



EXPLORATION DES OBSTACLES À L'ACCÈS AUX ALIMENTS :

PERSPECTIVES ET PROCESSUS INITIAUX TIRÉS D'UNE
ÉTUDE DE RECHERCHE-ACTION PARTICIPATIVE

« **UNE SEULE CRISE**
PEUT DÉCLENCHER LE
BESOIN DE VISITER UNE
BANQUE ALIMENTAIRE. »

Citation d'une personne participante

« ÇA PEUT ÊTRE GÊNANT. PARFOIS,
JE L'OUBLIE. **JE VOIS LEURS VISAGES**
SOURIANTS DANS LA FILE ET JE
SUPPOSE QUE LES GENS SONT À
L'AISE. MAIS EN RÉALITÉ, IL Y A DE
LA GÊNE ET DE LA HONTE CACHÉES
DERRIÈRE LEUR SOURIRE. »

Réflexion d'un pair chercheur

TABLE DES MATIÈRES

Introduction : Écart entre les personnes qui vivent de l'insécurité alimentaire et celles qui vont chercher de l'aide	06
Lutte contre la stigmatisation pour appuyer l'accès aux banques alimentaires	08
Recherche pour le changement	09
Définition de la recherche-action participative	10
Pourquoi opter pour la recherche-action participative?	10
Avantages de la RAP	11
– Pour les membres de l'équipe et les participants	11
– Pour les organisations	11
Notre équipe	11
Raisons pour lesquelles les pairs chercheurs ont décidé de participer au projet	12
Le processus de recherche	14
Plan de recherche	14
Élaboration collaborative continue	15
Vision du projet	16
Objectifs du projet	17
Objectifs à court terme	17
Objectifs à moyen terme	17
Objectifs à long terme	17
Recrutement des participants	17
Formation	18
Collecte de données	18
Notes de service et notes de terrain	18
Analyse des données	19
Résultats	19
Facteurs menant à l'insécurité alimentaire ou au recours à une banque alimentaire	21
Réflexions sur l'expérience de l'insécurité alimentaire	21

TABLE DES MATIÈRES

Facteurs contribuant à l'insécurité alimentaire	24
– Situation de crise	24
– État de santé	26
– Facteurs situationnels	29
– Difficulté à recevoir du soutien (social ou financier)	33
Décision d'obtenir (ou non) l'aide d'une banque alimentaire	35
Les principaux obstacles à l'accès à l'aide	39
– Obstacles physiques	39
– Obstacles émotionnels	42
– Obstacles sociaux	44
– Obstacles organisationnels	46
Qu'est-ce qui fonctionne bien?	51
– Processus de prise en charge facile	51
– Personnel amical et accueillant	52
– Qualité des aliments et autres articles	53
– Choix	53
– Pont vers davantage de soutien et d'éducation	53
– Possibilités de bénévolat	53
Autres suggestions des participants pour améliorer l'accès	54
Du point de vue des pairs à un sondage auprès de la population : résultats d'un sondage national sur l'accès aux aliments axé sur les thèmes soulevés dans le cadre des entrevues avec les répondants	55
Cerner ses forces et tisser des liens dans la communauté	60
Messages personnels des participants à des personnes se retrouvant dans une situation semblable	61
Réflexions de pairs chercheurs	62
Les principales leçons tirées par les pairs chercheurs	64
Orientations futures	66
Remerciements	67



« L'ACCÈS AUX ALIMENTS CONSTITUE ACTUELLEMENT UN PROBLÈME SYSTÉMATIQUE ET NOUS, **EN TANT QUE SOCIÉTÉ, DEVONS MODIFIER LE DISCOURS À CE SUJET.**

LA STIGMATISATION, L'ANXIÉTÉ ET L'EMBARRAS RELIÉS AU MANQUE DE MOYENS POUR SUBVENIR À SES BESOINS OU À CEUX DE SA FAMILLE DOIVENT CHANGER. »

Citation d'une personne participante

INTRODUCTION :

ÉCART ENTRE LES PERSONNES QUI VIVENT DE L'INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE ET CELLES QUI VONT CHERCHER DE L'AIDE

Beaucoup trop de personnes au Canada vivent de l'insécurité alimentaire. Selon Statistique Canada, l'insécurité alimentaire est définie comme l'accès inadéquat ou non sécuritaire aux aliments en raison de contraintes financières. Cette insécurité varie selon le degré de gravité (légère, modérée ou grave)¹, et englobe une multitude d'expériences, qui incluent la crainte de manquer de nourriture, le saut de repas et la privation de nourriture pendant des jours par manque d'argent.

En 2021-2022, plus de 18 % des personnes au Canada (soit près de 7 millions) vivaient dans des ménages confrontés à une certaine insécurité alimentaire. Cela représente 1,1 million de personnes de plus que l'an dernier².

Le principal obstacle à l'accès aux aliments au Canada est le manque de revenus, et des organismes communautaires comme les banques alimentaires sont là pour aider les personnes qui y font face. Les banques alimentaires offrent un service essentiel aux gens qui souffrent de la faim et qui ont besoin d'un soutien immédiat, mais elles ne constituent pas une solution à long terme à l'insécurité alimentaire. De plus, nous savons que le nombre de personnes en situation d'insécurité alimentaire est plus élevé que le nombre de personnes ayant recours à des programmes communautaires comme les banques alimentaires. Par exemple, une étude de Feed Ontario a révélé que le nombre de ménages de son réseau ayant recours aux banques alimentaires équivalait à 57 % du nombre total de ménages en Ontario souffrant d'insécurité alimentaire modérée à grave³.

Bien qu'il existe de nombreuses preuves anecdotiques pouvant expliquer en partie cet écart, peu d'études nationales examinent les raisons données d'une manière empirique. Par conséquent, dans le cadre des efforts déployés par Banques alimentaires Canada pour améliorer l'accès aux aliments afin de répondre aux besoins immédiats sur le terrain et de cerner les lacunes ou les obstacles au service, nous avons lancé une initiative nationale de recherche-action participative (RAP) qui s'appuie principalement sur les expériences des clients des banques alimentaires et d'autres personnes ayant vécu de l'insécurité alimentaire et de la pauvreté. Comme c'est habituellement le cas pour les RAP, les personnes ayant une expérience vécue du problème, c'est-à-dire les experts en la matière, ont participé à tous les aspects du processus de recherche.

¹ Statistique Canada. (2 mai 2023). Enquête canadienne sur le revenu, 2021. [Le Quotidien](#)

² Statistique Canada, Enquête canadienne sur le revenu, 2021.

³ Ontario Association of Food Banks. (2018). [Hunger Report 2018 - A Looming Crisis: Senior Hunger in Ontario](#) (en anglais seulement).

« UN TRÈS GRAND NOMBRE DE PERSONNES ONT BESOIN D'AIDE PLUS QUE JAMAIS AUPARAVANT. »

Citation d'une personne participante

Voici ce sur quoi porte le présent rapport :

- les aspects de la RAP servant d'appui tout au long du projet;
- les processus clés;
- les conclusions importantes.

Les résultats de notre recherche fournissent des renseignements essentiels sur les raisons pour lesquelles il existe un écart important entre le nombre de personnes qui vivent de l'insécurité alimentaire et le nombre de personnes qui visitent les banques alimentaires. Les participants ont cerné plusieurs types d'obstacles qui influencent leur décision de recourir ou non aux banques alimentaires, y compris des obstacles émotionnels, sociaux, physiques et organisationnels. Les obstacles émotionnels, comme la culpabilité ou la honte, et les obstacles sociaux, comme la stigmatisation ou la discrimination, peuvent dissuader des personnes de demander de l'aide. Les obstacles physiques, y compris ceux liés au transport et à l'accessibilité, engendrent des défis logistiques nuisant à l'accès aux aliments. Les heures d'ouverture limitées, de même que la qualité des aliments et leur quantité sont quelques-uns des obstacles organisationnels cernés par les participants. Les résultats d'une enquête nationale menée auprès de la population indiquent que tous ces obstacles sont amplifiés pour les Autochtones, les personnes noires et d'autres communautés racisées.

Ils soulignent également les éléments qui fonctionnent bien pour les personnes devant accéder aux banques alimentaires. Par exemple, un personnel amical et accueillant, un processus de prise en charge facile et une sélection d'aliments nutritifs et de grande qualité sont tous des aspects perçus favorablement par de nombreux répondants ayant eu recours à des banques alimentaires. Selon les conclusions du sondage national, ces caractéristiques contribueraient à réduire les obstacles émotionnels et organisationnels à l'accès aux aliments, et auraient une incidence très positive sur les personnes qui vivent de l'insécurité alimentaire, mais qui ne visitent pas les banques alimentaires.

LUTTE CONTRE LA STIGMATISATION POUR APPUYER L'ACCÈS AUX BANQUES ALIMENTAIRES

Bien que nos constatations démontrent que les causes de l'insécurité alimentaire sur le plan individuel peuvent être très complexes, les solutions pour améliorer l'accès aux banques alimentaires sont très simples. Les répondants ont souligné à maintes reprises qu'il faut remédier à la stigmatisation et aux sentiments de honte et de gêne qui empêchent tant de personnes d'avoir recours aux banques alimentaires. Une façon d'y parvenir serait de sensibiliser la population au fait qu'il est parfaitement acceptable de visiter une banque alimentaire.

« NOUS DEVONS FAIRE EN SORTE QUE LES GENS SE SENTENT MOINS COUPABLES ET HONTEUX À L'IDÉE D'ACCÉDER AUX BANQUES ALIMENTAIRES. J'AIMERAIS VOIR DES PUBLICITÉS PRÔNANT LA NORMALISATION DE L'ACCÈS AUX ALIMENTS. LE BESOIN DE RECOURIR AUX BANQUES ALIMENTAIRES NE DEVRAIT PAS VOUS FAIRE HONTE. **CES BANQUES EXISTENT POUR VOUS AIDER.** »

Citation d'une personne participante

La normalisation de l'accès aux banques alimentaires peut sembler contre-intuitive pour de nombreuses personnes qui militent en faveur de changements politiques systémiques et qui veulent responsabiliser le gouvernement. Cependant, une grande partie des personnes interrogées dans le cadre de ce projet ont indiqué que sur le plan individuel, il faut encourager le plus possible les gens vivant de l'insécurité alimentaire à aller chercher l'aide dont ils ont besoin.

RECHERCHE POUR LE CHANGEMENT

Les constatations découlant de notre étude démontrent l'importance d'inclure les personnes ayant une expérience vécue du problème dans les recherches à leur sujet, et de prendre en considération leurs connaissances et leurs perspectives pouvant contribuer au changement. Les participants ont laissé des messages importants pour les organismes et les gens accédant à des aliments qui pourraient favoriser le changement à plusieurs niveaux.

Banques alimentaires Canada a d'abord recruté Untapped Accessibility pour élaborer un guide pratique sur l'accessibilité et l'équité intitulé Au-delà des obstacles, de la stigmatisation et des craintes : [*Guide pratique sur l'accessibilité et l'équité destiné aux banques alimentaires*](#). Ce guide contient des éléments tirés des conclusions de notre étude de RAP, et des pairs chercheurs faisaient partie des membres clés de l'équipe ayant créé le guide, mené des entrevues avec les organismes mentionnés et apporté du contenu et des commentaires précieux. Il s'appuie sur un guide conçu par Food Banks BC, [*A Guide to Accessibility and Equity for Food Banks*](#), et présente des mesures concrètes et réalisables que les banques alimentaires peuvent prendre pour adopter bon nombre des initiatives découlant des commentaires et des recommandations formulés dans le présent rapport.

« IL FAUT QUE LA VISITE DES BANQUES ALIMENTAIRES DEVIENNE AUSSI **NORMALE** QUE LA VISITE DES BIBLIOTHÈQUES. »

Citation d'une personne participante

Alors que nous continuons de promouvoir des solutions stratégiques systémiques à long terme pour réduire la pauvreté et l'insécurité alimentaire, nous poursuivrons notre partenariat avec des personnes ayant vécu de l'insécurité alimentaire afin qu'elles nous aident à réaliser notre vision d'un Canada où personne ne souffre de la faim.

DÉFINITION DE LA RECHERCHE-ACTION PARTICIPATIVE

La recherche-action participative (RAP) est une forme de recherche communautaire à laquelle participent les membres de la communauté les plus touchés par le sujet de la recherche.

- Elle nécessite la mobilisation et la participation continues de personnes ayant une expérience vécue du problème tout au long du processus de recherche.
- Elle repose sur la collaboration.
- Elle vise à opérer des changements élaborés et dirigés par les personnes les plus touchées par le problème faisant l'objet de la recherche.⁴

POURQUOI OPTER POUR LA RECHERCHE-ACTION PARTICIPATIVE?

