approche multidimensionnelle qui doit s'inscrire dans le cadre des efforts de réconciliation. Dans cet ordre d'idée, il est nécessaire de poursuivre la réforme du programme Nutrition Nord Canada (NNC) afin de réduire le prix de la nourriture dans les communautés nordiques, et de renforcer les systèmes alimentaires locaux.

Bien qu'il soit encore trop tôt pour se prononcer sur les répercussions de cette réforme sur les habitant-e-s du Nord, le taux d'insécurité alimentaire qui règne là-bas demeure inacceptablement élevé. Le gouvernement fédéral devrait s'en remettre au leadership des Inuit-e-s et des autres représentant-e-s du Nord, et continuer de collaborer avec le groupe de travail Inuit-Couronne sur la sécurité alimentaire et d'autres habitant-e-s du Nord afin que le programme NNC parvienne à fournir plus efficacement de la nourriture nutritive à prix abordable, de même qu'à soutenir l'approvisionnement en aliments traditionnels obtenus par le biais de la chasse et de la cueillette.

---

### **CRÉER, EN PARTENARIAT AVEC LES DIRIGEANT-E-S AUTOCHTONES, UN FONDS DESTINÉ À SOUTENIR LA SOUVERAINETÉ ALIMENTAIRE DES AUTOCHTONES**

---

Considérant le taux d'insécurité alimentaire inacceptablement élevé chez les Autochtones de même que la perte de leurs systèmes et de leurs connaissances alimentaires, le gouvernement fédéral devrait créer un fond pour soutenir les projets promouvant la souveraineté alimentaire autochtone. De tels projets pourraient concerner la chasse, la pêche, la cueillette, l'agriculture autochtone, et la transmission intergénérationnelle de connaissances liées aux habitudes alimentaires autochtones.

Ce fonds doit être créé et administré par les dirigeant-e-s autochtone

## 5.5

### ADOPTION DE MESURES ASSURANT UNE DISTRIBUTION ÉQUITABLE DES BÉNÉFICES (suite)

---

#### CRÉER UN FONDS DESTINÉ À RÉDUIRE L'INCIDENCE DE L'INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE CHEZ LES CANADIEN-NE-S NOIR-E-S

---

Comme nous l'avons indiqué précédemment, les personnes de race noire comptent parmi les groupes de la population canadienne chez qui le taux d'insécurité alimentaire est le plus élevé. Or, de récentes études indiquent que le racisme systémique constitue l'une des principales causes de cette situation. Le gouvernement fédéral devrait ainsi créer un fonds pour soutenir des projets et des recherches destinés à réduire l'incidence de l'insécurité alimentaire chez les Canadien-ne-s de race noire.

---

#### SOUMETTRE TOUTES LES INTERVENTIONS VISANT À RÉDUIRE LA PAUVRETÉ ET L'INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE À UNE ÉVALUATION DE LEUR INCIDENCE SUR L'ÉQUITÉ RACIALE

---

Bien que partant de bonnes intentions, plusieurs politiques en matière de revenu et de programmes sociaux accroissent involontairement les inégalités. Le gouvernement fédéral devrait donc soumettre toutes ses politiques et ses interventions visant à réduire la pauvreté et l'insécurité alimentaire à une évaluation de leur incidence sur l'équité raciale (EIEA) de même qu'à une analyse différenciée selon le genre. Il pourra ainsi s'assurer qu'il travaille de manière équitable, et qu'il parvient à joindre les populations risquant le plus de souffrir d'insécurité alimentaire.

Les EIEA sont des outils qui permettent de prévenir le racisme dans les organisations en examinant de façon systématique de quelle manière les politiques peuvent être défavorables aux groupes racisés<sup>92</sup>. Ces évaluations sont axées sur l'action en ce sens qu'elles combinent l'analyse de la situation à la mise en œuvre de stratégies de mitigation et à un suivi subséquent.

# 6



# APPENDICES

MÉTHODOLOGIE  
REMERCIEMENTS  
LISTE DES RÉFÉRENCES

# 6.1 MÉTHODOLOGIE

Chaque année, Centres communautaires d'alimentation du Canada fait passer un questionnaire aux centres communautaires d'alimentation participants afin d'obtenir des statistiques démographiques sur les membres des communautés qu'ils servent, d'améliorer les programmes qu'ils offrent, d'évaluer l'incidence de leur travail, et de mesurer leurs progrès. En 2019, nous avons ajouté une section à ce questionnaire afin de mieux comprendre la manière dont l'insécurité alimentaire affecte le bien-être des membres des communautés. Nous avons également invité nos partenaires rattachés aux Organisations pour la bonne nourriture à recueillir cette information, et les avons formés en conséquence.

