

Synthèse des résultats de *Bien manger dans mon quartier*

Les pratiques d'approvisionnement des ménages à faible revenu

Introduction

Être en situation de pauvreté et acquérir des aliments sains en quantité suffisante est un défi constant. Les ménages à faible revenu (MFR) rencontrent en effet de nombreux obstacles pour se nourrir. Cela semble être aussi le cas dans l'est de Montréal, territoire le plus défavorisé matériellement de l'île, où plusieurs secteurs sont considérés comme des déserts alimentaires, c'est-à-dire des zones défavorisées qui offrent un faible accès aux aliments sains (Bertrand et al., 2013), et où globalement 60 % de la population adulte ne consomment pas suffisamment de fruits et légumes (CIUSSS-EMTL, 2018). Ces quartiers mal desservis en aliments sains, ainsi que d'autres facteurs socio-environnementaux, contribuent aux inégalités sociales de santé liées à l'alimentation et aux maladies chroniques associées. L'accès aux aliments est un concept

complexe et multidimensionnel qui intègre des facteurs économiques, spatio-temporels, sociaux, personnels et relatifs à l'offre et aux services disponibles (Freedman et al., 2013).

Dans ce contexte, **comment les ménages à faible revenu de l'est de l'île de Montréal s'organisent-ils pour pouvoir se nourrir adéquatement ? Qu'est-ce qui influence leurs pratiques d'approvisionnement alimentaire ?** C'est ce que nous avons documenté et analysé dans le cadre de la recherche *Bien manger dans mon quartier*. Nous avons rencontré 59 représentant·e·s de MFR lors de six groupes d'entretien (n= 49) en 2018 ainsi que lors de dix entretiens individuels (n= 10) en 2019, au cours desquels nous avons accompagné certaines participantes dans leur trajet jusqu'à un commerce d'alimentation et lors de leurs achats.

Quelles sont les caractéristiques des représentant·e·s de ménages à faible revenu de l'échantillon ?

Les personnes ayant participé à la recherche devaient être responsables des achats alimentaires pour leur ménage la plupart du temps et résider dans un quartier de l'Est depuis au moins 3 mois.

- L'échantillon était **majoritairement féminin**.
- **42 %** étaient issus de l'immigration (naissance à l'extérieur du Canada).
- La **majorité** des ménages représentés étaient des **familles**.
- **40 %** avaient un **diplôme d'études secondaires** ou moins.
- **54 %** gagnaient annuellement **20 000 \$** ou moins avant impôts.
- **51 %** recevaient soit des allocations d'aide sociale, d'assurance-emploi ou de sécurité de vieillesse.

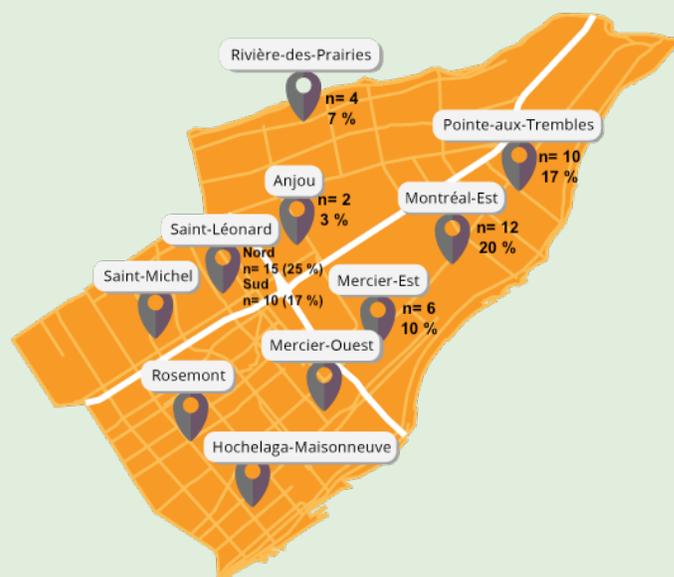


Figure 1 Répartition de l'échantillon selon le lieu de résidence des ménages représentés

Qu'est-ce qui influence les pratiques d'approvisionnement alimentaire des ménages à faible revenu ?

