



Approvisionnement et accès alimentaire de mères de famille monoparentale à faible revenu d'un quartier urbain de Québec

Mémoire

Elise Landry

Maîtrise en santé communautaire
Maître ès sciences (M. Sc.)

Québec, Canada

© Elise Landry, 2015

Résumé

Cette recherche qualitative de nature collaborative vise à mieux comprendre l'approvisionnement et l'accès alimentaire de mères de famille monoparentale à faible revenu d'un quartier urbain de la ville de Québec. Huit (8) participantes ont été rencontrées dans le cadre d'entrevues individuelles semi-dirigées structurées autour d'un exercice de cartographie participative. Les résultats obtenus ont été validés et approfondis par la tenue d'un groupe de discussion impliquant 4 femmes. On apprend que l'approvisionnement alimentaire des participantes suit une routine complexe et ordonnée. L'analyse des facteurs influençant l'accès aux aliments des participantes, construite autour du cadre conceptuel multidimensionnel de Freedman et al. (2013), met en lumière de nombreuses composantes jusque-là peu explorées : l'absence de pension alimentaire, le difficile accès au marché du travail, l'inadéquation des services d'aide alimentaire, les distances à parcourir et la motorisation, le recours au réseau social, la violence exercée par un conjoint, les transitions comme la périnatalité et l'immigration.

Abstract

This collaborative and qualitative study aims to better understand food supply and food access of low-income single mothers in an urban neighborhood of Quebec City. Eight (8) women have been met in one-on-one, semi-directed interviews, structured around a participative cartography exercise. The results have then been validated and deepened by holding a focus group meeting with 4 participants. The results show us that the participant's food supply follows a complex and ordered routine. The analysis of the factors influencing the participants food access, built around the multidimensional conceptual frame of Freedman and al. (2013), highlights many components that have had little attention until now: the absence of alimony for children, the difficulty to join the labor market, inadequacy of food assistance, traveling long distances and the lack of motorization, the resort to the social network, violence by a partner, transitions like perinatality or immigration.

Table des matières

Résumé.....	iii
Abstract.....	v
Table des matières.....	vii
Liste des illustrations.....	xi
Remerciements.....	xiv
Introduction.....	1
CHAPITRE 1 : PROBLÉMATIQUE	3
1.1. L'insécurité alimentaire, ici et ailleurs	3
1.2. Une expérience pénible associée à de nombreux problèmes de santé.....	5
1.2.1. Répercussions sur la vie familiale et sociale	5
1.2.2. Association à des problèmes de santé psychologiques et physiques.....	5
1.2.3. Particularités chez les femmes et les enfants	6
1.3. Un problème qui touche de façon particulière les ménages monoparentaux dirigés par une femme	7
CHAPITRE 2 : ÉTAT DES CONNAISSANCES.....	9
2.1. Les déterminants de l'accès aux aliments des ménages monoparentaux dirigés par une femme.....	9
2.1.1. Les déterminants économiques	9
2.1.2. Les déterminants sociaux et culturels.....	11
2.1.3. Les déterminants physiques et temporels.....	13
2.2. La pertinence scientifique d'une compréhension globale de l'accès aux aliments tirée du vécu des femmes	16
2.3. Objectifs de la présente étude	16
CHAPITRE 3 : FONDEMENTS CONCEPTUELS.....	17
3.1. La sécurité alimentaire et l'accès à l'alimentation.....	17
3.2. L'approvisionnement alimentaire.....	19
CHAPITRE 4 : DÉMARCHE MÉTHODOLOGIQUE.....	23
4.1. Méthode de recherche.....	23
4.1.1. Devis qualitatif	23
4.1.2. Approche collaborative	23
4.1.3. Recours à la cartographie participative	24
4.2. Choix du territoire	25
4.3. Population à l'étude et échantillonnage	27
4.4. Stratégie de recrutement	28
4.4.1. Recrutement par l'intermédiaire de ressources communautaires.....	28