Cette année, nous avons amorcé le processus de conception du questionnaire en menant dix entrevues et deux groupes de discussion avec des personnes qui fréquentent les centres communautaires d'alimentation NorWest Co-op à Winnipeg au Manitoba et d'Hamilton en Ontario. Les discussions que nous avons eues lors de ces rencontres nous ont permis de vérifier certaines de nos hypothèses, et d'aborder les répercussions communes, mais souvent négligées de l'insécurité

alimentaire. Les suggestions de ces membres des différentes communautés ont servi à guider notre approche et à établir le contenu de nos questions. Nous avons ainsi été en mesure de mettre au point un questionnaire qui aborde des questions et des préoccupations revêtant une importance particulière pour l'ensemble des personnes interrogées.

---

## LE QUESTIONNAIRE

---

À partir d'un questionnaire de dépistage de l'insécurité alimentaire comportant deux questions ayant été préalablement validé<sup>93</sup>, les répondant-e-s devaient indiquer si, au cours de la dernière année, ils avaient craint de manquer de nourriture, ou s'ils avaient effectivement manqué de nourriture parce qu'ils n'avaient pas d'argent pour s'en procurer. Ces deux questions ont servi à déterminer de façon rapide quels répondant-e-s souffraient d'insécurité alimentaire. Le test de dépistage de l'insécurité alimentaire s'est révélé positif pour 561 des personnes interrogées. En répondant à une série de questions à choix multiple, ces dernières devaient ensuite indiquer si leur situation

alimentaire avait affecté leur santé physique ou mentale; leurs relations avec leurs ami-e-s et les membres de leur famille; la vie de leurs enfants; leur capacité de participer à des activités sociales ou communautaires; leur capacité de trouver et de garder un emploi; leur capacité d'exprimer, de partager ou de célébrer leur culture; de même que leurs ambitions dans la vie.

Reconnaissant qu'à elles seules, ces questions à choix multiple ne permettent pas de préciser la manière particulière dont l'insécurité alimentaire affecte la vie et le bien-être des répondant-e-s, ceux-ci ont été invités à fournir plus de détails sur cet aspect à l'aide de questions ouvertes. À moins d'une demande contraire de la part des répondant-e-s, les questionnaires ont été menés oralement par des employé-e-s et des membres des communautés formés à cette fin. Les intervieweuses et intervieweurs ont en outre déterminé parmi les répondant-e-s ceux dont les expériences vécues avaient un lien direct avec le problème en cause. Nous avons ainsi pu effectuer un suivi auprès de ces derniers afin de recueillir des témoignages plus détaillés, que nous présentons dans le présent rapport et sur notre site web.



## 6.1 MÉTHODOLOGIE (suite)

---

### ANALYSE DES RÉSULTATS

---

Les réponses aux questions à choix multiple ont servi à calculer la donnée principale (pourcentage) présentée au début de chaque sous-section de la section « Témoignages et répercussions » (par ex., le nombre relatif de répondant-e-s qui ont indiqué que l'insécurité alimentaire avait une incidence négative sur leur santé physique), alors que les réponses aux questions ouvertes ont servi à calculer la ou les données complémentaires (pourcentage ou fraction) apparaissant dans certaines de ces sous-sections (par ex., le nombre relatif de répondant-e-s qui ont établi un lien entre l'insécurité alimentaire et leurs difficultés à gérer un ou plusieurs de leurs problèmes de santé mentale).

Afin de calculer la ou les données complémentaires présentées dans certaines sous-sections de la section « Témoignages et répercussions », les réponses aux questions ouvertes ont été soumises à une analyse textuelle utilisant un codage inductif. Pour chaque regroupement de mots significatif ou révélateur, un pourcentage a été déterminé afin de mettre en lumière la nature commune des expériences décrites ou des explications données par les répondant-e-s. Conséquemment, il est possible que ces données complémentaires sous-estiment la proportion réelle de répondant-e-s ayant vécu les différentes situations rapportées. De plus, les différentes réponses ne doivent pas être considérées comme mutuellement exclusives (par ex., les répondant-e-s ont souvent indiqué que

l'insécurité alimentaire avait affecté leur santé physique de différentes façons).

Notons enfin que certaines personnes n'ont pas répondu à toutes les questions du questionnaire puisque celui-ci a été rempli sur une base volontaire. Les données relatives apparaissant dans le présent rapport sont donc basées sur le nombre de personnes ayant répondu à chaque réponse plutôt que sur le nombre total de participant-e-s au questionnaire.