La RAP offre aux personnes ayant une expérience vécue du problème la possibilité de mener une recherche en leur propre nom. Dans le contexte de l'insécurité alimentaire, elle permet de recueillir des renseignements précieux auprès de personnes qui connaissent mieux que quiconque l'enjeu. En travaillant en étroite collaboration avec les communautés et leurs membres qui vivent de l'insécurité alimentaire, nous faisons en sorte que leurs voix soient entendues et leurs expériences, connues. Nous assurons également leur participation significative tout au long du processus de recherche.

Essentiellement, la RAP est une approche de recherche collaborative qui mobilise à toutes les étapes du processus de recherche (y compris la conception de la recherche et la collecte de données) les personnes ayant une expérience vécue du problème étudié.

Dans notre cas précis, cette approche nous a permis d'obtenir des perspectives riches et une meilleure compréhension des éléments suivants :

- les raisons pour lesquelles les gens décident de recourir ou non aux banques alimentaires;
- les principaux obstacles à l'accès aux aliments;
- les façons de mieux soutenir les personnes qui souffrent de la faim.

⁴Chevalier, J. M. et Buckles, D. J. (2013). *Participatory Action Research: Theory and Methods for Engaged Inquiry* (en anglais seulement). Abingdon, Oxon : Routledge.

AVANTAGES DE LA RAP

Dans le cadre de notre travail, nous avons constaté que la RAP présente des avantages pour les membres de l'équipe, les participants et les organismes.

Voici quelques-uns des avantages pour les membres de l'équipe et les participants :

- Les personnes ayant une expérience vécue du problème ont leur mot à dire sur l'enjeu qui les touche directement.
- Elles sont traitées en égaux, respectées, valorisées et bienvenues.
- Elles peuvent contribuer à la recherche de façon significative et sont rémunérées équitablement pour leur travail et leur expertise.
- Elles acquièrent des connaissances et des compétences en recherche.
- Les personnes qui racontent leur histoire se sentent ensuite plus fortes et mieux.

Voici certains des avantages pour les organismes :

- Les organismes obtiennent des renseignements qui peuvent les aider à mieux comprendre et soutenir leurs communautés.
- Ils constatent une augmentation des visites et des résultats positifs pour les personnes qui accèdent à des aliments.
- Leurs membres ont l'occasion de collaborer et d'établir des liens avec leurs collègues.

« TOUT LE MONDE DEVRAIT
CONNAÎTRE L'HISTOIRE DES
NOMBREUSES PERSONNES QUI
SE SONT RETROUVÉES DANS UNE
SITUATION DIFFICILE À UN MOMENT
OU À UN AUTRE DE LEUR VIE.
IL FAUT AMÉLIORER GRANDEMENT
LA COMPRÉHENSION DE CE
PROBLÈME URGENT. »

Réflexion d'un pair chercheur

NOTRE ÉQUIPE

L'équipe de recherche était composée de 12 personnes ayant différents points de vue et caractéristiques (emplacement géographique, âge, genre et lien avec l'insécurité alimentaire). Certains pairs chercheurs avaient une expérience directe de l'insécurité alimentaire, passée ou actuelle, et d'autres travaillaient ou faisaient du bénévolat dans une banque alimentaire. D'autres faisaient partie des deux catégories. Les pairs provenaient de l'Ontario, de l'Alberta et de la Colombie-Britannique. Nous avons tenté de recruter des membres dans les régions nordiques et les provinces de l'Est, sans succès.

Les pairs chercheurs vivaient dans des régions rurales ou urbaines et fréquentaient les banques alimentaires (en tant que clients, bénévoles ou travailleurs actuels ou passés), et ils ont apporté leur expertise personnelle et professionnelle à cette étude.

Les membres de l'équipe ont examiné à la fois les hypothèses et leur lien avec la recherche. On supposait que les participants avaient été victimes de stigmatisation à un moment ou à un autre alors qu'ils accédaient à des aliments, et qu'ils auraient des problèmes avec la qualité des aliments offerts et leur variété. Ils étaient passionnés par l'amélioration de la situation pour les personnes vivant de l'insécurité alimentaire et voulaient donner une voix aux autres. Compte tenu de leur lien étroit avec le problème étudié, ils étaient d'excellents chercheurs et des intervieweurs compétents pour discuter de sujets délicats.

RAISONS POUR LESQUELLES LES PAIRS CHERCHEURS ONT DÉCIDÉ DE PARTICIPER AU PROJET

Les pairs chercheurs voulaient apporter des changements dans leurs communautés. Ils ont fait part de leurs motivations à participer à la recherche :

« J'AI PERSONNELLEMENT VÉCU DE L'INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE ET JE VEUX VRAIMENT CONTRIBUER À **L'ÉLIMINATION DES OBSTACLES** POUR LES AUTRES. »

Réflexion d'un pair chercheur

« J'AI ÉTÉ À LA FOIS BÉNÉFICIAIRE ET BÉNÉVOLE, ET J'ESTIME QU'ON POURRAIT EN FAIRE PLUS AVEC MOINS DE RESSOURCES SI ON **ADOPTAIT UNE PERSPECTIVE OU UNE APPROCHE DIFFÉRENTE**. CETTE APPROCHE DOIT ÊTRE ANCRÉE DANS LES COMMUNAUTÉS EN DIFFICULTÉ, ET LEURS MEMBRES DOIVENT ÊTRE HABILITÉS À CRÉER ET À METTRE EN ŒUVRE LE CHANGEMENT NÉCESSAIRE. »

Réflexion d'un pair chercheur

« EN TANT QUE PAIR CHERCHEUR, J'ESPÈRE APPORTER UNE PERSPECTIVE DIFFÉRENTE ET **DONNER UNE VOIX À LA COMMUNAUTÉ**. »

Réflexion d'un pair chercheur

LE PROCESSUS DE RECHERCHE

Les pairs chercheurs ont participé à la conception et à l'élaboration du projet, et ont travaillé en collaboration du début à la fin. Lors de réunions régulières, ils ont fourni de précieux commentaires et apporté une contribution importante, y compris des renseignements et des récits fondés sur leur propre expérience.



PLAN DE RECHERCHE

Les pairs chercheurs ont travaillé ensemble pour :

- 1.** Déterminer le plan de recherche et concevoir le projet de recherche.
- 2.** Établir la vision et les objectifs du projet et élaborer les documents de collecte de données.
- 3.** Concevoir des questions de recherche, des stratégies d'échantillonnage et des critères d'admissibilité.

Banques alimentaires Canada a créé une trousse de mise en œuvre contenant tous les documents pertinents pour l'étude ainsi que des directives pour la collecte et la soumission des données. Cette trousse a été remise aux pairs chercheurs pour les guider. Ils ont participé à l'analyse des données et à la présentation des résultats à la conférence 2023 de Banques alimentaires Canada – *Un élan de générosité : notre passion pour les communautés.*

La liste suivante présente le plan de recherche et les processus auxquels l'équipe de pairs chercheurs a participé :

- 1.** Établir la vision et les objectifs du projet.
- 2.** Réfléchir aux principaux processus et à la formation (y compris la création et la distribution d'une trousse de mise en œuvre contenant des renseignements sur le projet et des directives liées aux principaux processus).
- 3.** Élaborer, réviser et peaufiner les documents (y compris le guide d'entrevue et l'enquête communautaire).
- 4.** Déterminer les processus d'échantillonnage et de recrutement et élaborer des documents de recrutement.
- 5.** Participer au recrutement des participants.
- 6.** Recueillir et soumettre les données.
- 7.** Analyser les données.
- 8.** Présenter les constatations.

ÉLABORATION COLLABORATIVE CONTINUE

Des réunions régulières ont été essentielles au maintien de la collaboration et des liens tout au long du projet. Les rencontres, tenues en ligne, ont servi à la conception du projet et à l'établissement d'une vision et d'objectifs. Les participants ont pris part au processus de planification et ont collaboré pour réviser et peaufiner la vision du projet et les objectifs à court, à moyen et à long terme.

L'élaboration collaborative a pris les formes suivantes dans le cadre du projet :

- Donner une voix à tous.
- Synthétiser les idées.
- Réfléchir à la viabilité du projet.
- Participer à un processus décisionnel continu fondé sur le consensus.
- Se concerter pour peaufiner et réviser la vision, les objectifs, les processus et les documents du projet.
- Consigner les souhaits au-delà de la portée du projet.

VISION DU PROJET

Les pairs chercheurs ont collaboré à l'établissement de la vision et des objectifs du projet. Ils ont travaillé à la fois de façon individuelle et en équipe lors de réunions pour réviser et améliorer les concepts, et se sont finalement accordé sur la vision finale du projet :

« NOUS SOUHAITONS MIEUX COMPRENDRE LES OBSTACLES À L'ACCÈS AUX ALIMENTS PARTOUT AU CANADA EN NOUS APPUYANT SUR LES POINTS DE VUE DE PERSONNES AYANT UNE EXPÉRIENCE VÉCUE DU PROBLÈME AU MOYEN D'UNE **APPROCHE DE RECHERCHE ACCESSIBLE, DIGNE ET INCLUSIVE**. LES CONNAISSANCES ACQUISES DANS LE CADRE DE CETTE ÉTUDE NOUS PERMETTRONT D'OPÉRER DES CHANGEMENTS PRATIQUES ET DURABLES AU NIVEAU COMMUNAUTAIRE AFIN D'ACCROÎTRE LA SÉCURITÉ ALIMENTAIRE. »

OBJECTIFS DU PROJET

Les membres de l'équipe ont établi conjointement les objectifs du projet à court, à moyen et à long terme.

OBJECTIFS À COURT TERME

- Concevoir un projet ciblé.
- Recueillir des données de grande qualité.
- Créer un processus de recherche sûr et équitable.
- Responsabiliser les personnes grâce à la participation.

OBJECTIFS À MOYEN TERME

- Analyser les données sur les thèmes émergents.
- Mettre de côté et archiver les idées à long terme.
- Planifier des stratégies de diffusion de la recherche.

OBJECTIFS À LONG TERME

- Diffuser la recherche et présenter les résultats.
- Déterminer les orientations et les mesures à venir.

RECRUTEMENT DES PARTICIPANTS

Les pairs chercheurs ont recruté les participants au moyen d'un sondage en boule de neige et du bouche-à-oreille. Banques alimentaires Canada a également conçu des dépliants que les pairs chercheurs ont distribués dans leur communauté. Chaque pair devait recruter jusqu'à 10 participants. Certains n'en ont recruté que quelques-uns, alors que d'autres en ont recruté plus de 10.

FORMATION

Participants learned how to understand and use research. They learned:

- les principes de la RAP;
- la façon de concevoir des instruments de recherche, y compris des entrevues et des sondages;
- l'importance des groupes de discussion;
- la façon de rédiger des notes de service et des notes de terrain;
- la façon d'analyser des données.

Ils ont également pris connaissance de ce que sont les hypothèses, la capacité de réflexion et le positionnement en recherche.

Les assistants de recherche ont offert une formation individuelle à toutes les personnes qui avaient besoin de soutien supplémentaire pendant le projet.

DATA COLLECTION

Les pairs chercheurs ont travaillé ensemble pour déterminer les questions à poser pour mieux comprendre le problème. Grâce à une planification continue et à des réunions régulières, l'équipe de pairs chercheurs a conçu une enquête communautaire composée de questions à réponse courte et à choix multiples, et un guide d'entrevue pour recueillir des données qualitatives riches. Les participants pouvaient choisir de participer à distance ou en personne.

Après l'analyse des résultats de l'étude de RAP, un sondage quantitatif à grande échelle a été distribué à la population canadienne afin que nous puissions mieux comprendre les expériences et les commentaires des participants.

NOTES DE SERVICE ET NOTES DE TERRAIN

En plus de mener les sondages et les entrevues, les pairs chercheurs ont rédigé des notes de service et des notes de terrain détaillées tout au long du processus de recherche. Les notes de service sont brèves, et les chercheurs s'en servent pour consigner leurs réflexions et leurs idées. Le présent rapport contient quelques-unes des réflexions des pairs chercheurs.

ANALYSE DES DONNÉES

Les données ont été analysées à l'aide de la méthode d'analyse thématique de Braun et Clarke (2006). Une équipe responsable de l'analyse des données, composée de quelques-uns des pairs chercheurs, a été mise sur pied et un processus d'analyse des données a été élaboré. Les membres de l'équipe ont également reçu une formation sur les processus de collecte de données, et on leur a remis au hasard des entrevues aux fins d'examen et d'analyse. Ils se sont familiarisés avec les données, ont participé au codage initial et ont généré des thèmes clés.

L'équipe responsable de l'analyse des données et les assistants de recherche se sont réunis régulièrement, et leur communication continue a mené à l'élaboration des thèmes clés. Les pairs chercheurs ont participé à des discussions réfléchies sur la fiabilité et la justesse de la recherche, ainsi que sur leur propre expérience du problème étudié. Ils ont également pris part à l'interprétation et à la communication des résultats de l'étude.

RÉSULTATS

Au total, 108 participants ont participé à l'étude. Le **tableau 1**, fondé sur les résultats de l'enquête communautaire menée auprès des participants, donne un aperçu de leurs caractéristiques démographiques.