4.4.2. Recrutement par affichage dans des lieux publics.....	29
4.4.3. Recrutement « boule de neige».....	29
4.5. Collecte de données	29
4.5.1. Première étape : entrevues individuelles semi-dirigées	29
4.5.2. Deuxième étape : analyse collective des résultats préliminaires par la tenue d'un groupe de discussion	30
4.6. Processus d'analyse	31
4.7. Respects des critères de scientificité	32
4.7.1. La validité interne.....	33
4.7.2. La validité externe	33
4.7.3. La fidélité	33
4.8. Considérations éthiques	34
4.9. Diffusion des résultats.....	34
CHAPITRE 5 : PRÉSENTATION ET ANALYSE DES RÉSULTATS	35
5.1. Profil des participantes.....	35
5.1.1. Caractéristiques sociodémographiques	35
5.1.2. Sentiment de sécurité alimentaire.....	36
5.2. Portrait de l'approvisionnement alimentaire des participantes	37
5.2.1. Les sources d'approvisionnement alimentaire (SAA) utilisées	37
5.2.2. Les modes de transport empruntés	40
5.2.3. Une routine d'approvisionnement complexe et ordonnée qui dépend de la gratuité et des spéciaux.....	40
5.2.4. Une responsabilité qui revient à la mère	42
5.3. Facteurs qui facilitent ou entravent l'accès aux aliments des participantes : une analyse multidimensionnelle.....	42
5.3.1. Première dimension : économique	42
5.3.2. Deuxième dimension : les services reçus	50
5.3.3. Troisième dimension : spatiotemporelle	58
5.3.4. Quatrième dimension : socioculturelle	64
5.3.5. Cinquième dimension : personnelle et familiale.....	67
CHAPITRE 6 : DISCUSSION	75
6.1. Contribution de la présente étude	75
6.1.1. Décrire les pratiques d'approvisionnement alimentaire des femmes à la tête de familles monoparentales à faible revenu du quartier Lairet	75
6.1.2. Mieux comprendre les facteurs qui entravent ou facilitent l'accès aux aliments pour les mères de famille monoparentale à faible revenu du quartier Lairet.....	79
6.2. Retour sur l'utilisation du cadre multidimensionnel de Freedman et al. (2013)	86
6.3. Commentaires sur la démarche méthodologique, ses forces et ses limites.....	87
6.3.1. Choix de la population étudiée, échantillonnage et recrutement	87
6.3.2. Choix entourant la collecte de données.....	88
6.4. Pistes de recherche et d'intervention.....	89

6.4.1. Pistes de recherche	89
6.4.2. Pistes d'intervention	90
Conclusion	93
Bibliographie	95
Annexe 1 : Affiche utilisée dans le cadre du recrutement.....	105
Annexe 2 : Feuillelet utilisé dans le cadre du recrutement	106
Annexe 3 : Carte réalisée par une participante	107
Annexe 4 : Grille d'entrevue individuelle	108
Annexe 5 : Questionnaire sociodémographique.....	109
Annexe 6 : Grille d'entretien de groupe	114
Annexe 7 : Formulaire de consentement	116
Annexe 8 : Types d'aliments présents, peu présents ou absents des comptoirs alimentaires selon les participantes	120

Liste des illustrations

Figure 1: Les 5 dimensions de l'accès aux aliments nutritifs de Freedman et al. (2013)	20
Figure 2: Réseau des SAA selon Pouliot (2008).....	23
Figure 3: Carte de Limoilou, tirée du Portrait de l'arrondissement de Limoilou en matière de pauvreté et d'exclusion sociale (Mercure, 2009).....	27
Figure 4: Nombre de participantes selon les tranches de revenu annuel.....	40
Figure 5: Carte des SAA fréquentées régulièrement par l'ensemble des participantes	43
Figure 6: Routine d'approvisionnement alimentaire des participantes	45
Figure 7: Carte de l'approvisionnement alimentaire des femmes sans voiture	65
Figure 8: Carte de l'approvisionnement alimentaire des femmes avec voiture	66

Remerciements

Les années de travail sur ce mémoire ont exigé une implication, parfois majeure, de plusieurs d'entre vous. J'aimerais, par ces quelques lignes, vous remercier de m'avoir permis cet accomplissement important.

Merci d'abord à Sophie Dupéré, la directrice de ce projet de maîtrise. Tu es pour moi un modèle professionnel de par ta rigueur, ton authenticité et ton humanisme. Ton support et ta patience ont rendu possibles l'avancement et la finalisation de ce projet, et je t'en suis reconnaissante. Merci également à tous les membres du groupe de recherche VAATAVEC. Notre collaboration a donné toute sa couleur à mon parcours de maîtrise et j'en garde un souvenir chaleureux. Un merci distinctif aux membres de l'ERA ainsi qu'à Mijanou Bourque Bouliane pour l'attention particulière accordée à mon projet.

Merci à Mme Gracia Adam et à Mme Ginette Boisvert, ainsi qu'à tous les autres intervenants et bénévoles qui m'ont ouvert les portes du « terrain ». Merci de m'avoir accueillie avec beaucoup de bienveillance dans vos organisations. Merci également au Centre de recherche de Montréal sur les inégalités sociales et les discriminations (CREMIS) pour son support financier. Merci à M. Philippe Guay et à M. Christopher Fletcher, ainsi qu'à Mme Judith Lapierre et à Mme Louise Hamelin Brabant pour vos conseils avisés qui ont permis de rehausser la qualité de cette recherche. Merci aussi à M. Benoît Lalonde ainsi qu'à M. Alexandre Lebel, de la Plateforme d'évaluation en prévention de l'obésité (PEPO). Votre travail de cartographie offert gracieusement apporte un complément indéniable à ce projet et votre diligence fut grandement appréciée.