## 6.2

# REMERCIEMENTS

---

Centres communautaires d'alimentation du Canada remercie les centaines de personnes à travers le pays qui ont répondu à ce questionnaire, de même que les centres communautaires d'alimentation et les Organisations pour la bonne nourriture qui ont participé. Le présent rapport n'aurait pas vu le jour sans le travail des membres de communautés suivants qui ont participé aux groupes de discussion, et ont contribué à la

conception du questionnaire et à l'ensemble du processus de recherche : Jessica L., Nicola, Junie Omand-Penner, Bradley Penner, de même que 17 autres personnes qui ont préféré conserver l'anonymat. Nous désirons également exprimer notre reconnaissance à Meredith Hayes, Michelle Mak, Miranda McSorley, Ziadh Rabbani, Becky Thomas, Kat Yee, de même qu'à toutes les autres personnes qui ont donné un coup de main pour le questionnaire.

Merci également à Hannah Aldridge, Pedro Barrata, Adam Fair, Valerie Tarasuk et Ricardo Tranjan pour leurs conseils et commentaires, de même qu'à PROOF pour son travail de recherche et d'analyse essentiel sur l'insécurité alimentaire au Canada.

### AUTEURES DU RAPPORT

Sasha McNicoll  
Andrea Curtis

### RÉVISEUSES ET RÉVISEURS

Nick Saul  
Kathryn Scharf  
Juniper Locilento  
Tracy Bordian  
Ramsey Hart  
Lila Knox  
Wade Thorhaug

### GESTIONNAIRE EN ÉVALUATION

Meagan Dellavilla

### ASSISTANT DE RECHERCHE

Jordan Mak

### ADJOINT-E-S AUX COMMUNICATIONS

Melissa Benner  
Allison Buchan-Terrell  
Chris Chaplin  
Hilary Ostrom  
Christina Pallasio  
Kennedy Sherwood

### CONCEPTION GRAPHIQUE

Roseander Main

### TRADUCTION FRANÇAISE

Nicolas Soumis

## 6.2

**REMERCIEMENTS (suite)****LE QUESTIONNAIRE A ÉTÉ DISTRIBUÉ DANS LES ORGANISATIONS SUIVANTES**

Centre communautaire d'alimentation  
de Mount Paul (Kamloops, Colombie-Britannique)

Centre communautaire d'alimentation  
de Nelson (Nelson, Colombie-Britannique)

Centre communautaire d'alimentation  
The Alex (Calgary, Alberta)

Centre communautaire d'alimentation  
NorWest Co-op (Winnipeg, Manitoba)

Centre communautaire d'alimentation  
de Regent Park (Toronto, Ontario)

Centre communautaire d'alimentation  
de Hamilton (Hamilton, Ontario)

Centre communautaire d'alimentation  
The Table (Perth, Ontario)

Centre communautaire d'alimentation  
The Local (Stratford, Ontario)

Centre communautaire d'alimentation  
de North Grove (Dartmouth, Nouvelle-Écosse)

Centre communautaire d'alimentation  
Natoaganeg (Première Nation d'Eel Ground,  
Nouveau-Brunswick)

Jewish Family Services  
(Vancouver, Colombie-Britannique)

Family Services of Greater Vancouver  
(Vancouver, Colombie-Britannique)

Société Saint-Vincent-de-Paul  
(Victoria, Colombie-Britannique)

Community Connections Society  
(Revelstoke, Colombie-Britannique)

Interfaith Food Bank Society of Lethbridge  
(Lethbridge, Alberta)

Sherbourne Health Centre Corporation  
(Toronto, Ontario)

Mission Services Hamilton (Hamilton, Ontario)

York Region Food Network (Aurora, Ontario)

Food for Life (Burlington, Ontario)

Loving Spoonful (Kingston, Ontario)

Carrefour Famille New Carlisle  
(New Carlisle, Québec)

Chebucto Family Centre  
(Halifax, Nouvelle-Écosse)