TABLEAU 1. DONNÉES DÉMOGRAPHIQUES DES PARTICIPANTS

PROVINCE/TERRITOIRE	FRÉQUENCE (n)	POURCENTAGE (%)
Alb.	12	11,1
C.-B.	48	44,4
N.-B.	1	0,9
Ont.	43	39,8
Yukon	3	2,8
Aucune réponse	1	0,9

GENRE	FRÉQUENCE (n)	POURCENTAGE (%)
Homme	33	30,6
Femme	73	67,6
Aucune réponse	2	1,9

⁵Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology (en anglais seulement). *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>

TABLEAU 1. DONNÉES DÉMOGRAPHIQUES DES PARTICIPANTS

CULTURE	FRÉQUENCE (n)	POURCENTAGE (%)
Autochtone	19	17,6
Je préfère ne pas répondre	5	4,6
Minorité visible	32	29,6
Personne blanche	52	48,1

NOUVEL ARRIVANT AU CANADA	FRÉQUENCE (n)	POURCENTAGE (%)
	14	13

SOURCE DE REVENU*	FRÉQUENCE (n)	POURCENTAGE (%)
Travail autonome	24	22,4
Emploi	23	21,5
Crédit ou prêt	9	8,4
Aide sociale	52	48,6
Autre	4	3,7
Aucun	12	11,2
Je préfère ne pas répondre	3	2,8

*Les participants pouvaient sélectionner plus d'une source de revenu. La somme des pourcentages ne correspond pas nécessairement à 100 %.

TYPE DE LOGEMENT	FRÉQUENCE (n)	POURCENTAGE (%)
Location	71	65,7
Propriété	23	21,3
Hébergement chez un membre de la famille	4	3,7
Maison de chambres	5	4,6
Refuge	1	0,9
Aucun logement	1	0,9
Aucune réponse	2	1,9

FACTEURS MENANT À L'INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE OU AU RECOURS À UNE BANQUE ALIMENTAIRE

Les entrevues nous ont permis de recueillir des histoires riches et de relever des thèmes clés décrivant l'expérience de l'insécurité alimentaire et les obstacles à l'accès aux banques alimentaires. On a demandé aux participants de repenser au moment où ils se sont rendu compte pour la première fois qu'ils vivaient de l'insécurité alimentaire, de soulever les circonstances qui, selon eux, ont contribué à leur situation et d'expliquer leur décision d'obtenir ou non de l'aide. Les thèmes ressortis pourraient être classés en plusieurs catégories, dont crise personnelle ou familiale, problèmes de santé, facteurs situationnels et difficulté à obtenir du soutien. Ces thèmes ne sont pas mutuellement exclusifs et sont souvent recoupés.

« DEVENIR MÈRE MONOPARENTALE SANS REVENU ÉTAIT EFFRAYANT ET **JE NE SAVAIS PAS VERS QUI ME TOURNER.** »

Citation d'une personne participante

RÉFLEXIONS SUR L'EXPÉRIENCE DE L'INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE

De manière générale, quand on a demandé aux répondants de parler du moment où ils se sont rendu compte pour la première fois qu'ils souffraient d'insécurité alimentaire, ils ont abordé les facteurs contributifs. Seulement quelques-uns d'entre eux ont été en mesure de se rappeler des moments précis et des sentiments suscités. Certains ont constaté le problème lorsqu'ils se sont rendu compte que leur réfrigérateur était vide; d'autres ont dû faire des choix difficiles. Au moins une personne a ressenti la peur.

Dans l'ensemble, les réponses des répondants suggèrent qu'ils ne reconnaissaient pas toujours la situation dans laquelle ils se trouvaient et que souvent, la prise de conscience était lente.

« [LE RÉPONDANT] S'EST SOUVENU QU'UN JOUR, IL NE RESTAIT QUE DES PAINS À HAMBURGER ET DE LA CONFITURE CHEZ LUI; IL ÉTAIT SEUL POUR LA PREMIÈRE FOIS. **IL A DEMANDÉ DE L'AIDE À SA FAMILLE ET A REÇU UN REPAS CHAUD CE JOUR-LÀ.** »

Réflexion d'un pair chercheur

« ON MANQUAIT DE TRAVAIL, ET LES FACTURES CONTINUAIENT DE S'EMPILER. **LA NOURRITURE N'ÉTAIT PAS LA PRIORITÉ.** »

Citation d'une personne participante

« [LA PERSONNE PARTICIPANTE] OCCUPAIT UN EMPLOI SANS RÉMUNÉRATION ALORS QU'ELLE AURAIT DÛ EN RECEVOIR UNE, ET ELLE A MANQUÉ DE NOURRITURE POUR SA FAMILLE. **LE FAIT DE NE PAS POUVOIR S'OCCUPER DE SES QUATRE ENFANTS ET DE SA FEMME EST DIFFICILE ET EFFRAYANT.** »

Citation d'une personne participante

« ELLE SE SOUVIENT AVOIR REMARQUÉ QUE SA FAMILLE SOUFFRAIT D'INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE PENDANT LA PANDÉMIE DE COVID-19. MÊME SI SON MARI AVAIT UN BON EMPLOI, IL ÉTAIT **DIFFICILE POUR EUX D'ACHETER DES ALIMENTS FRAIS ET DES LÉGUMES À UN PRIX PLUS ÉLEVÉ.** »

Réflexion d'un pair chercheur

« ELLE SE SOUVIENT DES JOURS [PRESQUE UNE SEMAINE] OÙ ELLE **N'AVAIT RIEN À MANGER** [SAUF UNE POMME DE TERRE] ». ».

Réflexion d'un pair chercheur

FACTEURS CONTRIBUANT À L'INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE

Situation de crise

En repensant à leur première expérience d'insécurité alimentaire, les participants ont souvent mentionné qu'une crise était le principal facteur contributif, notamment le décès du principal soutien économique, la perte d'un emploi, une catastrophe naturelle ou une pandémie, une rupture ou un divorce, ou un crime. Dans la plupart des cas, une baisse importante des revenus accompagnait ces crises.

« LA PREMIÈRE FOIS [QUE LA RÉPONDANTE S'EST RENDU COMPTE QU'ELLE SOUFFRAIT D'INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE], C'ÉTAIT APRÈS LE DÉCÈS DE SON ÉPOUX [EN 2022], CAR IL ÉTAIT LA PRINCIPALE SOURCE DE REVENU. **DU JOUR AU LENDEMAIN, LA VIE FAMILIALE AVAIT CHANGÉ** [DES PRÉOCCUPATIONS FINANCIÈRES ONT ÉMERGÉ ET AUCUN ARGENT N'AVAIT ÉTÉ LÉGUÉ]. LE PEU D'ARGENT RESTANT EST ALLÉ AUX AVOCATS, CAR IL N'Y AVAIT PAS DE TESTAMENT. »

Réflexion d'un pair chercheur

Face à ces situations délicates, les participants ont dû prendre des décisions difficiles.

« J'AI DÛ CHOISIR ENTRE **NOURRIR TOUT LE MONDE ET AVOIR UN ENDROIT OÙ VIVRE.** »

Citation d'une personne participante

« LES PERSONNES QUI VISITENT LES BANQUES ALIMENTAIRES SONT EN SITUATION DE CRISE; **ELLES ONT BESOIN DE PRODUITS ESSENTIELS.** »

Citation d'une personne participante

D'autres participants ont vécu des crises au sein de leur famille, comme la perte d'un proche ou un divorce.

« LE PÈRE DE SA FILLE EST DÉCÉDÉ IL Y A ENVIRON UN AN. LA FAMILLE A DÉMÉNAGÉ POUR RECOMMENCER À ZÉRO. ELLE S'EST RENDU COMPTE QU'ELLE MANQUAIT DE NOURRITURE. ELLE AVAIT DÉJÀ FAIT DES DONS, MAIS N'AVAIT JAMAIS EU BESOIN D'AIDE. **C'ÉTAIT EFFRAYANT ET INQUIÉTANT.** TRÈS POIGNANT. »

Réflexion d'un pair chercheur

« **J'ÉTAIS SANS-ABRI. J'AVAIS BESOIN D'UN LOGEMENT. J'AVAIS PERDU MES ÉCONOMIES.** »

Citation d'une personne participante

Comme l'a souligné l'un des pairs chercheurs ayant vécu de l'insécurité alimentaire, « une seule crise peut déclencher le besoin de visiter une banque alimentaire. »

Selon les participants à cette étude, étant donné les situations difficiles auxquelles les personnes ayant recours aux banques alimentaires sont généralement confrontées et le fait que bon nombre d'entre elles sont en situation de crise, les bénévoles et le personnel des banques alimentaires devraient être mieux formés et recevoir notamment une formation sur les soins tenant compte des traumatismes et sur la sensibilité.

« **LES BÉNÉVOLES DOIVENT RECEVOIR PLUS DE FORMATION. SOINS TENANT COMPTE DES TRAUMATISMES.** »

Citation d'une personne participante

État de santé

Certains participants ont éprouvé des difficultés liées à leur état de santé, notamment une blessure ou une maladie soudaine, une incapacité mentale ou physique, un trouble lié à la consommation de substances ou une accumulation de symptômes de stress, d'anxiété ou de dépression. La dépression et l'anxiété étaient des thèmes récurrents lors des entretiens avec les participants.

« [LA PERSONNE PARTICIPANTE] A EU UN ACCIDENT DE VOITURE ET A SUBI UN TRAUMATISME CRÂNIEN EN PLUS D'AUTRES BLESSURES. CELA A CHANGÉ SA VIE PARCE QU'ELLE N'ÉTAIT PLUS EN MESURE DE TRAVAILLER. ELLE A COMMENCÉ À FRÉQUENTER UNE BANQUE ALIMENTAIRE PEU DE TEMPS APRÈS. »

Réflexion d'un pair chercheur

« **IL N'EST PAS TOUJOURS FACILE** DE SORTIR DE LA MAISON QUAND ON FAIT UNE DÉPRESSION. »

Citation d'une personne participante

« JE ME SENS MAL À L'AISE EN COMPAGNIE D'AUTRES PERSONNES. **MA SANTÉ MENTALE EST LE PLUS GRAND OBSTACLE.** LA DÉPRESSION ET L'ANXIÉTÉ RENDENT LES CHOSES VRAIMENT DIFFICILES. »

Citation d'une personne participante

« JE SOUFFRE DE DÉPRESSION, D'ANXIÉTÉ ET DE TSPT. IL M'ARRIVE DE TROUVER TRÈS DIFFICILE DE ME MOTIVER À ALLER À LA BANQUE ALIMENTAIRE. **JE N'AIME PAS Y ALLER EN SOLITAIRE.** »

Citation d'une personne participante

Trente-cinq pour cent des participants à notre étude ont indiqué qu'ils avaient un handicap ou une maladie débilitante. L'insuffisance de leur revenu et leur inaptitude à travailler en raison d'une maladie ou d'un handicap ont eu une incidence sur leur capacité à accéder à des aliments.

« IL TRAVAILLAIT, MAIS TOUT L'ARGENT ÉTAIT CONSACRÉ À SA DÉPENDANCE. EN RAISON DE GRAVES PROBLÈMES DE SANTÉ, IL S'EST RETROUVÉ SANS EMPLOI ET AVAIT VRAIMENT BESOIN DU SOUTIEN DE LA BANQUE ALIMENTAIRE. **L'ALLOCATION D'INVALIDITÉ N'ÉTAIT PAS SUFFISANTE POUR COUVRIR L'ENSEMBLE DES FACTURES ET DES BESOINS.** »

Réflexion d'un pair chercheur

« J'AI UN HANDICAP. JE DOIS **OBTENIR UN PRÊT SUR SALAIRE POUR L'ÉPICERIE.** J'AI L'IMPRESSION QUE JE ME DÉBATS POUR ME PROCURER DES CHOSES. »

Citation d'une personne participante

« PEU DE TEMPS APRÈS MA RETRAITE, JE DIRIGEAIS MA PROPRE ENTREPRISE. **APRÈS PLUSIEURS INCIDENTS MÉDICAUX,** J'AI DÛ RESTER À L'HÔPITAL. [J'ÉTAIS] INCAPABLE DE TRAVAILLER. [J'AI SUBI] QUELQUES INTERVENTIONS CHIRURGICALES À L'ABDOMEN [ET] UNE AU PIED, [ET ON A AUSSI] REMPLACÉ MON ÉPAULE GAUCHE. »

Citation d'une personne participante

Facteurs situationnels

Les facteurs situationnels dans le contexte de la présente étude sont les circonstances ou les facteurs qui contribuent au manque de revenu ou aggravent la situation. Ces facteurs sont principalement le résultat de lacunes dans le filet de sécurité sociale. Bon nombre d'entre eux sont devenus beaucoup plus importants en raison d'un manque de soutien du revenu (autre que l'aide sociale provinciale) apporté par le gouvernement aux adultes en âge de travailler. Le revenu annuel du ménage de 51 % des répondants était inférieur à 25 000 \$, et l'aide sociale provinciale représentait la principale source de revenu de 41 % d'entre eux. Les niveaux de revenu de l'aide sociale provinciale sont inférieurs au seuil de pauvreté officiel à l'échelle nationale. Les personnes qui la reçoivent comme principale source de revenu sont près de quatre fois plus susceptibles de vivre de l'insécurité alimentaire que celles qui tirent leur principale source de revenu de salaires, de rémunération ou de travail autonome.⁶

Parmi les autres sources de revenu mentionnées par les répondants, mentionnons les pensions, l'assurance-emploi et un emploi. Quand les niveaux de revenu de ces sources sont bas et que le loyer est non négociable, la nourriture devient un « luxe » dont les ménages sont plus susceptibles de se passer.