Un grand merci aux huit mères de famille qui ont accepté de participer à cette recherche. Votre confiance et la richesse de vos témoignages m'ont touchée. Merci également à toutes les femmes, incluant mes collègues, qui gravitent autour de l'organisme Mères et monde. Vous êtes pour moi une source importante d'inspiration et d'encouragements.

Merci à Lucie Fradet, à Anne-Marie Michaud et à Jenni Labarthe, mes chères compagnes étudiantes. Nos soirées de partage m'ont ressourcée et j'apprécie notre amitié. Merci également à petite sœur Dominique Camirand, pour son accompagnement fidèle et son accueil inconditionnel.

Un infini merci à Danielle Prévost, chère alliée et précieuse mamie de mes enfants. Merci de contribuer de façon si concrète à notre bonheur quotidien. Avec la même ardeur, je remercie mes parents ainsi que mes six frères et sœurs. Merci pour votre amour ainsi que pour les milliers de services rendus.

Finalement, merci à Paul et Anne sans lesquels je ne connaîtrais pas le privilège d'être une maman. Je ne me lasse pas de vous regarder grandir et j'espère que la fin de ce grand projet me permettra de m'y consacrer davantage.

Introduction

Les Québécoises et Québécois contemporains jouissent d'une qualité de vie qui peut aisément être qualifiée de satisfaisante. En se prêtant au jeu des comparaisons avec d'autres lieux et époques, l'on conclut que nous bénéficions des avantages d'un niveau économique favorable, du confort octroyé par l'avancement technologique ainsi que d'une paix civile sécurisante. La couverture des besoins vitaux est juridiquement assurée à chacun d'entre nous et l'on se targue de notre « filet social », tissé à même un système de redistribution des richesses qui nous apparaît juste et généreux.

Pourtant, beaucoup d'entre nous n'accèdent pas, en 2015, à une vie confortable. La pauvreté et son corollaire qu'est la faim existent chez nous. Derrière la façade reluisante de notre société de progrès, se trouvent des concitoyens qui ne mangent pas suffisamment et qui vivent dans l'anxiété permanente de manquer de nourriture. Cette insécurité alimentaire ne frappe pas au hasard et porte souvent le visage des personnes seules, des autochtones, des immigrants récents et des familles monoparentales dirigées par une femme.

C'est justement à la réalité alimentaire de ce type de familles que se consacre ce mémoire. Mes expériences personnelle et professionnelle m'ont permis de saisir de l'intérieur la nature et l'ampleur des obstacles rencontrés par les mères monoparentales à faible revenu dans la réponse aux besoins de base de leur famille. Il m'a semblé crucial de donner la parole à ces femmes afin qu'elles expliquent en quoi il leur est difficile d'accéder à une alimentation convenable. Il apparaissait que cela enrichirait notre compréhension des causes de la faim dans notre société développée, en plus de constituer un apport indéniable à la littérature scientifique sur le sujet. La santé communautaire était un champ de recherche tout indiqué pour couvrir ce sujet, permettant d'aborder avec une perspective sociale l'enjeu de santé publique de la sécurité alimentaire.

Ce mémoire présente donc le processus et les fruits d'une recherche où l'on s'est attardé à l'expérience de mères de famille monoparentale à faible revenu, afin de mieux comprendre leurs pratiques d'approvisionnement alimentaire, ainsi que les facteurs facilitant ou entravant leur accès aux aliments. Il est divisé en cinq chapitres. Le premier chapitre pose la problématique, en exposant l'état de la littérature scientifique actuelle portant sur l'accès aux aliments des familles monoparentales dirigées par une femme, et en dressant les objectifs du projet de recherche. Les deuxième et troisième chapitres explicitent respectivement les fondements conceptuels et la démarche méthodologique employés afin de mener à bien cette recherche. Le quatrième chapitre présente l'analyse des résultats obtenus. Le cinquième et dernier chapitre propose finalement une discussion sur ces résultats, sur la démarche méthodologique employée, ainsi que sur des pistes de recherche et d'intervention envisageables.

CHAPITRE 1 : PROBLÉMATIQUE

Le présent chapitre pose la problématique à l'origine de cette démarche de recherche. On y définit tout d'abord le concept d'insécurité alimentaire tel qu'utilisé en santé publique. On expose ensuite la situation de l'insécurité alimentaire au Canada - notamment chez les familles monoparentales dirigées par une femme -, ainsi que les conséquences sur la santé de cette problématique. On y présente aussi l'état des connaissances entourant l'accès alimentaire des femmes cheffes de familles monoparentales. Finalement, on y étaye la pertinence scientifique de l'étude, et on présente son contexte et ses objectifs.