**POUR PLUS DE DÉTAILS OU POUR FAIRE  
UN DON, VEUILLEZ VISITER  
[WWW.CFCCANADA.CA/FR](http://WWW.CFCCANADA.CA/FR)**

## 6.3

## NOTES EN FIN DE DOCUMENT

- <sup>1</sup> Tarasuk, V. et Mitchell, A. 2020. *L'insécurité alimentaire des ménages au Canada, 2017-2018*. Toronto : Research to identify policy options to reduce food insecurity (PROOF). Accessible au <https://proof.utoronto.ca/resources/proof-annual-reports/household-food-insecurity-in-canada-2017-2018/>
- <sup>2</sup> Statistique Canada. 2020. *L'insécurité alimentaire pendant la pandémie de COVID-19, mai 2020*. Accessible au <https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/45-28-0001/2020001/article/00039-fra.htm?wbdisable=true>
- <sup>3</sup> Tarasuk et Mitchell, 2020, *loc. cit.*
- <sup>4</sup> Inuit Tapiriit Kanatami 2020. *Inuit Food Insecurity in Canada*. Accessible au <https://www.itk.ca/nuluaq-mapping-project/inuit-food-insecurity-canada-background/>
- <sup>5</sup> Tarasuk et Mitchell, 2020, *loc. cit.*
- <sup>6</sup> *Ibid.*
- <sup>7</sup> Loopstra, R. 2013. *Food insecurity indicator of poor progress on poverty*. Canada sans pauvreté. Accessible au <https://cwp-csp.ca/2013/08/food-insecurity-indicator-of-poor-progress-on-poverty/>
- <sup>8</sup> Research to identify policy options to reduce food insecurity (PROOF). 2016. *The Impact of Food Insecurity on Health*. Accessible au <https://proof.utoronto.ca/wp-content/uploads/2016/06/health-impact-factsheet.pdf>
- <sup>9</sup> Mikkonen, J. et Raphael, D. 2010. *Social determinants of health: the Canadian facts*. Toronto : York University School of Health Policy and Management.
- <sup>10</sup> Tarasuk, V., Cheng, J., de Oliveira, C., Dachner, N., Gundersen, C. et Kurdyak, P. 2015. « Association between household food insecurity and annual health care costs ». *Canadian Medical Association Journal* **187**(4) : E429-E436.
- <sup>11</sup> Men, F., Gundersen, C., Urquia, M.L. et Tarasuk, V. 2020. « Vulnerable Populations: Association between household food insecurity and mortality in Canada: a population-based retrospective cohort study ». *Canadian Medical Association Journal*, **192**(3) : E53-E60.
- <sup>12</sup> Research to identify policy options to reduce food insecurity (PROOF). 2018. *Food Insecurity and Mental Health*. Accessible au <https://proof.utoronto.ca/wp-content/uploads/2018/02/mental-health-fact-sheet.pdf>
- <sup>13</sup> *Id.*, 2020. *Lived experience of food insecurity*. Accessible au <https://proof.utoronto.ca/resources/research-publications/lived-experience-of-food-insecurity/>
- <sup>14</sup> Stewart, M.J., Makwarimba, E., Reutter, L.I., Veenstra, G., Raphael, D. et Love, R. 2009. « Poverty, sense of belonging and experiences of social isolation ». *Journal of Poverty* **13**(2) : 173-195.
- <sup>15</sup> Nicholson, N. 2012. « A review of social isolation: an important but underassessed condition in older adults ». *The Journal of Primary Prevention*, **33** : 137-152.
- <sup>16</sup> Tarasuk, V., Fafard St-Germain A. et Loopstra, R. 2019. The Relationship Between Food Banks and Food Insecurity: Insights from Canada. *VOLUNTAS: International Journal of Voluntary and Nonprofit Organizations*, doi : 10.1007/s11266-019-00092-w.
- <sup>17</sup> Loopstra, R. et Tarasuk, V. 2012. « The Relationship Between Food Banks and Household Food Insecurity among Low-Income Toronto Families ». *Canadian Public Policy*, **38**(4) : 497-514.
- <sup>18</sup> Tarasuk, V., Fafard St-Germain A. et Loopstra, R. 2019, *loc. cit.*