1. Le budget restreint et le coût des aliments

Les participant·e·s ont déclaré avoir un **budget limité**, voire très limité, pour couvrir l'ensemble des dépenses essentielles telles que l'électricité et le loyer. Le budget disponible pour la nourriture s'avère souvent insuffisant pour répondre aux besoins alimentaires et influence directement la **diversité** et la **quantité** d'aliments achetés. Certains ménages de l'échantillon comptent sur l'aide alimentaire, ce qui leur permet de rééquilibrer le budget consacré à l'alimentation.

Les MFR cherchent à acheter les aliments ayant le **meilleur rapport qualité/prix**, ce qui inclut ceux perçus comme les plus « frais » et comme ayant la plus longue durée de conservation possible. Des ménages se sont dits prêts à payer un peu plus cher pour une meilleure qualité et d'autres choisissent

« Si tu achètes de la viande, après tu n'as plus d'argent pour acheter des fruits et légumes

de fréquenter certains commerces en particulier, car ils considèrent qu'ils offrent des aliments de meilleure qualité.

L'une des stratégies les plus utilisées par les ménages pour payer le plus bas prix est la **recherche constante de rabais**, certains allant jusqu'à baser leur alimentation « sur les spéciaux » (PAT 07). Plusieurs déplorent cependant le peu de rabais sur les

aliments frais et la trop courte durée des promotions dans certains commerces. Vu l'importance des rabais pour le respect de leur budget, plusieurs ménages organisent leurs achats (moment et lieu) en fonction des rabais. La consultation des **circulaires** est déterminante dans la planification des achats et des repas. Elles servent notamment à vérifier les rabais et à effectuer « l'équivalence des prix » qui permet au consommateur, dans certains magasins (ex. Maxi, Walmart), de demander au commerçant d'égaliser le prix d'un même article vendu moins cher ailleurs, en présentant une preuve de ce coût plus bas (sur une circulaire papier ou numérique).

2. La mobilité et l'environnement alimentaire

Dans l'est de l'île de Montréal, l'accès spatio-temporel à l'alimentation est entravé par la **dispersion des commerces** sur le territoire, laquelle se conjugue à des **contraintes importantes de transport**. Par conséquent, de longs déplacements sont souvent nécessaires pour trouver des commerces offrant des aliments à prix abordables. Plusieurs participant·e·s ont rapporté que les commerces les plus abordables étaient loin de leur lieu de résidence et que cela les mène à sortir de leur quartier pour s'approvisionner et à visiter de nombreux commerces, surtout les ménages ayant accès à une voiture.

Les ménages rencontrés lors des groupes d'entretien ont déclaré passer de **nombreuses heures** à effectuer leurs approvisionnements alimentaires, le temps alloué aux déplacements et aux achats alimentaires variant de 25 minutes à 2 heures par séance. Lors des entretiens individuels où nous avons accompagné des participantes dans leur approvisionnement, certaines d'entre elles ont mis entre 40 et 55 minutes à pied, en autobus ou en triporteur — à l'aller seulement — vers le lieu d'achat. Les personnes qui doivent se déplacer en transport en commun pour accéder aux commerces doivent souvent prendre deux autobus et attendre plusieurs minutes entre les passages. Un faible accès spatio-temporel a souvent pour conséquence de réduire la fréquence des achats et donc les occasions de pouvoir se procurer des aliments frais et périssables.

Pour les MFR, les **coûts en transport** font partie des dépenses relatives à l'alimentation, surtout chez les personnes qui doivent prendre les transports en commun. La plupart préfère payer à chaque déplacement plutôt que d'acheter le titre mensuel de la société de transport.

« J'aime mon quartier, mais je veux avoir accès à des choses dans mon quartier, pas avoir à sortir [...]

3. Les aspects personnels et sociaux

La dimension personnelle est déterminante dans les pratiques alimentaires. Les discussions avec les MFR ont fait ressortir l'importance des **préférences alimentaires** et de la possibilité de faire ses **propres choix**.