1.1. L'insécurité alimentaire, ici et ailleurs

Bien que l'alimentation soit un droit fondamental et universel reconnu internationalement (ONU, 1948, 1966), force est de constater que l'éradication de la faim n'est pas chose faite. Historiquement, les préoccupations soulevées au niveau international par cette problématique portent davantage sur la situation des pays en voie de développement. Et pour cause; la presque totalité des 842 millions de personnes sous-alimentées de la planète vit dans l'un de ces pays - 552 millions de personnes en Asie, 226,4 millions en Afrique et 47 millions en Amérique latine et dans les Caraïbes (FAO, 2013). Tout de même, l'insécurité alimentaire est, depuis la récession économique des années 80, un problème de santé publique reconnu des pays riches occidentaux (Tarasuk, 2001). De fait, les pays développés – incluant le Canada - comptaient, en 2013, 15,7 millions de personnes sous-alimentées (FAO, 2013).

On considère qu'il y a sécurité alimentaire lorsque « toutes les personnes, en tout temps, ont économiquement, socialement et physiquement accès à une alimentation suffisante, sûre et nutritive qui satisfait leurs besoins nutritionnels et leurs préférences alimentaires pour leur permettre de mener une vie active et saine » (FAO, 1996, en ligne). Largement répandue, cette définition, fut élaborée lors de la consultation internationale qui allait mener en 1996 au Sommet mondial de l'alimentation de Rome, jalon de la lutte internationale contre la faim (Clay, 2002). On dit d'elle qu'elle est largement consensuelle, mettant en relief la nature multidimensionnelle de la sécurité alimentaire (FAO, 2006). C'est cette définition qui est retenue par le gouvernement canadien dans le Plan d'action du Canada pour la sécurité alimentaire (Gouvernement du Canada, 1998), ainsi que par les Diététistes du Canada (Power, 2005b).

Lorsque l'une des dimensions de la sécurité alimentaire est compromise, on parle alors d'insécurité alimentaire :

L'insécurité alimentaire désigne l'accès restreint inadéquat, restreint ou incertain des personnes et des ménages à des aliments sains, nutritifs et personnellement acceptables, tant sur le plan de la quantité que sur celui de la qualité pour leur permettre de combler leurs besoins énergétiques et de mener une vie saine et productive. (Tarasuk, 2001)

On considère également que les personnes et les ménages sont en situation d'insécurité alimentaire lorsqu'elles sont dans l'incapacité de se procurer des aliments de façon « socialement acceptable » et lorsqu'elles vivent de l'incertitude quant à leur accès alimentaire (Davis & Tarasuk, 1994). On reconnaît que l'insécurité alimentaire constitue un phénomène non statique, pouvant être transitoire, chronique ou saisonnier (Tarasuk, 2001). Elle peut être mesurée à l'échelle de l'individu, du ménage, de la collectivité, d'une région ou d'un pays (Tarasuk, 2001).

À cet effet, Santé Canada effectue la surveillance de l'insécurité alimentaire au pays par le biais des enquêtes nationales sur la santé et ce, depuis le milieu des années 1990 (Santé Canada, 2010). Depuis 2004, la mesure de l'insécurité alimentaire à l'échelle des ménages canadiens est effectuée dans le cadre des Enquêtes sur la santé dans les collectivités canadiennes (ESCC) par le biais d'un outil appelé le Module d'enquête sur la sécurité alimentaire des ménages (MESAM). Suivant la méthodologie employée par Santé Canada (2012), l'insécurité alimentaire est considérée comme modérée lorsque chez les adultes ou les enfants d'un ménage, certains signes montrent que la qualité ou la quantité des aliments consommés est compromise. L'insécurité alimentaire est considérée comme grave lorsqu'il existe des signes d'une consommation alimentaire réduite et d'habitudes alimentaires perturbées.

Les résultats de la plus récente Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes (ESCC) révélaient qu'en 2011- 2012, 1,1 million de ménages canadiens, soit 8,3 % de la population totale, souffraient d'insécurité alimentaire (Santé Canada, 2014). Pour 5,8 % des ménages canadiens, cette insécurité alimentaire était modérée et pour 2,5 % d'entre eux, elle était grave (Santé Canada, 2014). Au Québec à la même période, le taux d'insécurité alimentaire s'élevait à 8,1 % (Santé Canada, 2014). Certains auteurs, toutefois, croient que ce taux est sous-estimé puisqu'il n'inclut pas les enfants de moins de 12 ans vivant dans des ménages en situation d'insécurité alimentaire, ni les personnes vivant une insécurité alimentaire dite marginale¹ (Tarasuk, et al., 2013). Qui plus est, il est difficile d'affirmer si l'insécurité alimentaire au Canada est un phénomène qui prend de l'ampleur avec les années. Des changements méthodologiques effectués par Santé Canada dans la mesure de l'insécurité alimentaire entre 1990 et 2007 entravent la capacité à suivre les variations survenues avant 2007 (McIntyre & Rondeau, 2009). Entre l'ESCC de 2007-2008 et celle de 2011-2012, Statistique Canada estime que les taux d'insécurité sont demeurés stables (Roshanafshar & Hawkins, 2015).