« C'EST DEVENU PLUS DIFFICILE D'ACHETER DE LA NOURRITURE EN RAISON DE LA HAUSSE DES PRIX, ET ILS N'ONT PAS LES MOYENS DE SE PAYER DES FRUITS. ILS ONT DÛ RÉDUIRE LEUR CONSOMMATION D'ALIMENTS FRAIS ET ACHETER DE LA NOURRITURE MOINS DISPENSIBLE, QUI N'EST PAS SAIN. »

Citation d'une personne participante

⁶Tarasuk, V., Li, T. et Fafard St-Germain, A.-A. (2022) *Insécurité alimentaire des ménages au Canada, 2021. Toronto : Research to identify policy options to reduce food insecurity* (PROOF).

« ELLE N'AVAIT PAS ASSEZ D'ARGENT POUR ACHETER DES ALIMENTS, ELLE ÉTAIT ENCEINTE ET NE POUVAIT PAS TRAVAILLER. SON PARTENAIRE A ÉTÉ LICENCIÉ. L'ASSURANCE-EMPLOI N'ÉTAIT PAS SUFFISANTE POUR PAYER TOUTES LES FACTURES. »

Réflexion d'un pair chercheur

« VIVRE D'UNE PENSION ET **NE PAS RECEVOIR ASSEZ D'ARGENT** CHAQUE MOIS POUR SE NOURRIR. »

Citation d'une personne participante

« ILS ÉTAIENT INCAPABLES DE TRAVAILLER ET **DÉPENDAIENT DE L'AIDE SOCIALE POUR SURVIVRE.** UNE PENSION N'EST PAS LA MÊME CHOSE QU'UN TRAVAIL À TEMPS PLEIN. ILS AVAIENT DEUX ENFANTS À LA MAISON. ILS DEVAIENT FAIRE PREUVE DE CRÉATIVITÉ DANS LA PLANIFICATION DES REPAS ET ILS CULTIVAIENT DES LÉGUMES. ILS ONT COMMENCÉ À PRÉPARER LEUR PROPRE NOURRITURE ET À METTRE DES ALIMENTS EN CONSERVE. »

Réflexion d'un pair chercheur

« JE VENAIS TOUT JUSTE DE ME RÉTABLIR. MON LOYER ÉTAIT ÉLEVÉ ET JE VISITAIS UNE BANQUE ALIMENTAIRE POUR M'AIDER. **MON REVENU PROVIENT PRINCIPALEMENT D'UNE ALLOCATION D'INVALIDITÉ.** »

Citation d'une personne participante

« JE SUIS UNE PERSONNE RÉFUGIÉE AU CANADA. AU DÉBUT, JE N'AVAIS PAS DE REVENU; JE RECEVAIS DE L'AIDE SOCIALE. LE MONTANT REÇU POUVAIT SEULEMENT COUVRIR MON LOYER. LE LOYER DE L'APPARTEMENT ÉTAIT ÉLEVÉ. JE N'AVAIS PAS DE PERMIS ET NE POUVAIS DONC PAS OBTENIR UN AUTRE EMPLOI POUR ME NOURRIR. J'AI OBTENU UN PERMIS DE TRAVAIL, PUIS J'AI POSTULÉ DES EMPLOIS. J'AI TROUVÉ UN EMPLOI POUR REMÉDIER À LA SITUATION. **MON REVENU EST LA RAISON POUR LAQUELLE JE DEVAIS ACCÉDER** [À UNE BANQUE ALIMENTAIRE]. »

Citation d'une personne participante

« LA PARTICIPANTE SE SOUVIENT AVOIR COMMENCÉ À VIVRE DE L'INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE EN 2018, QUAND SA SITUATION D'EMPLOI A CHANGÉ ET QU'ELLE A DÛ DEVENIR TRAVAILLEUSE AUTONOME. ELLE RESSENT **ENCORE PLUS D'INQUIÉTUDE DEPUIS LA HAUSSE DU COÛT DES ALIMENTS.** »

Réflexion d'un pair chercheur

« JE N'AVAIS PAS D'ARGENT. **J'AI ÉTÉ VICTIME DE DISCRIMINATION AU TRAVAIL.** MON SUPÉRIEUR M'A DIT QUE LES PERSONNES DE MA CULTURE N'ÉTAIENT PAS ACCEPTÉES. »

Citation d'une personne participante

« ELLE ÉTAIT MÈRE MONOPARENTALE ET RECEVAIT DE L'AIDE SOCIALE. ELLE PEINAIT À METTRE DE LA NOURRITURE SUR LA TABLE. BIEN QU'ELLE AIT MAINTENANT COMMENCÉ À TRAVAILLER, **ELLE ÉPROUVE ENCORE DES DIFFICULTÉS EN RAISON DE LA HAUSSE DU COÛT DES ALIMENTS.** ELLE A MAINTENANT TROIS ENFANTS ET LE MONTANT REÇU DE L'AIDE SOCIALE NE SUFFIT PAS. »

Réflexion d'un pair chercheur

Difficulté à recevoir du soutien (social ou financier)

Selon une étude de Statistique Canada, les Canadiens ayant les revenus les plus faibles sont plus susceptibles de se tourner vers leur famille et leurs amis que vers des organismes de bienfaisance lorsqu'ils éprouvent des difficultés financières.⁷ Certains participants à notre étude ne pouvaient pas se tourner vers leur famille et leurs amis, comme les nouveaux arrivants au Canada qui n'avaient pas encore établi de réseau de soutien et dont le revenu d'emploi n'était pas suffisant pour subvenir à leurs besoins.

« EN 2021, ELLE EST DEVENUE MÈRE MONOPARENTALE ET PEINAIT À JOINDRE LES DEUX BOUTS SANS PRESTATION ALIMENTAIRE POUR ENFANT. LE FINANCEMENT GOUVERNEMENTAL DUQUEL ELLE DÉPENDAIT N'ÉTAIT MÊME PAS SUFFISANT POUR COUVRIR SON LOYER, **ALORS LES VISITES À LA BANQUE ALIMENTAIRE SONT DEVENUES UNE PARTIE ESSENTIELLE DE SA VIE.** »

Réflexion d'un pair chercheur

« L'AIDE POUVANT ÊTRE REÇUE DE SA FAMILLE ET DE SES AMIS ÉTAIT RESTREINTE. **SA FAMILLE N'HABITE PAS LA RÉGION** ET N'EST PAS EN MESURE D'APPORTER DE L'AIDE FINANCIÈRE. »

Réflexion d'un pair chercheur

⁷ Uppal, S. (8 février 2023). La hausse des prix et ses répercussions sur les plus vulnérables financièrement : un profil des personnes faisant partie du quintile inférieur de revenu familial. *Regards sur la société canadienne. Statistique Canada.*

« CE PARTICIPANT EST ARRIVÉ AU CANADA EN 2018 AVEC SA FEMME ET SES DEUX FILLES. **LEURS FONDS PERSONNELS SE SONT ÉPUISÉS QUELQUES MOIS APRÈS LEUR ARRIVÉE. IL ÉTAIT ENCORE AUX ÉTUDES; IL EFFECTUAIT SES ÉVALUATIONS EN ANGLAIS ET NE TROUVAIT PAS D'EMPLOI. ILS RESTAIENT DANS UN REFUGE POUR FEMMES ET FAMILLES. »**

Réflexion d'un pair chercheur

« J'AVAIS RÉCEMMENT DÉMÉNAGÉ. JE NE CONNAISSAIS PERSONNE. **JE N'AVAIS AUCUN SOUTIEN DE MA FAMILLE. »**

Citation d'une personne participante

« QUAND ELLE ET SON MARI SONT ARRIVÉS AU CANADA, ILS ONT DÛ PAYER UN LOYER ÉLEVÉ. ELLE AVAIT UN EMPLOI, MAIS NE GAGNAIT PAS ASSEZ D'ARGENT. ELLE EST MAINTENANT AUX ÉTUDES, ET ILS ONT UN BÉBÉ. LEUR FAMILLE NE POUVAIT PAS LES SOUTENIR, ALORS SON MARI DEVAIT RESTER À LA MAISON AVEC LE BÉBÉ POUR QU'ELLE PUISSE TERMINER SON COURS. **ELLE N'A PAS RÉUSSI À OBTENIR UN BON EMPLOI. LA NOURRITURE COÛTE CHER.** »

Réflexion d'un pair chercheur

DÉCISION D'OBTENIR (OU NON) L'AIDE D'UNE BANQUE ALIMENTAIRE

Les participants ont décrit les facteurs ayant influencé leur décision de fréquenter ou non une banque alimentaire. Quelques-uns ont déclaré qu'ils se sentaient gênés et mal à l'aise. Certains se sentaient coupables parce qu'ils se disaient que d'autres personnes avaient plus besoin d'aide qu'eux, même s'ils savaient qu'ils manquaient de nourriture.

Les répondants ont fourni des explications précieuses sur les raisons qui les ont poussés (ou non) à obtenir l'aide d'une banque alimentaire alors qu'ils souffraient d'insécurité alimentaire.

Les personnes qui n'ont pas demandé d'aide ont mentionné qu'elles se sentaient gênées, qu'elles étaient préoccupées par l'emplacement de la banque alimentaire ou qu'elles estimaient que d'autres gens avaient plus besoin d'aide qu'elles.

« PENDANT CETTE PÉRIODE, ELLE N'A COMMUNIQUÉ AVEC PERSONNE. ELLE AVAIT HONTE DE DIRE QU'ELLE MANQUAIT DE NOURRITURE. ELLE NE VOULAIT PAS COURIR LE RISQUE DE RENCONTRER QUELQU'UN QU'ELLE CONNAISSAIT ALORS QU'ELLE FAISAIT LA FILE (LA BANQUE ALIMENTAIRE ÉTAIT SITUÉE SUR UNE RUE PASSANTE). »

Réflexion d'un pair chercheur

« [LA PERSONNE PARTICIPANTE] AVAIT HONTE DE DEMANDER DE L'AIDE. [ELLE N'EST] PAS PROCHE DE SA FAMILLE. LES VOISINS S'ÉCHANGEAIENT DES ALIMENTS DE LEUR JARDIN. »

Réflexion d'un pair chercheur

« ILS NE VONT PAS À LA BANQUE ALIMENTAIRE. [ILS ONT L'IMPRESSION QUE] LE PROGRAMME D'AIDE ALIMENTAIRE N'EST PAS OFFERT DANS UN BON QUARTIER DE LA VILLE. »

Réflexion d'un pair chercheur

« [LA PERSONNE PARTICIPANTE] NE REÇOIT PAS L'AIDE D'UNE BANQUE ALIMENTAIRE. **ELLE PENSE QU'ELLE PRENDRAIT LA PLACE DE PERSONNES QUI EN ONT PLUS BESOIN QU'ELLE.** »

Réflexion d'un pair chercheur

La décision de recourir à une banque alimentaire n'a pas été facile à prendre. Les participants ont indiqué qu'ils avaient dû surmonter un obstacle psychologique important en raison de la stigmatisation associée à l'accès à l'aide.

« J'AI EU UN PEU DE SOUTIEN DE MA FAMILLE, **MAIS J'AI TROUVÉ LE COURAGE DE ME RENDRE À LA BANQUE ALIMENTAIRE.** J'AI ENCORE UN PEU HONTE À CE JOUR D'AVOIR RECOURS À CES SERVICES. »

Réflexion d'un pair chercheur

« **METTEZ VOTRE ORGUEIL DE CÔTÉ.** »

Citation d'une personne participante

« SES AMIS ET SA FAMILLE L'ONT AIDÉE À **METTRE SON ORGUEIL DE CÔTÉ ET À DEMANDER DE L'AIDE.** »

Réflexion d'un pair chercheur

« ELLE PARLE BRIÈVEMENT DU FAIT QU'IL Y A EU UN AUTRE MOMENT DE SA VIE OÙ ELLE A EU RECOURS À LA BANQUE ALIMENTAIRE. **ELLE PENSAIT QU'ELLE AVAIT TOURNÉ LA PAGE** ET IL ÉTAIT DONC DIFFICILE POUR ELLE D'Y RETOURNER. »

Réflexion d'un pair chercheur

« **J'AI DÛ SURMONTER DES OBSTACLES PSYCHOLOGIQUES QUAND J'AI DÛ M'Y RENDRE POUR LA PREMIÈRE FOIS.** LE PLUS DIFFICILE A ÉTÉ DE LES SURMONTER. »

Citation d'une personne participante

LES PRINCIPAUX OBSTACLES À L'ACCÈS À L'AIDE

L'un des principaux objectifs du projet était de mieux comprendre la nature des obstacles à l'accès aux aliments – en particulier l'accès à l'aide d'un programme alimentaire comme une banque alimentaire – auxquels font face les personnes en situation d'insécurité alimentaire. Après avoir examiné les réponses des participants à la recherche, les pairs chercheurs ont classé les obstacles à l'accès en quatre principaux domaines : obstacles émotionnels, obstacles sociaux, obstacles physiques et obstacles organisationnels.