Chez certaines personnes, des **problèmes de santé** (ex. intolérance alimentaire, diabète) ou des **limitations physiques** ont aussi une influence importante sur les pratiques. Ainsi, certains se voient contraints par leurs problèmes de mobilité à fréquenter des commerces dispendieux pour profiter du service de livraison qu'ils offrent.

Les résultats **n'ont pas** fait ressortir le manque de connaissances alimentaires ou de compétences en cuisine comme un frein à l'accès à la saine alimentation pour les MFR. Quelques ménages issus de l'immigration ont cependant dit souhaiter mieux connaître la saisonnalité des aliments d'ici.

Pour ces derniers, la **culture alimentaire** est un aspect social déterminant. Ils organisent leurs pratiques d'achats en fonction des commerces qui vendent des aliments culturellement adaptés. Certaines personnes ont témoigné de leurs difficultés à trouver des aliments spécifiques dans l'Est, comme des produits halal, et sortent donc à l'occasion (l'été, par exemple) pour se procurer les aliments recherchés, allant par exemple jusqu'au marché Jean-Talon.





Des interactions complexes façonnent les pratiques des ménages

Les facteurs d'influence des pratiques d'approvisionnement alimentaire des MFR, et par conséquent les barrières qu'ils rencontrent et les stratégies d'adaptation qu'ils déploient, ont été analysés à partir du modèle conceptuel des cinq dimensions de l'accès à l'alimentation de Freedman et al. (2013) (pour plus de détails, voir notre fiche *Sommaire de la première phase de l'étude* publiée en août 2019).

Il ressort de l'analyse que des interactions complexes entre les dimensions **économique**, **spatio-temporelle** et celle de **l'offre et de la prestation de services** façonnent de manière importante les pratiques d'approvisionnement des MFR dans l'est de l'île de

Montréal. Dans une moindre mesure, certains aspects des dimensions personnelle (préférences et état de santé) et sociale (culture alimentaire) interviennent aussi dans ces interactions. En d'autres mots, notre étude montre que les contraintes économiques, géographiques, temporelles et celles relatives à l'offre et à la prestation de services interagissent de manière complexe dans l'accès aux aliments sains pour les MFR, à l'instar de plusieurs études (Sawyer et al., 2021; Evans et al., 2015; Haynes-Maslow et al., 2015; Pitt et al., 2017; Tach et Amorim, 2015). La figure 2 ci-dessous résume les principales interactions à partir de nos résultats.