Nonobstant les critiques et incertitudes entourant la mesure de l'insécurité alimentaire au Canada, les taux sont suffisamment alarmants pour soulever, en 2012, les préoccupations du Rapporteur spécial des Nations

¹ Dans le cadre du MESAM, l'insécurité alimentaire marginale est vécue par les ménages qui craignent de manquer de nourriture et/ ou qui limitent la sélection de nourriture à cause du manque d'argent (Tarasuk, Mitchell, & Dachner, 2013).

Unies, Olivier de Schutter, lequel souligne le manque d'exemplarité du pays à protéger le droit à l'alimentation (DeSchutter, 2012). Dans la même veine, Racine (2007, p. 19) écrit que : « L'insécurité alimentaire est graduellement venue rejoindre les rangs des problématiques sociales importantes dans notre société et fait désormais partie des préoccupations de plusieurs milieux, tant communautaires, citoyens, universitaires, institutionnels, ministériels que privés. ». Au Québec, la volonté gouvernementale de lutter contre l'insécurité alimentaire fut affirmée au cours des dernières années par la Loi visant à lutter contre la pauvreté et l'exclusion sociale, par le Plan d'action gouvernemental en matière de lutte contre la pauvreté et à l'exclusion sociale (2004-2009), par le Programme national de santé publique 2003-2012, et par le Plan d'action gouvernemental de promotion des saines habitudes de vie et de prévention des problèmes reliés au poids (2006-2012) (MSSS, 2008).

1.2. Une expérience pénible associée à de nombreux problèmes de santé

Les écrits scientifiques montrent que l'insécurité alimentaire est associée à de nombreux problèmes qui se manifestent sur les plans familial et social, ainsi que sur les plans de la santé psychologique et physique. Elle affecte aussi de façon particulière la santé des femmes et les enfants qui en souffrent.

1.2.1. Répercussions sur la vie familiale et sociale

Certaines études qualitatives ont tenté de mettre en relief l'expérience vécue de ménages en situation d'insécurité alimentaire. L'une d'entre elles fut réalisée à la fin des années 1990 auprès de 98 familles à faible revenu de la région de Québec (Hamelin, Beaudry, & Habicht, 2002; Hamelin, Habicht, & Beaudry, 1999). On y découvre que la vie quotidienne de ces ménages se trouve grandement perturbée par la situation d'insécurité alimentaire. Les habitudes alimentaires de ces familles sont affectées, notamment par une diète monotone et par un dérangement des rituels alimentaires (Hamelin, et al., 2002; Hamelin, et al., 1999). L'insécurité alimentaire provoquerait également du stress, de la honte et un sentiment de culpabilité chez les parents qui craignent à certains moments de se faire retirer la garde de leurs enfants (Hamelin, et al., 2002; Hamelin, et al., 1999). L'insécurité alimentaire aurait plus largement des répercussions sur l'intégration sociale des personnes en souffrant. On note chez ces dernières un sentiment d'exclusion et une diminution de la participation sociale (Hamelin, et al., 1999). À cet effet, ajoutons que Vozoris et Tarasuk (2003) notaient, dans une analyse quantitative des résultats l'ESCC 1996-1997, que les individus en situation d'insécurité alimentaire déclaraient plus fréquemment que les autres avoir un faible soutien social.

1.2.2. Association à des problèmes de santé psychologiques et physiques

De nombreuses études quantitatives font état des liens qui existent entre l'insécurité alimentaire et divers problèmes de santé. Sur le plan psychologique, les personnes vivant de l'insécurité alimentaire seraient plus

en proie que les autres à vivre de la détresse psychologique (Carter, Kruse, Blakely, & Collings, 2011; Che & Chen, 2001; Hamelin et al., 2002; Vozoris & Tarasuk, 2003) et des épisodes de dépression majeure (Che & Chen, 2001; Vozoris & Tarasuk, 2003).

L'insécurité alimentaire est également associée à diverses affectations physiques et les adultes qui en souffrent seraient plus enclins que les autres à signaler un état de santé pauvre ou passable (Che & Chen, 2001; Stuff et al., 2004; Vozoris & Tarasuk, 2003). Ces derniers souffrent davantage de maladies chroniques multiples (Che & Chen, 2001; Vozoris & Tarasuk, 2003) telles l'hypertension et le diabète (Seligman, Laraia, & Kushel, 2010). Ils sont également plus nombreux à rapporter vivre des maladies cardiaques et des allergies alimentaires (Vozoris & Tarasuk, 2003). Paradoxalement, l'insécurité alimentaire serait aussi liée à l'obésité et cette association serait plus prononcée chez les femmes (Che & Chen, 2001; Dinour, Bergen, & Yeh, 2007; Drewnowski, 2009; Larson & Story, 2011). Notons par ailleurs qu'une récente étude américaine (Martin & Lippert, 2012) indique que le lien entre l'insécurité alimentaire et l'obésité serait d'autant plus fort chez les femmes cheffes de famille monoparentale.