Obstacles physiques

Les obstacles physiques, comme la distance par rapport à la banque alimentaire et l'absence de transport, ont été mentionnés comme étant des obstacles à l'accès aux aliments. Les participants des communautés rurales ont souligné qu'il fallait beaucoup de temps et d'essence pour se rendre aux banques alimentaires; bon nombre d'entre eux ont d'ailleurs indiqué qu'ils ne pouvaient tout simplement pas faire le voyage nécessaire.

« C'EST UN TRAJET DE 30 À 40 MINUTES À PIED POUR ME RENDRE À LA BANQUE ALIMENTAIRE. JE NE CONDUIS PAS, ALORS **C'EST DIFFICILE DE M'Y RENDRE.** »

Citation d'une personne participante

« JE PARTAIS À MINUIT, **JE MARCHAIS TOUTE LA NUIT,** J'ARRIVAIS À 10 H LE MATIN ET JE RENTRAIS À LA MAISON LORSQU'IL COMMENÇAIT À FAIRE NOIR. »

Citation d'une personne participante

Certains participants ont dû faire des heures de trajet en autobus pour se rendre à leur banque alimentaire la plus proche. D'autres ont mentionné qu'ils devaient marcher lorsque les autobus n'étaient pas en service. Ils ont également raconté qu'ils ont parfois dû transporter de lourdes caisses et des boîtes de conserve pendant leur trajet de retour à la maison.

« JE DEVAIS PRENDRE TROIS AUTOBUS ET FAIRE UN TRAJET TOTAL D'UNE HEURE ET DEMIE À DEUX HEURES POUR ME RENDRE À LA BANQUE ALIMENTAIRE LA PLUS PROCHE. »

Citation d'une personne participante

« MES PROBLÈMES DE SANTÉ ME LIMITENT DANS MES MOUVEMENTS ET MA CAPACITÉ À TRANSPORTER [DES DENRÉES ALIMENTAIRES]. »

Citation d'une personne participante

Les conditions de déplacement et l'horaire ont également entraîné des obstacles pour les participants. Certains participants ont mentionné qu'ils n'étaient pas en mesure de se rendre à la banque alimentaire parce qu'elle n'offrait pas d'heures d'ouverture flexibles qui convenaient à leur horaire.

« LES CONDITIONS DE DÉPLACEMENT ET LA CONCILIATION DE L'HORAIRE D'OUVERTURE AVEC MES AUTRES RESPONSABILITÉS SONT UN CASSE-TÊTE. »

Citation d'une personne participante

Des défis en matière d'accessibilité liés à un handicap physique et à la maladie ont également été cités. Trente-cinq pour cent des participants à cette étude se sont déclarés en situation de handicap, et trente-neuf pour cent ont indiqué qu'un membre de leur ménage a des besoins alimentaires particuliers. Ce dernier groupe a parlé du défi de l'accès aux aliments pour les personnes qui ont des besoins alimentaires particuliers et de l'importance d'offrir des accommodements et des choix.

« J'AI UN ENFANT QUI A UN RÉGIME ALIMENTAIRE TRÈS STRICT AVEC BEAUCOUP D'ALLERGIES. AU DÉBUT, ILS ÉTAIENT ACCOMMODANTS, MAIS APRÈS [UN] CERTAIN TEMPS, ILS ONT CESSÉ DE FOURNIR LES ALIMENTS APPROPRIÉS. **NOUS SOMMES SENTIS MAL À L'AISE DE LEUR DEMANDER DE NOUS ACCOMMODER À NOUVEAU.** »

Citation d'une personne participante

« IL Y A PEU D'ALIMENTS OFFERTS À LA BANQUE ALIMENTAIRE QU'IL PEUT MANGER EN RAISON DE SON HANDICAP. **CE SERAIT BIEN QU'ILS OFFRENT DES ALIMENTS PERSONNALISÉS POUR CERTAINES PERSONNES.** »

Réflexion d'un pair chercheur

Obstacles émotionnels

Les participants ont décrit de nombreux défis émotionnels qui se sont posés lorsqu'ils cherchaient à obtenir des denrées alimentaires. Certains ont affirmé avoir vécu de l'anxiété et de la dépression qui ont rendu difficile l'accès aux banques alimentaires.

« **JE SOUFFRE DE DÉPRESSION, D'ANXIÉTÉ ET DE TSPT. IL M'ARRIVE DE TROUVER TRÈS DIFFICILE DE ME MOTIVER À ALLER À LA BANQUE ALIMENTAIRE.** »

Citation d'une personne participante

« **IL PEUT ÊTRE DIFFICILE DE SORTIR DU LIT QUAND ON EST DÉPRIMÉ.** »

Citation d'une personne participante

Les participants ont mentionné qu'ils se sentaient gênés et honteux de visiter les banques alimentaires. Ils ne voulaient pas que les autres sachent qu'ils n'avaient pas les moyens de se nourrir et avaient honte de leur situation.

« **J'AI HONTE DE ME RETROUVER DANS CETTE SITUATION.** »

Citation d'une personne participante

« **C'EST VRAIMENT DIFFICILE D'ADMETTRE QU'ON NE PEUT PAS SUBVENIR À SES PROPRES BESOINS.** »

Citation d'une personne participante

La culpabilité a également été soulignée comme étant un obstacle à la communication et à l'accès à l'aide. Le sentiment que d'autres avaient plus besoin d'aide alimentaire qu'eux a découragé certains participants d'avoir recours aux services d'une banque alimentaire.

« J'AVAIS L'IMPRESSION QUE LES
**GENS SE DEMANDERAIENT SI J'EN
AVAIS VRAIMENT BESOIN.** »

Citation d'une personne participante

« **SI VOUS PENSEZ QUE QUELQU'UN D'AUTRE EN
A PLUS BESOIN QUE VOUS,** IL EST FORT PROBABLE
QUE VOUS EN AYEZ RÉELLEMENT BESOIN. »

Citation d'une personne participante

Certains participants se sont sentis désespérés et épuisés par leur situation. Ils ont trouvé leur situation extrêmement difficile à vivre et souvent à accepter.

« **C'EST DIFFICILE D'ACCEPTER
QUE TU SOIS RENDU AU POINT
D'AVOIR À DEMANDER DE L'AIDE.** »

Citation d'une personne participante

Obstacles sociaux

Les obstacles sociaux sont ressortis comme un thème clé tout au long des entrevues. Les participants ont parlé de la stigmatisation et de la discrimination, du manque de connaissances et d'information sur la façon d'accéder aux aliments et l'endroit pour le faire, et des différences culturelles, y compris les barrières linguistiques et le manque d'aliments culturellement appropriés.

Certains participants ont mentionné avoir été victimes de stigmatisation dans les banques alimentaires et avoir subi de la discrimination et de mauvais traitements, ce qui les a menés à éviter les banques alimentaires par la suite. Certains participants ont tardé à avoir accès aux aliments, car ils avaient honte de demander de l'aide en raison de la stigmatisation associée à l'accès aux banques alimentaires. Des pairs chercheurs ont noté ce thème dans leurs dossiers tout au long du projet.

« NOUS N'AVONS PAS EU RECOURS À LA BANQUE ALIMENTAIRE OU AUX SERVICES ALIMENTAIRES, **SURTOUT À CAUSE DE LA STIGMATISATION SOCIALE.** »

Citation d'une personne participante

« LA STIGMATISATION... IL A UNE BONNE COMPRÉHENSION DE L'IMPORTANCE DU SOUTIEN ET DU FAIT QU'IL SE QUALIFIE POUR EN OBTENIR, **MAIS ON REVIENT TOUJOURS À LA STIGMATISATION.** »

Réflexion d'un pair chercheur

La stigmatisation associée à l'accès aux aliments était particulièrement présente dans les régions rurales et les petites communautés où il est plus difficile de garder l'anonymat et où les participants sont plus susceptibles de rencontrer quelqu'un qu'ils connaissent. Certains craignaient d'être vus par d'autres membres de leur communauté. Cette situation constituait un obstacle important à l'accès aux aliments.

« C'EST DIFFICILE PARCE **QUE JE VOIS LES MÊMES PERSONNES À LA BANQUE ALIMENTAIRE QU'AU BUREAU DE POSTE OU À LA BANQUE** – JE VIS DANS UNE PETITE VILLE. »

Citation d'une personne participante

Certains participants ont déclaré qu'ils ne savaient pas où ni comment accéder aux aliments dans leur communauté. D'autres n'étaient pas au courant des processus et des critères d'admissibilité. Certains participants ont également indiqué que les différences culturelles et les barrières linguistiques entravaient l'accès à la nourriture. Ce dernier point a été mentionné par de nombreux nouveaux arrivants au Canada qui n'étaient pas toujours en mesure de communiquer avec quelqu'un qui parlait leur langue. Les gens qui venaient de s'installer dans de nouvelles régions et qui n'avaient pas de réseaux sociaux devaient naviguer en territoire inconnu.

« **DANS MA CULTURE, DANS MON PASSÉ, JE N'OSAIS PAS POUR AINSI DIRE, MENDIER POUR DES BESOINS DE BASE.** »

Citation d'une personne participante

Les participants ont indiqué que les bénévoles et le personnel peuvent aider à atténuer une partie de la honte que les gens ressentent lorsqu'ils demandent d'avoir accès aux aliments en étant accueillants et sans jugement.

« POUR COMMENCER, IL Y A LA STIGMATISATION ET LA GÊNE. **LES BÉNÉVOLES FONT UN EXCELLENT TRAVAIL POUR QUE VOUS VOUS SENTIEZ À L'AISE DE DEMANDER DE L'AIDE ALIMENTAIRE.** »

Citation d'une personne participante

Obstacles organisationnels

Les « obstacles organisationnels » ont été désignés comme étant des circonstances au sein d'une banque alimentaire que les participants considéraient comme constituant des obstacles à l'accès, y compris la disponibilité des aliments. Certains participants ont déclaré qu'ils n'avaient pas reçu suffisamment de nourriture, et d'autres étaient insatisfaits de la qualité et de la sélection des aliments qu'ils avaient reçus.

« IL N'Y A **PAS ASSEZ DE NOURRITURE** LÀ-BAS POUR MOI. »

Citation d'une personne participante

« PLUSIEURS PARTICIPANTS L'ONT MENTIONNÉ - LA VARIÉTÉ ET LA DISPONIBILITÉ DES DENRÉES FRAÎCHES FONT VRAIMENT DÉFAUT... **CE N'EST PAS PARCE QU'ILS SONT DÉSESPÉRÉS QU'ILS VONT ACCEPTER DE MAUVAIS ALIMENTS.** ILS NE VOULAIENT PAS ÊTRE DIFFICILES, MAIS ILS VOULAIENT AVOIR L'IMPRESSION D'AVOIR UNE VALEUR ET D'ÊTRE ENCORE CONSIDÉRÉS COMME DES ÊTRES HUMAINS. »

Réflexion d'un pair chercheur

Certains ont déclaré qu'ils faisaient face à de longues files d'attente et qu'ils passaient une bonne partie de leur journée à essayer d'obtenir des aliments. Les heures d'ouverture et le manque d'anonymat ont également été mentionnés comme des obstacles qui empêchaient les gens d'accéder aux aliments dont ils avaient besoin. Par exemple, certains participants n'ont pas pu fréquenter une banque alimentaire pendant ses heures d'ouverture en raison de conflits avec leurs autres responsabilités.