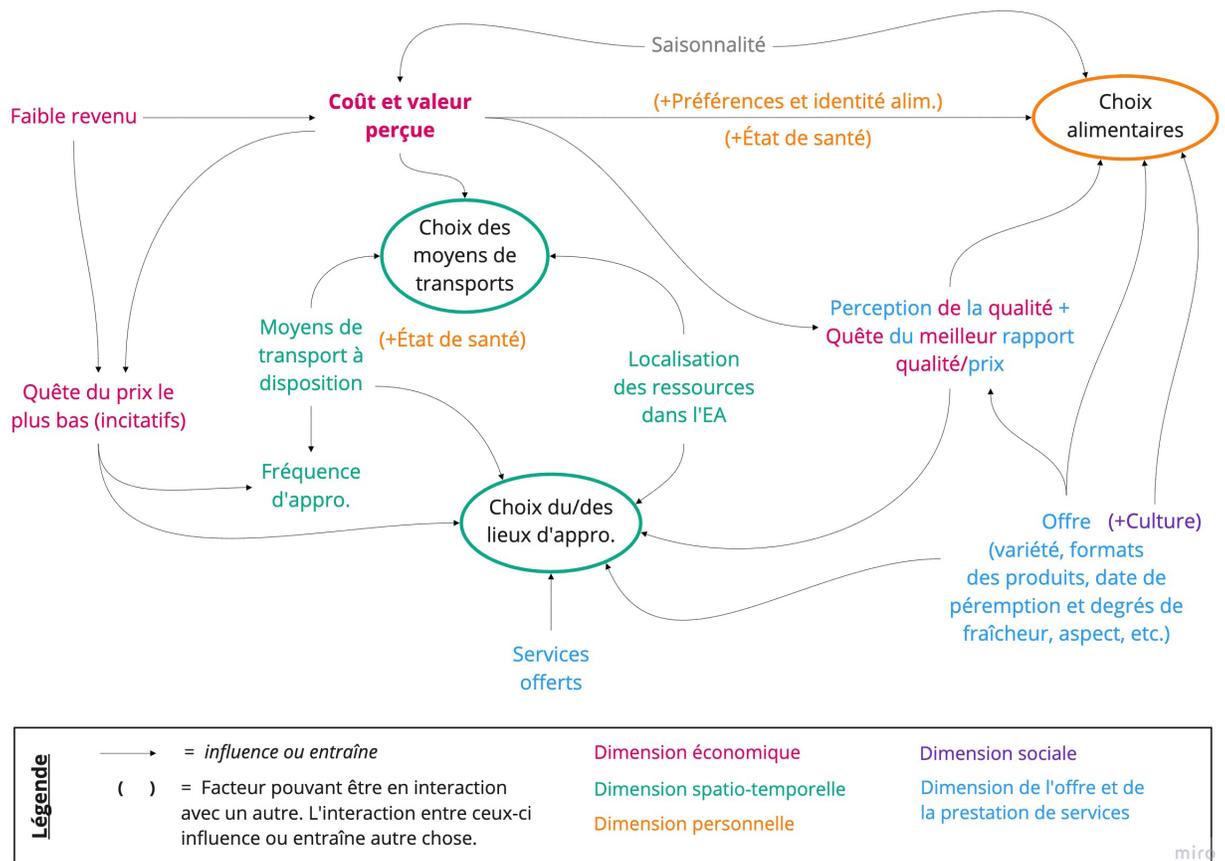


Figure 2 Schématisation des interactions entre les facteurs influençant l'approvisionnement des MFR de l'échantillon, par dimension de l'accès à l'alimentation

Freins et leviers au recours de ressources alimentaires alternatives

Bien que les commerces de détail constituent leur principale source d'approvisionnement en aliments, les MFR peuvent se procurer des aliments par d'autres moyens. Le recours aux ressources alimentaires dites « alternatives » dépend d'une diversité de leviers et de freins, dont certains s'appliquent à tous les types d'initiatives. Par exemple, la localisation géographique d'une initiative peut représenter un frein ou un levier pour les ménages selon leur lieu de résidence. De

façon générale, **le manque de connaissances des ménages de l'existence d'initiatives dans leur quartier ou de leur fonctionnement représente une barrière importante à leur fréquentation.**

Le tableau à la page suivante résume les résultats sur les principaux facteurs représentant des leviers (+) ou des freins (-) à l'accès, selon les types d'initiatives. À noter que nos données ne permettent pas d'avoir une vision exhaustive des enjeux de fréquentation de l'ensemble des ressources alternatives par les MFR.

Tableau 1 Facteurs représentant des leviers ou des freins au recours à des ressources alimentaires alternatives, selon les types d'initiatives

Initiatives / Facteurs	Coût des aliments	Qualité des aliments	Temps à consacrer	Accessibilité temporelle	Possibilité de choisir ses aliments	Lien social
Boîtes économiques	+				-	
Cuisines collectives			+ (permet de gagner du temps) - (demande investissement de temps important)	- (places limitées)	-	+
Frigos communautaires	+					+
Groupes d'achats			+		-	
Jardins	+	+	-	- (listes d'attentes)		+
Marchés de quartier	-	+		- (heures de services limitées)	+	+

« C'est que tu ne sais pas d'avance ce que tu vas avoir. T'as pas un mot à dire, t'as juste à payer pour la boîte moyenne ou grosse.

« [...] va ailleurs, tu vas trouver ben moins cher. Les petits marchés, ça coûte cher. Ils vendent même plus cher que d'habitude.