1.2.3. Particularités chez les femmes et les enfants

Dans la même veine, Ivers et Cullen (2011) plaident qu'il faut porter une attention particulière à la santé des femmes qui vivent au sein de ménages en situation d'insécurité alimentaire. Dans une récente revue des écrits, les auteurs ont trouvé que les femmes en situation d'insécurité alimentaire sont plus susceptibles que les autres de présenter des carences nutritionnelles, de vivre des complications pendant la grossesse et d'être affectées par des problèmes de santé mentale. Également, notons qu'en appui aux résultats de recherches qualitatives (Hamelin, et al., 2002), des recherches quantitatives montrent que les mères de famille à faible revenu sont enclines à se priver de nourriture afin que leurs enfants ne souffrent pas de la faim, allant jusqu'à compromettre leur propre apport nutritionnel en réduisant la quantité et la qualité de leur propre diète (Dowler, 1997; Hamelin, et al., 2002; McIntyre et al., 2003; Power, 2005a).

L'insécurité alimentaire serait aussi liée à de nombreux problèmes de santé chez les enfants. Des auteurs (Ashabi & O'Neal, 2008; Gundersen & Kreider, 2009; Nord & Parker, 2010) recensent un corpus de littérature dense qui montre, chez les enfants issus de ménages en situation d'insécurité alimentaire, une mauvaise santé rapportée, des carences nutritionnelles, de hauts taux d'hospitalisation en bas âge, des problèmes de santé mentale comme la dépression et l'anxiété, des troubles de comportement ainsi qu'un fonctionnement et un développement psychosocial appauvris.

Finalement, devant le cumul des études soutenant les liens entre l'insécurité alimentaire et la santé, certains auteurs canadiens (McIntyre & Rondeau, 2009; McIntyre & Tarasuk, 2002; Mikkonen & Raphael, 2011) ainsi

que les Diététistes du Canada (Power, 2005b) n'hésitent pas à classer la sécurité (ou l'insécurité) alimentaire comme un déterminant de la santé.

1.3. Un problème qui touche de façon particulière les ménages monoparentaux dirigés par une femme

Or, il faut savoir que tous les Canadiens ne sont pas égaux devant le phénomène de l'insécurité alimentaire et que les familles monoparentales dirigées par une femme en sont parmi les plus affectées. Chez ces ménages, le taux d'insécurité alimentaire atteint les 25,0 %, étant quatre fois plus élevé que chez les ménages ayant un couple à leur tête² (Santé Canada, 2011). La situation est d'autant plus préoccupante pour 8,8 % des ménages monoparentaux dirigés par une femme qui vivent une situation d'insécurité alimentaire suffisamment grave pour montrer des signes de réduction de leur apport alimentaire et de perturbation de leurs habitudes alimentaires (Santé Canada, 2011).

Les ménages monoparentaux sont également plus enclins à vivre de l'insécurité alimentaire au sein d'autres pays industrialisés tels que l'Australie (Law, Ward, & Coveney, 2011) et les États-Unis (Coleman-Jensen, Nord, & Singh, 2013). Au Canada, le fait de faire partie d'un ménage monoparental est fréquemment nommé comme un facteur qui prédispose à l'insécurité alimentaire (McIntyre & Rondeau, 2009; Power, 2004; Tarasuk, et al., 2013).

Or, il appert que pour les familles monoparentales dirigées par une femme - et notamment pour celles affichent un faible revenu -, l'insécurité alimentaire s'ajoute à une multiplicité d'autres problématiques bien documentées. En 2010, Broussard a mené une revue des écrits ayant trait à la santé physique et psychologique des mères monoparentales à faible revenu. La soixantaine d'articles qu'elle a recensés sont de nature quantitative et qualitative, et font état d'études menées aux États-Unis et au Canada entre les années 2000 et 2010. L'auteure résume ainsi les fruits de sa recherche : « ... low- income single mothers with children remain vulnerable to multiple chronic risk factors, including financial and food insecurity, poor health care access, job insecurity, poor access to quality child care, and poor quality housing in unsafe neighborhoods. As a consequence, their health and mental health suffers, increasing the risks they and their children must face on a daily basis. » (Broussard, 2010, p. 443).