« LA FILE D'ATTENTE EST LONGUE. **JE DOIS ARRIVER TÔT SI JE NE VEUX PAS TROP ATTENDRE.** LA JOURNÉE PEUT ÊTRE LONGUE. »

Citation d'une personne participante

« C'ÉTAIT UN POINT DE DISTRIBUTION OCCUPÉ. ILS ONT FAIT LA FILE PENDANT PRÈS D'UNE HEURE. »

Réflexion d'un pair chercheur

« [CE N'EST PAS] PRATIQUE. IL COMMENCE À TRAVAILLER AU MOMENT DE L'HEURE DE RAMASSAGE DES DENRÉES ALIMENTAIRES; IL EST DONC DIFFICILE POUR LUI DE CONCILIER LES DEUX. ENSUITE, LA NOURRITURE DOIT RESTER DANS LA VOITURE PENDANT SON QUART DE TRAVAIL, CE QUI FAIT QU'ELLE GÈLE PENDANT L'HIVER ET PEUT SE GÂTER PENDANT L'ÉTÉ. »

Réflexion d'un pair chercheur

Les participants ont parlé de la façon dont les gens les traitaient lorsqu'ils demandaient de l'aide alimentaire. Heureusement, la plupart des participants ont déclaré se sentir bien accueillis par les bénévoles et le personnel des banques alimentaires. Toutefois, d'autres ont déclaré qu'ils ne se sentaient pas les bienvenus et qu'on leur présentait des critères d'admissibilité, comme la vérification des ressources, qui les rendaient inadmissibles à recevoir de l'aide alimentaire.

« **L'ACCÈS N'ÉTAIT PAS IDÉAL. ILS DEVAIENT RENDRE À UN AUTRE ENDROIT POUR S'INSCRIRE ET NON À LA BANQUE ALIMENTAIRE LOCALE; ILS DEVAIENT SE FAIRE PRENDRE EN PHOTO [POUR METTRE SUR LA CARTE D'ACCÈS] ET RÉPONDRE À CERTAINES QUESTIONS SUR LEUR SITUATION POUR OBTENIR UNE CARTE D'ACCÈS. C'EST RÉBARBATIF. MÊME SI LE SYSTÈME N'ÉTAIT PAS IDÉAL, LE PERSONNEL ET LES BÉNÉVOLES ÉTAIENT TRÈS GENTILS À LA BANQUE ALIMENTAIRE LOCALE. »**

Réflexion d'un pair chercheur

« J'AI COMMENCÉ À SUIVRE UN TRAITEMENT ET J'AI OBTENU UN EMPLOI. À CE MOMENT-LÀ, J'ÉTAIS MÈRE CÉLIBATAIRE, JE TRAVAILLAIS ENCORE UNE FOIS À UN SALAIRE PRESQUE MINIMUM. C'EST À CE MOMENT-LÀ QUE **J'AI ESSAYÉ DE M'INSCRIRE À LA BANQUE ALIMENTAIRE, ET ON M'A REFUSÉE [...], CAR MON REVENU ÉTAIT TROP ÉLEVÉ. »**

Citation d'une personne participante

« J'AI ALORS PRIS CONSCIENCE QUE L'ACCÈS DE BON NOMBRE DE CLIENTS EST REFUSÉ À CAUSE DE LA VÉRIFICATION DES RESSOURCES. **JE ME SUIS RENDU COMPTE QUE PLUS DE PERSONNES SOUFFRENT D'INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE QUE CELLES QUI ONT RECOURS À LA BANQUE ALIMENTAIRE**, SURTOUT QUE NOUS REFUSONS DÉJÀ DES GENS. »

Réflexion d'un pair chercheur

Certains participants n'ont pas pu avoir accès aux aliments en raison de règles organisationnelles strictes comme les exigences en matière de vérification des ressources et d'identification.

« **LA COLLECTE DE DOCUMENTS** [PAR EXEMPLE, UNE PREUVE D'IDENTITÉ] ET DE PREUVES DE REVENUS, ET LA MISE À JOUR DE CES RENSEIGNEMENTS TOUS LES DEUX MOIS SONT UNE SOURCE DE STRESS. »

Citation d'une personne participante

QU'EST-CE QUI FONCTIONNE BIEN?

Les participants ont fait part de leurs réflexions sur ce qui fonctionne bien dans les banques alimentaires et sur les éléments qu'ils ont trouvé utiles.

Processus de prise en charge facile

Les participants ont aimé le processus d'inscription facile (prise en charge) qui ne les obligeait pas à fournir trop de renseignements pour avoir accès aux aliments. Ils étaient également soulagés de ne pas avoir à se soumettre à la vérification des ressources.

« **C'EST MOINS STIGMATISANT MAINTENANT.** J'AI LA SATISFACTION D'OBTENIR DES ALIMENTS DE BONNE QUALITÉ. IL Y A UN SYSTÈME DE POINTS. SI ON A ÉPUIsé NOS POINTS, ON PEUT QUAND MÊME OBTENIR DES ARTICLES ESSENTIELS. »

Citation d'une personne participante

« LE PROCESSUS D'INSCRIPTION A ÉTÉ TRÈS FACILE. **LE PLUS DIFFICILE, C'EST D'ARRIVER ASSEZ TÔT.** [LÀ OÙ J'ALLAIS AVANT], ON DEVAIT ATTENDRE D'AVOIR UNE CARTE D'IDENTITÉ ET ILS ÉTAIENT TRÈS STRICTS À CET ÉGARD. ELLE ÉTAIT SEULEMENT VALIDE POUR CERTAINS ENDROITS ET CERTAINES DATES. LA CARTE ÉTAIT ENVOYÉE PAR LA POSTE, ET IL FALLAIT ATTENDRE DE LA RECEVOIR AVANT D'AVOIR ACCÈS AUX SERVICES. »

Citation d'une personne participante

Personnel amical et accueillant

Des employés et des bénévoles gentils, accueillants, sans jugement, aidants et encourageants ont facilité le processus pour les participants. De nombreux participants ont mentionné que le personnel amical a réellement changé la donne pour eux pendant cette période difficile.

« LES BANQUES ALIMENTAIRES FONT DE LEUR MIEUX. ELLES SONT FLEXIBLES AVEC LES LIVRAISONS. ELLES ESSAIENT D'ÊTRE AIDANTES ET SOUCIEUSES DU BIEN-ÊTRE DES GENS. **ELLES ESSAIENT DE METTRE LES CLIENTS À L'AISE AFIN QU'ILS SE SENTENT BIENVENUS S'ILS DOIVENT REVENIR.** J'AI LA CONVICTION QU'ELLES FONT DU BON TRAVAIL. ELLES ACCUEILLENENT AUSSI DE NOUVEAUX CLIENTS COMME DES PERSONNES ÂGÉES. »

Réflexion d'un pair chercheur

« **JE ME SENS TOUJOURS BIEN ACCUEILLI ET EN SÉCURITÉ.** »

Citation d'une personne participante

Qualité des aliments et autres articles

Les participants étaient contents d'avoir accès des aliments de qualité et à des choix sains dans les banques alimentaires, y compris des aliments frais et nutritifs, ainsi que des aliments culturellement adaptés. Ils ont également mentionné qu'ils aimaient avoir accès à des produits d'hygiène, à des articles pour bébés et à d'autres articles ménagers pour réduire la pression sur leur budget. Ils ont tenu à préciser que, même si le soutien alimentaire les aide à respecter leur budget mensuel, la qualité des aliments fournis a un impact considérable sur leur santé, car ils ont accès à des aliments nutritifs qui dépasseraient les limites de leur budget.

Choix

Les participants ont déclaré préférer les modèles de magasinage aux sacs préparés et aimer le fait de pouvoir choisir ou échanger des articles qu'ils ne peuvent pas consommer. Cette observation est cohérente avec les conclusions d'une étude universitaire qui a montré que le modèle de magasinage peut améliorer le niveau de sécurité alimentaire et de bien-être.⁸

Environ le tiers du réseau de banques alimentaires offre un modèle de magasinage lorsqu'il y a suffisamment d'espace et d'autres infrastructures pour le permettre.⁹

Pont vers davantage de soutien et d'éducation

Les participants à cette étude ont appuyé la décision d'offrir davantage de soutien sur place, et certains ont mentionné qu'ils avaient bénéficié de cette ressource. Selon eux, il serait utile d'avoir accès à du soutien en santé mentale, y compris des thérapeutes, sur place ainsi qu'à du soutien à l'emploi, à de la formation et à des cours de cuisine. De nombreuses banques alimentaires du réseau offrent déjà ce type de soutien – par exemple, une banque alimentaire sur cinq propose de l'éducation et de la formation.¹⁰

Possibilités de bénévolat

Certains participants ont mentionné qu'ils ont aimé avoir l'occasion d'échanger des heures de bénévolat contre plus de nourriture. Ils ont suggéré que le fait de faire du bénévolat dans une banque alimentaire atténue une partie de la stigmatisation liée à l'accès à l'aide, en plus de leur donner un sentiment de satisfaction de faire partie de la communauté des banques alimentaires.

⁸Rizvi, A., Wasfi, R., Enns, A., & Kristjansson, E. (2021). The impact of novel and traditional food bank approaches on food insecurity: A longitudinal study in Ottawa, Canada (en anglais seulement). *BMC Public Health*, 21, Article no 771.

⁹Banques alimentaires Canada. (2021). *Bilan-Faim 2021*.

¹⁰Banques alimentaires Canada. (2022). *Bilan-Faim 2022*.

AUTRES SUGGESTIONS DES PARTICIPANTS POUR AMÉLIORER L'ACCÈS

- Réduire les files d'attente ou tenir les files d'attente à l'intérieur afin de préserver l'anonymat des personnes qui ne sont pas à l'aise de demander de l'aide.
- Offrir des plateformes mobiles et des services de livraison.
- Offrir des cartes-cadeaux pour l'épicerie, y compris pour les personnes qui ne peuvent pas avoir accès aux banques alimentaires.
- Prolonger les heures d'ouverture.
 - Certains participants ont noté que leur nourriture s'était gâtée dans leur voiture pendant qu'ils étaient au travail parce qu'ils étaient obligés de la récupérer avant ou pendant leurs heures de travail. Ils ont suggéré d'instaurer des horaires flexibles et des heures d'ouverture élargies pour remédier à cette situation.
- Permettre des visites plus fréquentes.
- Faire plus de publicité.
 - Certains participants ont mentionné qu'ils ne connaissaient pas l'existence des banques alimentaires, surtout lorsqu'ils étaient nouveaux dans la communauté. Certains ont suggéré qu'il faudrait faire plus de publicité et faire circuler les informations par l'entremise des enfants à l'école en leur remettant des brochures, par exemple.
- Changer le nom de la banque alimentaire pour réduire la stigmatisation associée à l'accès à l'aide.

« **J'AIMERAIS AVOIR LA LIBERTÉ DE CHOISIR ET DE PERSONNALISER LES ALIMENTS DISPONIBLES [...].**
J'AIMERAIS AVOIR L'OPTION D'OBTENIR UNE CARTE-CADEAU OU DE SÉLECTIONNER LES ALIMENTS DES PANIERS ALIMENTAIRES. »

Citation d'une personne participante

DU POINT DE VUE DES PAIRS À UN SONDAGE AUPRÈS DE LA POPULATION :

RÉSULTATS D'UN SONDAGE NATIONAL SUR L'ACCÈS AUX ALIMENTS AXÉ SUR LES THÈMES SOULEVÉS DANS LE CADRE DES ENTREVUES AVEC LES RÉPONDANTS

Une fois l'analyse qualitative des entrevues terminée, les thèmes clés, les observations et la rétroaction découlant des entrevues ont été intégrés à un instrument de sondage pour sonder la population générale. Le cabinet de recherche Earnscliffe Strategies a été chargé de mener un sondage national en ligne sur les principaux obstacles à l'accès aux aliments auxquels font face les participants que l'instrument de sondage a identifiés comme souffrant d'insécurité alimentaire. Plus de 2 800 personnes ont répondu au sondage. Les participants qui ont répondu par l'affirmative à deux questions ou plus sur une échelle à six éléments élaborée par l'Economic Research Service du ministère de l'Agriculture des États-Unis (United States Department of Agriculture – USDA) pour mesurer divers niveaux d'insécurité alimentaire, une version abrégée de l'échelle à 18 éléments utilisée par Statistique Canada, ont été désignés comme souffrant d'insécurité alimentaire.¹¹ Étant donné que les taux d'insécurité alimentaire sont disproportionnellement élevés chez les communautés autochtones, noires et de couleur (PANDC),¹² un suréchantillon de répondants PANDC souffrant d'insécurité alimentaire a été utilisé afin d'obtenir un échantillon suffisant pour effectuer une analyse rigoureuse.¹³

Parmi l'échantillon total de participants qui ont été ciblés comme souffrant d'insécurité alimentaire, les obstacles les plus souvent cités pourraient être désignés comme étant émotionnels ou sociaux : 54 % ont cité le sentiment de honte comme étant un obstacle majeur, et 46 % ont dit que le sentiment que « les autres en ont plus besoin qu'eux » était un obstacle majeur. La possibilité de se sentir mal accueilli ou jugé lorsqu'on accède aux services a été sélectionnée par 41 % des répondants. Les répondants qui ont eu recours à une banque alimentaire ou à un service semblable au cours des 12 derniers mois (N = 222) et qui ont sélectionné cette option peuvent l'avoir choisie en fonction de leur expérience vécue.