- <sup>19</sup> Alliance canadienne du commerce agroalimentaire. 2020. *Commerce agroalimentaire*. Accessible au <http://cafta.org/fr/commerce-agroalimentaire/>
- <sup>20</sup> Men, F., Gundersen, C., Urquia, M.L. et Tarasuk, V. 2019. « Prescription medication nonadherence associated with food insecurity: a population-based cross-sectional study ». *Canadian Medical Association Journal*, **7(3)** : E590-E597.
- <sup>21</sup> Tarasuk, V., Cheng, J., Gundersen, C., de Oliveira, C. et Kurdyak, P. 2018. « The Relation Between Food Insecurity and Mental Health Care Utilization in Ontario ». *Canadian Journal of Psychiatry*, **63(8)** : 557-569.
- <sup>22</sup> Davidson, K.M., Marshall-Fabien, G.L. et Tecson, A. 2015. « Association of moderate and severe food insecurity with suicidal ideation in adults: national survey data from three Canadian provinces ». *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, **50(6)** : 963-972.
- <sup>23</sup> Hortulanus, R., Machielse, A. et Meeuwesen, L. 2006. *Social isolation in modern society*. New York : Routledge.
- <sup>24</sup> Collins, L. 2012. « The Impact of Food Insecurity on Women's Mental Health: How it Negatively Affects Children's Health and Development ». *Journal of the Association for Research on Mothering*, **11(1)** : 251-262.
- <sup>25</sup> Fram, M.S., Frongillo, E.A., Jones, S.J., Williams, R.C., Burke, M.P., DeLoach, K.P. et Blake, C.E. 2011. « Children Are Aware of Food Insecurity and Take Responsibility for Managing Food Resources ». *The Journal of Nutrition*, **141(6)** : 1114-1119.
- <sup>26</sup> Tarasuk et Mitchell, 2020, *loc. cit.*
- <sup>27</sup> Chambre des Communes du Canada, 2019. *Emploi précaire : comprendre l'évolution de la nature du travail au Canada*. Rapport du Comité permanent des ressources humaines, du développement des compétences, du développement social et de la condition des personnes handicapées. Accessible au <https://www.noscommunes.ca/DocumentViewer/fr/42-1/HUMA/rapport-19>
- <sup>28</sup> Horizons de politiques Canada. 2016. *Le Canada et le changement de la nature du travail*. Gouvernement du Canada. Accessible au <https://horizons.gc.ca/fr/2016/05/12/le-canada-et-le-changement-de-la-nature-du-travail/>
- <sup>29</sup> Chen, W.-H. et Mehdi, T. 2018. *Évaluation de la qualité des emplois au Canada : une approche multidimensionnelle*. Statistique Canada. Accessible au <https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/11f0019m/11f0019m2018412-fra.htm>
- <sup>30</sup> Mitchell, C.M. et Murray, J.C. 2017. *L'examen portant sur l'évolution des milieux de travail. Un programme pour les droits en milieu de travail. Rapport final*. Accessible au [https://files.ontario.ca/books/mol\\_changing\\_workplace\\_report\\_fr\\_2\\_0.pdf](https://files.ontario.ca/books/mol_changing_workplace_report_fr_2_0.pdf)
- <sup>31</sup> Chen, W.-H. et Mehdi, T., *loc.cit.*
- <sup>32</sup> Commission du droit de l'Ontario. 2011. *Precarious Jobs in Ontario: Mapping Dimensions of Labour Market Insecurity by Workers' Social Location and Context*. Accessible au <https://www.lco-cdo.org/wp-content/uploads/2012/01/vulnerable-workers-call-for-papers-noack-vosko.pdf/>
- <sup>33</sup> Chambre des Communes du Canada, *loc. cit.*
- <sup>34</sup> Organisation de coopération et de développement économiques (OCDE). *Tous concernés : Pourquoi moins d'inégalité profite à tous*. Accessible au <https://www.oecd.org/fr/social/tous-concernes-pourquoi-moins-d-inegalite-profite-a-tous-9789264235519-fr.htm>
- <sup>35</sup> Loopstra, R., Dachner, N. and Tarasuk, V. (2015). An Exploration of the Unprecedented Decline in the Prevalence of Household Food Insecurity in Newfoundland and Labrador, 2007-2012. *Canadian Public Policy* **41(3)** : 191-206.
- <sup>36</sup> Statistique Canada. 2017. *Tableaux de données, Recensement de 2016. Sources de revenu et impôts (34) et statistiques du revenu (4) pour la population âgée de 15 ans et plus dans les ménages privés du Canada, provinces et territoires, divisions de recensement et subdivisions de recensement, Recensement de 2016 — Données intégrales (100 %)*. Accessible au <https://www12.statcan.gc.ca/census-recensement/2016/dp-pd/dt-td/Rp-fra.cfm?TABID=2&LANG=F&A=R&APATH=3&DETAIL=0&DIM=0&FL=A&FREE=0&GC=01&GL=-1&GID=1159582&GK=1&GRP=1&O=D&PID=110261&PRID=10&PTYPE=109445&S=0&SHOWALL=0&SUB=999&Temporal=2016&THEME=119&VID=0&VNAM>
- <sup>37</sup> Ministère des Services à l'enfance et des Services sociaux et communautaires. 2018. *Directives du programme Ontario au travail*. Accessible au [https://www.mcscs.gov.on.ca/fr/mcscs/programs/social/directives/ow/9\\_4\\_OW\\_Directives.aspx](https://www.mcscs.gov.on.ca/fr/mcscs/programs/social/directives/ow/9_4_OW_Directives.aspx)
- <sup>38</sup> Indice du logement locatif canadien. 2020. *Coût*. Accessible au [http://www.rentalhousingindex.ca/fr/#cost\\_prov](http://www.rentalhousingindex.ca/fr/#cost_prov)