² Cette statistique est tirée des résultats de l'ESCC 2007-2008. Les résultats rendus disponibles par Santé Canada pour l'ESCC 2011-2012 ne permettent pas de distinguer les taux d'insécurité alimentaire pour les familles monoparentales dirigées par une femme et dirigées par un homme. Cependant, une étude fondée sur les données de l'ESCC 2011-2012 (mais utilisant une méthodologie divergente de celle de Santé Canada) maintenait que les familles monoparentales dirigées par une femme demeuraient le type de ménage le plus touchée par l'insécurité alimentaire et ce, à hauteur de 34,4% (Tarasuk, et al., 2013).

Par ailleurs, il appert que les difficultés vécues par les mères monoparentales en situation de pauvreté sont difficiles à assumer, si l'on se fie à McIntyre, Officer et Robinson (2003). Entre 1999 et 2000, ces auteurs ont mené une étude qualitative auprès de mères monoparentales à faible revenu des provinces de l'Atlantique, au Canada. Les auteurs ont rencontré 24 participantes dans le cadre d'entrevues individuelles ethnographiques, puis ont analysé les propos recueillis en tentant de comprendre la perception et le vécu de ces femmes entourant leurs conditions de vie difficiles. Il ressort de leurs résultats que les mères monoparentales à faible revenu interrogées ont souvent l'impression d'être jugées et qu'elles éprouvent face à leur situation un sentiment de culpabilité et de découragement. Elles rapportent également vivre de l'isolement (McIntyre et al., 2003). Pour pallier la situation précaire de leur famille, les auteurs rapportent que les femmes déploient différentes stratégies d'adaptation. Entre autres, elles tentent de cacher leur situation de pauvreté et versent dans l'autosacrifice afin que leurs enfants ne souffrent pas des conditions de vie précaires (McIntyre et al., 2003).

Si le travail rémunéré peut apparaître comme une solution à la précarité des mères monoparentales à faible revenu, il appert que l'entrée sur le marché du travail ne se fait pas sans heurts pour ces dernières. Mason (2003) a tenté de comprendre les motivations des mères canadiennes en situation de pauvreté d'intégrer ou non le marché du travail. L'auteur a rencontré 95 mères dans le cadre d'entrevues individuelles menées en Colombie-Britannique, en Ontario et au Nouveau-Brunswick. Les résultats mettent en évidence la tension vécue par les femmes qui doivent composer avec deux responsabilités difficiles à concilier, soit gagner leur vie et bien s'occuper de leurs enfants (Mason, 2003). Dans le même sens, l'auteur note que le manque d'accessibilité à des services de garde de qualité est perçu comme un frein à l'entrée sur le marché du travail des mères monoparentales en situation de pauvreté (Mason, 2003).

Au Québec, les conditions de vie des familles monoparentales dirigées par une femme sont préoccupantes, selon la Fédération des associations de familles monoparentales et recomposées (FAFMRQ). L'organisation, dans son mémoire intitulé « Femmes et monoparentalité : Agir sur la pauvreté pour atteindre l'égalité ! » (FAFMRQ, 2011), presse les décideurs d'agir de façon concrète pour l'amélioration de la situation de ces ménages qui demeurent, selon l'organisme, trop massivement touchés par la pauvreté.

CHAPITRE 2 : ÉTAT DES CONNAISSANCES

Devant des taux si élevés d'insécurité alimentaire chez les familles monoparentales dirigées par une femme et attendu les conséquences de ce problème sur la santé, il apparaît socialement pertinent de chercher à comprendre pourquoi ces ménages accèdent si difficilement aux aliments qui pourraient garantir leur sécurité alimentaire. Cette question revêt également une grande pertinence scientifique; à ce jour, la littérature portant spécifiquement sur ce thème est presque inexistante et certains auteurs (Blanchet & Rochette, 2011) clament que le lien entre la monoparentalité et l'insécurité alimentaire se doit d'être davantage exploré.

2.1. Les déterminants de l'accès aux aliments des ménages monoparentaux dirigés par une femme

Les prochaines sections font état des connaissances actuelles concernant les déterminants de l'accès alimentaire, en mettant en relief la littérature qui porte spécifiquement sur la situation des familles monoparentales. Elles ne se centrent pas sur un seul type de déterminants, mais abordent l'ensemble des perspectives (économique, sociale, culturelle ou physique) qui, à notre connaissance, ont été employées afin d'appréhender le problème de l'accès alimentaire. Les principales banques de données consultées afin de réaliser ces sections sont Pubmed, Web of Science, Social Services Abstracts et Social Sciences Full Text. On a également fouillé les écrits issus de la santé publique québécoise par le biais de la base de données Réseau Santécom.