Conclusion

Notre étude montre que dans le territoire de l'est de l'île de Montréal, les contraintes économiques, géographiques, temporelles et celles relatives à l'offre et à la disponibilité des services interagissent de manière complexe pour façonner les pratiques alimentaires des ménages à faible revenu. Alors que ces dimensions jouent également un rôle

important dans l'accès et le recours aux ressources alimentaires alternatives, les facteurs personnels et sociaux y jouent un rôle primordial, soulignant que les initiatives doivent favoriser l'accès à des aliments de qualité, culturellement acceptables, permettant la liberté de choix et favorisant la création de liens sociaux.

AUTEURS

Éliane Brisebois (UQAM), Alessandra Gallani (UdeM), Marjolaine Verville-Légaré (UdeM), René Audet (UQAM), Sylvain A. Lefèvre (UQAM) et Geneviève Mercille (UdeM)

CETTE RECHERCHE EST INTERUNIVERSITAIRE ET PARTENARIALE

CHAIRE de recherche sur la transition écologique
ESG UQAM

Département de nutrition
Faculté de médecine
Université de Montréal

Réseau alimentaire de l'Est de Montréal
Produire, s'approvisionner, acheter, ici.

CE PROJET A ÉTÉ FINANCÉ (EN ORDRE CHRONOLOGIQUE) PAR :

Le Vice-décanat à la recherche de l'École des sciences de la gestion de l'UQAM (Programme PAFARC — Innovation sociale), la Faculté de médecine de l'Université de Montréal (Programme PREMIER), le Conseil de recherches en sciences humaines du Canada (Engagement partenarial)

RÉFÉRENCES

- Bertrand, L. et al. (2013). *Étude sur l'accès aux aliments santé à Montréal : Six ans après la première étude, mêmes disparités?* Agence de la santé et des services sociaux de Montréal. <http://www.santecom.qc.ca/bibliothèquevirtuelle/Montreal/9782896733088.pdf>
- CIUSSS de l'Est-de-l'île-de-Montréal. (2018). *Portrait de santé de la population. Direction régionale de santé publique de Montréal.* https://ciuss-estmtl.gouv.qc.ca/sites/ciussmtl/files/media/document/PDF_PortraitSantePopulation2018_CIUSS-EMTL.pdf
- Evans, A. et al. (2015). Increasing access to healthful foods : A qualitative study with residents of low-income communities. *Int. J. Behav. Nutr. Phys. Act.*, 12(1), 55.
- Freedman, D.A. et al. (2013). Developing a Multicomponent Model of Nutritious Food Access and Related Implications for Community and Policy Practice. *J Community Pract*, 21(4), 379-409.
- Haynes-Maslow, L. et al. (2015). Low- Income Individuals' Perceptions About Fruit and Vegetable Access Programs : A Qualitative Study. *J Nutr Educ Behav*, 47(4), 317-24 e1.
- Pitt, E. et al. (2017). Exploring the influence of local food environments on food behaviours : A systematic review of qualitative literature. *Public Health Nutr*, 20(13), 2393-2405.
- Sawyer, A. D. et al. (2021). Dynamics of the complex food environment underlying dietary intake in low-income groups: a systems map of associations extracted from a systematic umbrella literature review. *Int. J. Behav. Nutr. Phys. Act.*, 18(1), 1-21.
- Tach, L. et Amorim, M. (2015). Constrained, Convenient, and Symbolic Consumption : Neighborhood Food Environments and Economic Coping Strategies among the Urban Poor. *J Urban Health*, 92(5), 815-834.

POUR CITER CE DOCUMENT : Brisebois, É., Gallani, A., Verville-Légaré, M., Audet, R., Lefèvre, S.A. et Mercille, G. (2021). *Synthèse des résultats de Bien manger dans mon quartier. Les pratiques d'approvisionnement des ménages à faible revenu.* Contributions de la Chaire de recherche UQAM sur la transition écologique, n° 12.

Photo : Serge Le Strat / Unsplash. Icônes : tirées de Noun Project et créées par Gergor Cresnar (tirelire), Fran Couto (véhicules) et Adrien Coquet (couvert).