Quarante et un pour cent des répondants ont également sélectionné la vérification des ressources comme étant un obstacle. La vérification des ressources pourrait être considérée comme un obstacle

¹¹Economic Research Service. (2012). *U.S. household food security survey module: Six-item short form* (en anglais seulement). United States Department of Agriculture.

¹²Tarasuk et al., *Insécurité alimentaire des ménages au Canada*, 2021.

¹³Le sondage en ligne a été mené du 10 au 20 août 2023 par Earnscliffe Strategies pour le compte de Banques alimentaires Canada. L'échantillon total du sondage était de 2 838. La taille des échantillons des répondants PANDC vivant de l'insécurité alimentaire était de n = 559 personnes autochtones/n = 564 personnes noires/n = 737 personnes de couleur. La pondération a été effectuée en deux étapes pour contrôler le suréchantillonnage de certaines communautés évaluées comme étant en situation d'insécurité alimentaire :

1. Évaluer les taux d'incidence d'insécurité alimentaire.

2. Combiner les taux d'insécurité alimentaire évalués et la pondération selon l'âge, le sexe, l'emplacement, l'origine ethnique et le niveau de scolarité.

de type organisationnel. Ce constat est en adéquation avec les conclusions d'une récente étude publiée par Statistique Canada qui montre que, selon les données de l'Enquête canadienne sur le revenu de 2021, près de 80 % des familles vivant de l'insécurité alimentaire avaient un revenu supérieur au seuil officiel de pauvreté (la mesure du panier de consommation ou MPC).¹⁴ La MPC est souvent utilisée par les décideurs pour évaluer l'admissibilité à divers soutiens du revenu et sociaux.

Les autres obstacles les plus souvent cités pourraient être considérés comme des obstacles physiques liés au manque d'accessibilité. Il était question notamment de la distance entre la banque alimentaire et le domicile des participants (39 %), du manque d'accès en transport en commun (36 %) et de l'absence de mesures d'adaptations pour les personnes en fauteuil roulant ou ayant d'autres besoins en matière d'accessibilité (32 %).

Les préoccupations liées aux aliments – par exemple, les aliments de moindre qualité (35 %) ou le non-respect des restrictions alimentaires (28 %) ou encore des préférences (28 %) – sont des obstacles organisationnels importants à prendre en compte. Cependant, ces préoccupations n'étaient pas aussi souvent perçues comme des obstacles majeurs parmi les personnes formant l'échantillon général du sondage qui ont été évaluées comme souffrant d'insécurité alimentaire.

TABLEAU 2. PRINCIPAUX OBSTACLES À L'ACCÈS CHEZ LES PERSONNES QUI SE DÉSIGNENT COMME SOUFFRANT D'INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE (N = 1 222)

« Pour chacun des éléments suivants, veuillez indiquer s'il s'agit d'un obstacle majeur, mineur ou pas d'un obstacle à l'utilisation d'aide alimentaire comme les banques alimentaires. »

OBSTACLE MAJEUR	POURCENTAGE (%)
Sentiment de honte	54
Sentiment que les autres en ont plus besoin	46
Sentiment de ne pas être bienvenu ou d'être jugé	41
Vérification des ressources	41
Distance du domicile	39
Non accessible en transport en commun	36
Aliments de mauvaise qualité	35
Heures d'ouverture limitées	33
Non accessible aux fauteuils roulants ou aux personnes à mobilité réduite	32
Emplacement non discret	30
Manque de nourriture pour répondre aux restrictions alimentaires	29
Manque de nourriture pour répondre aux préférences alimentaires	28
Préférence de demander de l'aide à un ami	24
Barrières linguistiques	17
Absence de stationnement disponible	15

¹⁴Uppal, S. (14 novembre 2023). L'insécurité alimentaire chez les familles canadiennes. *Regards sur la société canadienne*. Statistique Canada.

Lorsque les principaux obstacles à l'accès étaient ventilés selon l'identité raciale, les obstacles émotionnels et sociaux demeuraient les obstacles les plus dominants, le « sentiment de honte » étant le plus fréquemment cité parmi tous les groupes. Toutefois, les répondants en situation d'insécurité alimentaire qui s'identifiaient comme des personnes noires étaient beaucoup plus susceptibles de dire « sentiment de ne pas être bienvenu ou d'être jugé » que tous les autres répondants.

Les répondants noirs étaient également beaucoup plus susceptibles que les répondants d'autres identités raciales de sélectionner des obstacles physiques liés à l'accessibilité, comme les emplacements des banques alimentaires qui sont trop éloignés de leur domicile, qui ne sont pas accessibles en transport en commun ou qui ne sont pas adaptés aux personnes en fauteuil roulant ou ayant d'autres besoins liés à la mobilité. Il est important de noter qu'environ la moitié des répondants autochtones ont choisi « distance du domicile » comme obstacle majeur à l'accès aux banques alimentaires, même si ce résultat n'était pas statistiquement significatif par rapport au total.

Il y avait également des différences importantes entre les identités raciales en ce qui concerne les personnes qui ont sélectionné le manque de nourriture qui répond aux restrictions alimentaires comme obstacle majeur. Les personnes noires, autochtones et de couleur étaient plus susceptibles que les répondants blancs d'y voir un obstacle majeur. Les répondants noirs étaient également plus susceptibles de choisir d'autres problèmes de type opérationnel – par exemple, la discrétion de l'emplacement, le manque de nourriture pour répondre aux préférences alimentaires et les barrières linguistiques – comme obstacles majeurs à l'accès.

TABLEAU 3. OBSTACLES MAJEURS À L'ACCÈS, SELON L'IDENTITÉ RACIALE

OBSTACLE MAJEUR	TOTAL (A)	BLANC (B)	NOIR (C)	AUTOCHTONE (D)	PERSONNES DE COULEUR (E)
Sentiment de honte	54 %	54 %	56 %	61 %	52 %
Sentiment que les autres en ont plus besoin	46 %	47 %	44 %	48 %	44 %
Sentiment de ne pas être bienvenu ou d'être jugé	41 %	38 %	55 % ^{ABDE}	40 %	44 %
Vérification des ressources	41 %	40 %	48 %	42 %	41 %
Distance du domicile	39 %	36 %	48 % ^{AB}	49 %	40 %
Non accessible en transport en commun	36 %	34 %	46 % ^{ABE}	39 %	37 %
Aliments de mauvaise qualité	35 %	33 %	47 % ^{ABE}	41 %	38 %
Heures d'ouverture limitées	33 %	32 %	39 %	40 %	32 %
Non accessible aux fauteuils roulants ou aux personnes à mobilité réduite	32 %	30 %	45 % ^{ABDE}	30 %	32 %
Emplacement non discret	30 %	27 %	40 % ^{ABD}	29 %	33 %
Manque de nourriture pour répondre aux restrictions alimentaires	29 %	25 %	40 % ^{AB}	35 %	34 %
Manque de nourriture pour répondre aux restrictions alimentaires	28 %	26 %	39 % ^{ABE}	33 %	30 %
Préférence de demander de l'aide à un ami	24 %	22 %	26 %	27 %	28 %
Barrières linguistiques	17 %	13 %	30 % ^{ABDE}	20 %	22 %
Absence de stationnement disponible	15 %	14 %	19 %	17 %	18 %

N non pondéré = 2 238; taille minimale de l'échantillon pour les essais : 30; symboles de comparaison de colonnes : A, B, C... (p ≤ 0,05)

Lorsqu'on leur a demandé ce qui permettrait d'améliorer l'accès aux banques alimentaires (d'après les recommandations de l'étude menée par des pairs), près de 60 % des répondants ont indiqué que « le fait d'avoir du personnel ou des bénévoles amicaux » avait une incidence très positive. Cette réponse concorde avec les conclusions quant aux façons d'éliminer les obstacles émotionnels ou sociaux qui entravent le plus l'accès aux banques alimentaires. La livraison à domicile était la deuxième option la plus populaire pour améliorer l'accès. Cette option pourrait aider à éliminer à la fois l'obstacle physique lié à l'impossibilité de se rendre à une banque alimentaire en raison de la distance et l'obstacle social lié à la stigmatisation associée au recours à une banque alimentaire. Le fait d'avoir un modèle axé sur le magasinage qui permet aux clients de choisir leurs articles préférés était la troisième option la plus sélectionnée pour améliorer l'accès.

TABLEAU 4. CARACTÉRISTIQUES QUI AURAIENT UNE INCIDENCE POSITIVE SUR L'EXPÉRIENCE D'ACCÈS AUX BANQUES ALIMENTAIRES

« Pour chacun des éléments suivants, veuillez indiquer si vous croyez qu'il aurait une incidence positive ou négative sur l'expérience d'utilisation d'un service d'aide alimentaire comme une banque alimentaire. » (N = 1 222)

INCIDENCE TRÈS POSITIVE	POURCENTAGE (%)
Avoir du personnel ou des bénévoles amicaux	59 %
Offrir la livraison à domicile	45 %
Choisir ses articles préférés (modèle de magasinage)	40 %
Vérifier la disponibilité en ligne	39 %
Échanger des heures de bénévolat contre plus de nourriture	38 %
Avoir une gamme d'aliments répondant à des besoins alimentaires distincts (p. ex. halal, casher)	34 %
Ne pas procéder à la vérification des ressources	31 %
Avoir une option de service au volant	28 %
S'établir dans des emplacements moins visibles/évidents	26 %

Lorsque les réponses sont séparées par identité raciale, le fait d'avoir du personnel et des bénévoles amicaux est demeuré l'option ayant l'incidence la plus positive, les répondants noirs et autochtones étant beaucoup plus susceptibles de la choisir. Les répondants noirs et autochtones étaient également beaucoup plus susceptibles de voir des initiatives liées aux programmes comme la livraison à domicile, l'adoption d'un modèle de magasinage pour la sélection d'aliments et la possibilité de vérifier la disponibilité en ligne des aliments comme ayant une incidence très positive sur l'accès aux programmes d'aide alimentaire. Les répondants noirs, autochtones et de couleur étaient également beaucoup plus susceptibles de considérer que la disponibilité d'aliments répondant à des besoins alimentaires distincts avait une incidence très positive.

Un autre constat important était que les répondants noirs et autochtones étaient plus susceptibles de juger que l'élimination de la vérification des ressources avait une incidence très positive sur l'accès aux banques alimentaires. Ce constat est conforme à l'étude susmentionnée de Statistique Canada qui montre que les taux d'insécurité alimentaire chez les personnes vivant au-dessus du seuil officiel de pauvreté sont plus élevés chez les familles autochtones vivant hors réserve (31 %) que les familles non autochtones (15 %), et chez les communautés racisées (21 %) – y compris les communautés noires (33 %) – que les communautés non racisées et non autochtones (14 %).¹⁵ Parmi les facteurs qui contribuent à cette disparité, mentionnons la valeur nette plus faible, y compris les actifs, en particulier pour les ménages autochtones et noirs.¹⁶ Le fait d'avoir plus d'actifs à exploiter pendant des périodes financières difficiles (comme la crise inflationniste actuelle) peut contribuer à protéger les ménages contre l'insécurité alimentaire.

Ce dernier point est particulièrement vrai pour les personnes dont le revenu d'emploi pourrait techniquement les placer au-dessus du seuil officiel de pauvreté, mais qui ne peuvent pas suivre le rythme de l'inflation et les coûts élevés du logement que nous avons observés depuis un moment. Selon notre plus récent rapport *Bilan-Faim* (2023), les groupes racisés qui ont recours aux banques alimentaires sont plus susceptibles d'avoir un emploi comme principale source de revenu que les groupes non racisés, ce qui concorde avec les constats indiquant que les groupes racisés sont plus susceptibles d'occuper un emploi à temps partiel à faible salaire.¹⁷

TABLEAU 5 . CARACTÉRISTIQUES QUI AURAIENT UNE INCIDENCE POSITIVE SUR L'EXPÉRIENCE D'ACCÈS AUX BANQUES ALIMENTAIRES, SELON L'IDENTITÉ RACIALE

INCIDENCE TRÈS POSITIVE	TOTAL (A)	BLANC (B)	NOIR (C)	AUTOCHTONE (D)	PERSONNES DE COULEUR (E)
Avoir du personnel ou des bénévoles amicaux	59 % ^E	60 % ^E	70 % ^{ABE}	77 % ^{ABCE}	51 %
Offrir la livraison à domicile	45 %	46 % ^E	54 % ^{AE}	57 % ^{AE}	37 %
Choisir ses articles préférés (modèle de magasinage)	40 %	38 %	53 % ^{ABE}	58 % ^{ABE}	38 %
Vérifier la disponibilité en ligne	39 %	37 %	56 % ^{ABE}	52 % ^{ABE}	37 %
Échanger des heures de bénévolat contre plus de nourriture	38 %	36 %	47 % ^{ABE}	50 % ^{AB}	39 %
Avoir une gamme d'aliments répondant à des besoins alimentaires distincts (p. ex. halal, casher)	34 %	30 %	55 % ^{ABD}	44 % ^{AB}	37 % ^B
Ne pas procéder à la vérification des ressources	31 %	30 %	40 % ^{ABE}	40 % ^{ABE}	29 %
Avoir une option de service au volant	28 %	26 %	43 % ^{ABE}	36 % ^B	28 %
S'établir dans des emplacements moins visibles/évidents	26 %	22 %	36 % ^{AB}	34 % ^{AB}	31 % ^B

N non pondéré = 2 238; taille minimale de l'échantillon pour les essais : 30; symboles de comparaison de colonnes : A, B, C... (p ≤ 0,05)

¹⁵Uppal, Food insecurity.