- <sup>39</sup> Twedde, A. et Aldridge, H. 2019. *Welfare in Canada, 2018*. Maytree. Accessible au <https://maytree.com/welfare-in-canada/>
- <sup>40</sup> Tarasuk, V., Mitchell, A. et Dachner, N. 2014. *Insécurité alimentaire des ménages au Canada, 2012*. Toronto: Research to identify policy options to reduce food insecurity (PROOF). Accessible au: <https://proof.utoronto.ca/resources/proof-annual-reports/annual-report-2012/>
- <sup>41</sup> Société canadienne d'hypothèques et de logement. 2018. « Besoins impérieux de logement : 13,6 % des ménages urbains en 2016 ». *L'Observateur du logement*, 22 juin 2018. Accessible au <https://www.cmhc-schl.gc.ca/fr/housing-observer-online/2018-housing-observer/13-point-6-percent-urban-households-were-core-housing-need-2016>
- <sup>42</sup> Indice du logement locatif canadien. 2020. *Accessibilité*. Accessible au [http://www.rentalhousingindex.ca/fr/#affordability\\_prov](http://www.rentalhousingindex.ca/fr/#affordability_prov)
- <sup>43</sup> Macdonald, D. et Friendly, M. 2017. *Ça Suffit. Les frais de garde d'enfants au Canada en 2017*. Centre canadien de politiques alternatives. Accessible au <https://www.policyalternatives.ca/publications/reports/%C3%A7a-suffit>
- <sup>44</sup> Conseil consultatif sur la mise en œuvre d'un régime national d'assurance-médicaments. 2019. « Sommaire ». Section in *Une ordonnance pour le Canada : l'assurance-médicaments pour tous. Sommaire*. Gouvernement du Canada. Accessible au [https://www.canada.ca/fr/sante-canada/organisation/a-propos-sante-canada/mobilisation-publique/organismes-consultatifs-externes/mise-en-oeuvre-regime-assurance-medicaments/rapport-final.html#\\_somm](https://www.canada.ca/fr/sante-canada/organisation/a-propos-sante-canada/mobilisation-publique/organismes-consultatifs-externes/mise-en-oeuvre-regime-assurance-medicaments/rapport-final.html#_somm)
- <sup>45</sup> Charlebois, S., Somogyi, S. et coll. 2019. *Rapport annuel sur les prix alimentaires canadiens. 10e édition, 2020*. Université Dalhousie et Université de Guelph. Accessible au <https://cdn.dal.ca/content/dam/dalhousie/pdf/sites/agri-food/Canada%20Food%20Price%20Report%20FRE%202020.pdf>
- <sup>46</sup> Tang, J. Galbraith, N. et Truong, J. 2016. *Regard sur la société canadienne. Vivre seul au Canada*. Statistique Canada. Accessible au <https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/75-006-x/2019001/article/00003-fra.pdf>
- <sup>47</sup> Statistique Canada. 2020. *Statistiques du faible revenu selon l'âge, le sexe et le type de famille économique (Tableau 11-10-0135-01)*. Accessible au [https://www150.statcan.gc.ca/t1/tbl1/fr/tv.action?pid=1110013501&request\\_locale=fr](https://www150.statcan.gc.ca/t1/tbl1/fr/tv.action?pid=1110013501&request_locale=fr)
- <sup>48</sup> *Ibid.*
- <sup>49</sup> Bednar, V. et Stapleton, J. 2011. *Trading Places: Single Adults Replace Lone Parents as the New Face of Social Assistance in Canada*. Mowat Centre for Policy Innovation. Accessible au <https://munkschool.utoronto.ca/mowatcentre/trading-places/>
- <sup>50</sup> Banques alimentaires Canada. 2019. *Bilan-faim 2019*. Accessible au <https://hungercount.foodbankscanada.ca/index-fr.php>
- <sup>51</sup> Research to identify policy options to reduce food insecurity (PROOF). s. d. *Page d'accueil*. Accessible au <https://proof.utoronto.ca/>
- <sup>52</sup> Tarasuk et Mitchell, 2020, *loc. cit.*
- <sup>53</sup> Monsebraaten, L. 2019. « Black families twice as likely to go hungry as white households, study shows ». *The Star*, 23 octobre 2019. Accessible au <https://www.thestar.com/news/gta/2019/10/23/black-families-twice-as-likely-to-go-hungry-as-white-households-study-shows.html>
- <sup>54</sup> Block, S., Galabuzi, G.-E. et Tranjan, R. 2019. *Canada's Colour Coded Income Inequality*. Centre canadien de politiques alternatives. Accessible au <https://www.policyalternatives.ca/publications/reports/canadas-colour-coded-income-inequality>
- <sup>55</sup> Block, S. 2017. *Canada's population is changing but income inequality remains a problem*. Behind the Numbers (blogue du Centre canadien de politiques alternatives). Accessible au <https://behindthenumbers.ca/2017/10/27/population-changing-income-inequality-remains/>
- <sup>56</sup> Block, Galabuzi et Tranjan, 2019, *loc. cit.*
- <sup>57</sup> *Ibid.*
- <sup>58</sup> Leblanc-Laurendeau, O. 2020. *L'insécurité alimentaire dans le Nord canadien : aperçu*. Bibliothèque du Parlement. Accessible au [https://lop.parl.ca/sites/PublicWebsite/default/fr\\_CA/ResearchPublications/202047E?](https://lop.parl.ca/sites/PublicWebsite/default/fr_CA/ResearchPublications/202047E?)
- <sup>59</sup> Deerchild, R. 2017. « "Food being used as a weapon": The lasting effects of colonialism on Indigenous food ». Unreserved, CBC News, 6 octobre 2017.
- <sup>60</sup> Leblanc-Laurendeau, O. 2020, *loc. cit.*
- <sup>61</sup> Fafard St-Germain, A., Galloway, T. et Tarasuk, V. 2019. « Food insecurity in Nunavut following the launch of Nutrition North Canada ». *Canadian Medical*