¹⁶Uppal, Food insecurity. Et Li, T. (26 octobre 2021). *To eliminate food insecurity, we must dismantle anti-Black racism* (26 octobre 2021). *Healthy Debate*.

¹⁷Banques alimentaires Canada. (2023). *Bilan-Faim 2023*, p. 52.

Dans l'ensemble, les résultats de ce sondage national fournissent des renseignements quantitatifs cruciaux sur la population générale, qui viennent étoffer les conclusions qualitatives de l'étude par les pairs. Ces renseignements sont non seulement utiles pour mettre en évidence les principaux obstacles à l'accès et les initiatives qui pourraient avoir une incidence très positive sur l'élimination de ces obstacles, mais ils nous permettent également de ventiler les constats selon l'identité raciale et de découvrir des différences importantes entre les divers groupes.

CERNER SES FORCES ET TISSER DES LIENS DANS LA COMMUNAUTÉ

Malgré les nombreux défis auxquels les participants faisaient face, les participants ont fait preuve de force, de résilience et de dévouement pour aider les autres dans leur communauté. Ils étaient travailleurs et démontraient une grande capacité d'adaptation. Ils ont évoqué leurs capacités d'adaptation et leurs forces. Ils ont aidé les autres en récupérant des denrées pour eux et en partageant leur nourriture lorsque possible. Ils ont acquis des compétences comme le jardinage et la mise en conserve des aliments. Les histoires qu'ils ont racontées et l'attitude positive dont ils ont fait preuve dans l'adversité illustrent bien leur résilience. Leur force a été mise en lumière par leur attitude positive, les liens tissés dans la communauté et leur capacité d'adaptation.

Attitude positive

Les participants ont gardé une attitude positive malgré la situation difficile qu'ils traversaient.

Voici les principaux thèmes qui sont ressortis :

- Gratitude
- Espoir
- Gentillesse
- Redonner à la communauté

Communauté et liens

Les principaux thèmes liés à la communauté et aux liens sont ressortis des entrevues avec les participants dans le cadre de l'étude qualitative. La communauté et les liens ont été démontrés par :

- Soutien de la famille et des amis
- Collaboration
- Demande d'aide/offre d'aide aux autres
- Recherche de connaissances
- Bénévolat
- Aide aux autres (éduquer/informer les autres; récupérer de la nourriture pour les autres; partager de la nourriture)

Capacité d'adaptation

Les participants ont démontré une grande capacité d'adaptation tout au long des entrevues.

Plusieurs thèmes suggéraient que les participants ont les aptitudes suivantes ::

- Apprendre rapidement
- Travailler fort
- Acquérir de nouvelles compétences pour subvenir à leurs besoins et à ceux de leur famille, comme le jardinage et la mise en conserve

MESSAGES PERSONNELS DES PARTICIPANTS À DES PERSONNES SE RETROUVANT DANS UNE SITUATION SEMBLABLE

À la fin des entrevues, les pairs chercheurs ont demandé aux participants s'ils avaient quelque chose à dire aux autres au sujet de l'accès aux aliments au Canada. **Plus précisément, on a demandé aux participants quel message ils aimeraient transmettre à d'autres personnes qui pourraient se retrouver en situation d'insécurité alimentaire :**

« NOUS POURRIONS TOUS AVOIR RECOURS AUX SERVICES DE LA BANQUE ALIMENTAIRE À UN MOMENT DONNÉ DE NOTRE VIE! »

« ÇA PEUT ARRIVER À N'IMPORTE QUI. **IL NE FAUT PAS AVOIR HONTE.** »

« IL NE FAUT PAS SE SENTIR MAL. TOUT LE MONDE A BESOIN DE MANGER. SI VOUS ÊTES AU PLUS BAS MAINTENANT, **VOUS ALLEZ REMONTER LA PENTE.** MERCI À TOUTES LES PERSONNES QUI FONT PARTIE DU PROCESSUS D'ACCÈS AUX ALIMENTS. »

« **VOUS N'ÊTES PAS UN PARIA OU UN ÉCHEC** PARCE QUE VOUS AVEZ BESOIN DE CES SERVICES. C'EST POUR CETTE RAISON QU'ILS EXISTENT. »

« PERSONNE NE DEVRAIT PASSER SA JOURNÉE AVEC LE VENTRE VIDE. **SI VOUS AVEZ ACCÈS À CE GENRE DE SERVICES, VOUS DEVRIEZ LES UTILISER.** »

RÉFLEXIONS DE PAIRS CHERCHEURS

Les pairs chercheurs participant à cette étude ont communiqué les leçons qu'ils ont tirées de leur participation au projet, y compris leur compréhension de la question de l'accès aux aliments, après avoir entendu les histoires des participants. **Par exemple, ils ont eu l'impression d'en apprendre davantage sur le processus de recherche et sur la façon dont les participants pourraient améliorer l'accès à leur propre banque alimentaire.**

« PARTICIPER À UN PROJET QUI, EN FIN DE COMPTE, POURRAIT AIDER À MIEUX COMPRENDRE CE QUI EMPÊCHE LES PERSONNES D'AVOIR ACCÈS AUX ALIMENTS. **METTRE À PROFIT CE QUE J'AI APPRIS ET L'APPLIQUER À NOTRE PROPRE BANQUE ALIMENTAIRE.** »

Ils sont devenus plus empathiques à la cause et ont affirmé que l'insécurité alimentaire est le lot de nombreux Canadiens et qu'elle pourrait toucher n'importe qui.

« PLUS DE SENSIBILISATION ET D'EMPATHIE. IL FAUT SE RAPPELER QUE CELA PEUT ARRIVER À N'IMPORTE QUI À TOUT MOMENT. »

« JE COMPRENDS MAINTENANT QUE PERSONNE AU CANADA N'EST À L'ABRI DE L'INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE. »

« CE PROJET M'A APPORTÉ UNE VISION PLUS LARGE DES DÉFIS AUXQUELS FONT FACE LES PERSONNES SOUFFRANT D'INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE. MÊME SI J'AVAIS DE NOMBREUSES NOTIONS SUR LES PRINCIPAUX OBSTACLES ET DÉFIS, CES ENTREVUES, ET SURTOUT L'EXAMEN DES ENTREVUES MENÉES PAR D'AUTRES CHERCHEURS PARTOUT AU PAYS, ONT FAIT RESSORTIR DIVERS POINTS DE VUE ET SITUATIONS AUTRES QUE CEUX DES HABITANTS DE MA RÉGION. J'AI PU COMPRENDRE À QUEL POINT LE PROBLÈME DE L'INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE ET DU SOUTIEN EST DIVERSIFIÉ À L'ÉCHELLE DU PAYS. »

LES PRINCIPALES LEÇONS TIRÉES PAR LES PAIRS CHERCHEURS

Les pairs chercheurs ont réfléchi au projet et noté les principales leçons qu'ils ont tirées du processus de recherche.

« [DANS] À PEU PRÈS CHAQUE ENTREVUE, LE PARTICIPANT A MENTIONNÉ À QUEL POINT IL AVAIT HONTE ET ÉTAIT GÊNÉ D'AVOIR BESOIN D'AIDE EN RAISON DES CIRCONSTANCES DE SA VIE. **POURTANT, PRESQUE TOUS LES PARTICIPANTS ONT DIT À LEURS CONCITOYENS CANADIENS QUE PERSONNE D'AUTRE NE DEVRAIT SE SENTIR GÊNÉ OU HONTEUX.** »

« **LA DOULEUR DE LA PAUVRETÉ,** [L'INCIDENCE DE] LA FAÇON DONT ILS SONT TRAITÉS PAR LE FOURNISSEUR DE SERVICES LORSQU'ILS SE RENDENT DANS LES BANQUES ALIMENTAIRES. »

« LEUR VOLONTÉ DE **PARTAGER LEURS MOMENTS DE GRANDE VULNÉRABILITÉ** ET DES CHOSES QU'ILS N'AVAIENT RACONTÉES À PERSONNE D'AUTRE. »

« J'AI CONSTATÉ QUE LA PLUPART DES GENS AVAIENT DES EXPÉRIENCES PSYCHOLOGIQUES, PHYSIQUES OU TRAUMATISANTES DANS LEUR VIE, ET QUE L'INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE N'ÉTAIT PAS LE SEUL DOMAINE DANS LEQUEL ILS AVAIENT BESOIN D'AIDE. QUELQUES PERSONNES AVAIENT SIMPLEMENT BESOIN D'UN PEU D'AIDE POUR TRAVERSER UNE PÉRIODE DIFFICILE DE LEUR VIE, ET **AVOIR ACCÈS AUX ALIMENTS ÉTAIT L'UNE DES NÉCESSITÉS LES PLUS ÉLÉMENTAIRES.** »

« L'EMBARRAS ET LA HONTE. **C'EST REVENU SOUVENT.** LE TRANSPORT. TOUS CEUX À QUI J'AI PARLÉ ONT MENTIONNÉ LE TRANSPORT. LA PLUPART SONT TRÈS RECONNAISSANTS DES SERVICES OFFERTS. »

« ILS SONT HEUREUX QUE LEURS VOIX SOIENT ENTENDUES ET **ESPÈRENT SINCÈREMENT QU'ILS POURRONT OFFRIR DE L'AIDE D'UNE FAÇON OU D'UNE AUTRE EN RETOUR.** »

ORIENTATIONS FUTURES

Nos constats mènent à des mesures réalisables, et notre voie à suivre comprend l'intégration des suggestions de personnes ayant un vécu expérientiel aux changements sur le plan organisationnel. Certains pairs chercheurs ont souligné qu'ils avaient déjà commencé à mettre en œuvre des changements dans leur organisme en fonction des histoires qu'ils ont entendues de la part des participants au cours de ce projet.

En plus d'élaborer son guide sur l'accessibilité et l'équité, Banques alimentaires Canada lancera une subvention pour l'accessibilité qui appuiera les initiatives et les changements liés aux programmes qui sont mentionnés dans le guide et les résultats de recherche. Ces initiatives comprennent la création d'espaces accueillants et dignes qui favorisent l'inclusion – notamment, l'amélioration des aires d'attente, la formation et l'orientation complètes pour les bénévoles et le personnel –, la dotation à l'appui d'heures élargies ou flexibles ou la collecte de paniers alimentaires (par exemple, des coupons d'essence ou des billets d'autobus) ainsi que la création de groupes de travail, de groupes consultatifs et de tables rondes qui comprennent des personnes ayant une expérience vécue afin de cerner les besoins de la communauté.

La prise en compte des préférences ou des restrictions alimentaires a été désignée comme un moyen crucial de réduire les obstacles à l'accès, surtout chez les personnes autochtones, noires et de couleur. Par conséquent, une partie de la subvention sera consacrée à l'achat d'aliments adaptés à la culture.

Nous mettrons également en place des initiatives qui nous permettront de continuer à obtenir des renseignements auprès de personnes ayant un vécu expérientiel et de participer à l'échange de connaissances avec elles. Ces initiatives comprendront d'autres études de recherche portant sur les problèmes liés aux obstacles à l'accès aux aliments et fourniront des commentaires importants en vue de l'élaboration de la prochaine version du plan stratégique de notre organisme.

La mobilisation des personnes ayant un vécu expérientiel est un élément important de la mise en place du changement. Les personnes qui ont une expérience directe et vécue de l'insécurité alimentaire peuvent fournir des renseignements uniques et concrets contribuant à réduire les obstacles à l'accès aux aliments.

« IL EST IMPORTANT DE RACONTER NOS HISTOIRES POUR AIDER LES COMMUNAUTÉS À SE RASSEMBLER ET À EN TIRER DES APPRENTISSAGES. »

Réflexion d'un pair chercheur



REMERCIEMENTS

Nous remercions toutes les personnes ayant de l'expérience et de l'expertise en la matière qui ont participé au sondage. Leur travail et leur dévouement ont été essentiels à la réussite de ce projet. Nous remercions également les pairs chercheurs pour leur travail. Ils ont joué un rôle crucial dans l'élaboration et la mise en œuvre de ce projet. Nous remercions également la **Fondation Walmart** pour avoir financé ce projet.



foodbankscanada.ca



[@foodbankscanada](https://www.instagram.com/foodbankscanada)

1 (877) 535-0958 • info@foodbankscanada.ca