- Association Journal*, 191(20) : E552-E558.
- <sup>62</sup> Tarasuk et Mitchell, 2020, *loc. cit.*
- <sup>63</sup> Réseau pour une alimentation durable. 2016. *Déboursier pour se nourrir. Rapport sur l'évaluation du coût des aliments dans le Nord*. Accessible au <https://foodsecurecanada.org/fr/rapport-prix-aliments-nord-ontario>
- <sup>64</sup> Bureau du vérificateur général du Canada. 2014. *Automne 2014 — Rapport du vérificateur général du Canada*. Accessible au [https://www.oag-bvg.gc.ca/internet/Francais/parl\\_oag\\_201411\\_f\\_39950.html](https://www.oag-bvg.gc.ca/internet/Francais/parl_oag_201411_f_39950.html)
- <sup>65</sup> Fafard St-Germain, A., Galloway, T. et Tarasuk, V. 2019, *loc. cit.*
- <sup>66</sup> Gouvernement du Canada. 2019. « Budget ». Section in *Comment fonctionne Nutrition Nord Canada?* Accessible au <https://www.nutritionnorthcanada.gc.ca/fra/1415538638170/1415538670874#tpc3a>
- <sup>67</sup> Gouvernement du Canada. 2018. *Mises à jour immédiates aux programmes Nutrition Nord Canada et de subventions aux exploitants de ressources alimentaires*. Accessible au <https://www.canada.ca/fr/relations-couronne-autochtones-affaires-nord/nouvelles/2018/12/mises-a-jour-immediates-aux-programmes-nutrition-nord-canada-et-de-subventions-aux-exploitants-de-ressources-alimentaires.html>
- <sup>68</sup> Brown, E.M. et Tarasuk, V. 2019. « Money speaks: Reductions in severe food insecurity follow the Canada Child Benefit ». *Preventive Medicine*, 129 : 1-8.
- <sup>69</sup> Cabinet du premier ministre. 2019. *Lettre de mandat du ministre de la Famille, des Enfants et du Développement social*. Accessible au <https://pm.gc.ca/fr/lettres-de-mandat/2019/12/13/lettre-de-mandat-du-ministre-de-la-famille-des-enfants-et-du>
- <sup>70</sup> McIntyre, L., Dutton, D.J., Kwok, C. et Emery, J.C.H. 2016. « Reduction of Food Insecurity among Low-Income Canadian Seniors as a Likely Impact of a Guaranteed Annual Income ». *Canadian Public Policy*, 42(3) : 274-28.
- <sup>71</sup> Research to identify policy options to reduce food insecurity (PROOF) (2020). *Home*. Accessible au <https://proof.utoronto.ca/>
- <sup>72</sup> Nations unies. s. d. *Objectifs de développement durable. Objectif 2 : Éliminer la faim, assurer la sécurité alimentaire, améliorer la nutrition et promouvoir l'agriculture durable*. Accessible au <https://www.un.org/sustainabledevelopment/fr/hunger/>
- <sup>73</sup> Valerie Tarasuk, comm. pers., 12 juin 2020.
- <sup>74</sup> Dionne-Simard, D. et Miller, J. 2019. *Un maximum d'informations sur les travailleurs au salaire minimum : 20 ans de données*. Statistique Canada. Accessible au <https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/75-004-m/75-004-m2019003-fra.htm>
- <sup>75</sup> Tranjan, R. 2019. *Towards an Inclusive Economy. Syncing EI to the Reality of Low-Wage Work*. Centre canadien de politiques alternatives, Bureau de l'Ontario. Accessible au <https://www.policyalternatives.ca/publications/reports/towards-inclusive-economy>
- <sup>76</sup> Statistique Canada. 2018. *Enquête sur la couverture d'assurance-emploi, 2017*. Accessible au <https://www150.statcan.gc.ca/n1/daily-quotidien/181115/dq181115a-fra.htm>
- <sup>77</sup> Statistique Canada. 2020. *Sévérité de l'incapacité pour les personnes ayant une incapacité âgées de 15 ans et plus, selon le groupe d'âge et le sexe, Canada, provinces et territoires (Tableau 13-10-0375-01)*. Accessible au <https://www150.statcan.gc.ca/t1/tbl1/fr/tv.action?pid=1310037501>
- <sup>78</sup> Till, M., Leonard, T., Yeung, S. et Nicholls, G. 2015. *Enquête canadienne sur l'incapacité, 2012. Profil des expériences sur le marché du travail : adultes canadiens de 15 ans et plus ayant une incapacité, 2012*. Statistique Canada. Accessible au <https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/89-654-x/89-654-x2015005-fra.htm>
- <sup>79</sup> Wall, K. 2017. *Le faible revenu chez les personnes ayant une incapacité au Canada*. Statistique Canada. Accessible au <https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/75-006-x/2017001/article/54854-fra.htm>
- <sup>80</sup> Bajwa, U. 2019. *Income tax filing and benefits take-up: Challenges and opportunities for Canadians living on low incomes*. Prospérité Canada. Accessible au <http://prospercanada.org/getattachment/b0a3599b-1b10-4580-bd2f-9887f5165edb/Income-tax-filing-and-benefits-take-up.aspx>
- <sup>81</sup> *Ibid.*
- <sup>82</sup> Prospérité Canada. 2017. *If they had a billion dollars...* Accessible au <http://prospercanada.org/News-Media/News/If-they-had-a-billion-dollars.aspx>

<sup>83</sup> Bajwa, *loc. cit.*

<sup>84</sup> Press, J. 2018. « One-fifth of on-reserve families to miss out on child benefit boost: Duclos ». *iPolitics*, 19 juillet 2018. Accessible au <https://ipolitics.ca/2018/07/19/one-fifth-of-on-reserve-families-to-miss-out-on-child-benefit-boost-duclos/>

<sup>85</sup> Bajwa, *loc. cit.*

<sup>86</sup> *Ibid.*

<sup>87</sup> Emploi et Développement social Canada. 2019. *De nouvelles prestations offrent un soutien accru à la classe moyenne et à ceux qui travaillent fort pour en faire partie*. Gouvernement du Canada. Accessible au <https://www.canada.ca/fr/emploi-developpement-social/nouvelles/2019/01/de-nouvelles-prestations-offrent-un-soutien-accru-a-la-classe-moyenne-et-a-ceux-qui-travaillent-fort-pour-en-faire-partie.html>

<sup>88</sup> Centre canadien de politiques alternatives. 2018. *No Time to Lose: Alternative Federal Budget 2019*. Accessible au <https://www.policyalternatives.ca/afb2019>

<sup>89</sup> Petersson, B., Mariscal, R. et Ishi, K. 2017. *Women Are Key for Future Growth: Evidence from Canada*. Fonds monétaire international. Accessible au <https://www.imf.org/en/Publications/WP/Issues/2017/07/19/Women-Are-Key-for-Future-Growth-Evidence-from-Canada-45047>

<sup>90</sup> Santé Canada. 2019. *Rapport provisoire du Conseil consultatif sur la mise en œuvre d'un régime national d'assurance-médicaments*. Gouvernement du Canada. Accessible au <https://www.canada.ca/fr/sante-canada/organisation/a-propos-sante-canada/mobilisation-publique/organismes-consultatifs-externes/mise-en-oeuvre-regime-assurance-medicaments/rapport-provisoire.html>

<sup>91</sup> Cabinet du premier ministre. 2019. *Lettre de mandat de la ministre de la Santé*. Accessible au <https://pm.gc.ca/fr/lettres-de-mandat/2019/12/13/lettre-de-mandat-de-la-ministre-de-la-sante>

<sup>92</sup> Race Forward. 2009. *Racial Equity Impact Assessment Toolkit*. Accessible au <https://www.raceforward.org/practice/tools/racial-equity-impact-assessment-toolkit>

<sup>93</sup> Hager, E.R., Quigg, A.M., Black, M.M., Coleman, S.M., Heeren, T., Rose-Jacobs, R., Cook, J.T., Ettinger de Cuba, S.A., Casey, P.H., Chilton, M., Cutts, D.B., Meyers, A.F. et Frank, D.A. 2010. « Development and Validity of a 2-Item Screen to Identify Families at Risk for Food Insecurity ». *Pediatrics*, **216**(1) : E26-E32.



Pour en apprendre davantage à propos  
de Centres communautaires d'alimentation  
du Canada, visitez le [cfccanada.ca/fr](http://cfccanada.ca/fr)



centres communautaires d'alimentation  
du CANADA la bonne nourriture n'est qu'un début

80, rue Ward , bureau 100, Toronto ON M6H 4A6  
(416) 531-8826 — [cfccanada.ca/fr](http://cfccanada.ca/fr) — [info@cfccanada.ca](mailto:info@cfccanada.ca)  
Numéro de charité : # 83391 4484 RR0001

   @aplaceforfood

  Centres communautaires d'alimentation du Canada