Notons que certains travaux recensés portent spécifiquement sur l'accès aux aliments, alors que d'autres ont pour objet les déterminants de la sécurité ou de l'insécurité alimentaire, toutes ces études apportant un éclairage pertinent sur la question de l'accès alimentaire. À cet effet, nous invitons le lecteur à consulter le chapitre portant sur les fondements conceptuels de l'étude afin de se familiariser davantage avec les distinctions subtiles existant entre les expressions « sécurité alimentaire » et « accès alimentaire ». On y découvre que ces vocables sont apparentés sur le plan conceptuel.

2.1.1. Les déterminants économiques

On sait que la précarité financière serait le facteur le plus déterminant de l'insécurité alimentaire chez les familles monoparentales dirigées par une femme. Ce type de ménages affiche les revenus les plus faibles au pays (Statistique Canada, 2010), et la précarité économique se démarque incontestablement comme étant le plus fort déterminant de l'insécurité alimentaire pour l'ensemble des Canadiens (McIntyre & Tarasuk, 2002; Power, 2005a, 2005b) et des Québécois (Blanchet & Rochette, 2011).

Il apparaît que ce sont les ménages ayant l'aide sociale pour principale source de revenus qui sont les plus affectés par cette réalité, tant au Canada (McIntyre, Bartoo, & Emery, 2012), qu'au Québec (Blanchet &

Rochette, 2011). Toutefois, l'emploi ne constituerait pas un facteur de protection suffisant pour contrer l'insécurité alimentaire (McIntyre, Bartoo, & Emery, 2012), plus de la moitié des ménages canadiens en situation d'insécurité alimentaire ayant comme principale source de revenus un emploi rémunéré (Loopstra & Tarasuk, 2013).

Outre la question des faibles revenus, des études qualitatives (Gorton, Bullen, & Mhurchu, 2010; PSFL, 2011) et quantitatives (Kirkpatrick & Tarasuk, 2007, 2011) portant sur les effets de l'environnement économique sur la sécurité alimentaire mettent en lumière la sensibilité du budget alimentaire des ménages à faible revenu aux autres dépenses courantes, notamment le logement. Ces dépenses incluent aussi l'entretien ménager et le remboursement des dettes (Gorton, et al., 2010), le transport (Gorton, et al., 2010; Travers, 1996) ainsi que les services de garde des enfants (Travers, 1996). Le fardeau lié à cette dernière source de dépenses est relevé de façon particulière pour les ménages monoparentaux, si l'on se fie aux résultats d'une étude qualitative portant sur l'accès alimentaire de familles monoparentales australiennes (Law & al., 2011). Cela dit, il serait intéressant d'explorer jusqu'à quel point les frais de garde entravent effectivement l'accès alimentaire des familles monoparentales dans le contexte québécois, considérant le réseau subventionné de services de garde dont s'est doté la province.

Malgré le lien clair qui semble être établi entre insécurité alimentaire et précarité financière, il existe très peu d'écrits sur les enjeux financiers de l'accès aux aliments spécifiques aux ménages monoparentaux dirigés par une femme. Une analyse quantitative et longitudinale récente, basée sur deux enquêtes nationales américaines impliquant plus de 30 000 enfants, indique que la contribution financière du père – même irrégulière – favorise la sécurité alimentaire des enfants issus de ménages monoparentaux dirigés par une femme (Nepomnyaschy, Miller, Garasky, & Nanda, 2014). Nous ne savons toutefois pas ce qu'il en est en contexte québécois. Les résultats d'une recherche-action participative qualitative menée auprès de 16 familles à faible revenu de la région de Québec (PSFL, 2011) laissent penser que certaines mères ne réclament pas de pension alimentaire, craignant que leurs prestations gouvernementales en soient réduites. Néanmoins, cette étude exploratoire ne s'attarde pas spécifiquement à la réalité alimentaire des familles monoparentales dirigées par une femme, et ne fait qu'effleurer la question des pensions alimentaires. L'effet de la contribution financière du père sur l'accès alimentaire des familles monoparentales dirigées par une femme au Québec gagnerait donc à être exploré avec plus de profondeur.

Finalement, il semble que l'accès aux aliments ne puisse en être limité à son seul aspect économique. Gorton et al. (2010), dans une revue de littérature portant sur les facteurs structurels de l'insécurité alimentaire des pays à revenus élevés, soulignent la complexité des conditions associées à la problématique. Ainsi, bien que les ressources financières du ménage exercent une influence importante sur leur capacité à se procurer de la

nourriture, l'ensemble des données recueillies permet de conclure qu'une diversité d'éléments issus de l'environnement physique, socioculturel et politique agit sur l'accès à une alimentation suffisante et nutritive.

2.1.2. Les déterminants sociaux et culturels

À cet effet, la littérature scientifique entourant l'accès aux aliments se penche aussi sur les facteurs sociaux et culturels pouvant influencer la situation de sécurité alimentaire des ménages et des personnes. L'incidence de différents éléments de l'environnement social (le capital social, la présence de réseaux sociaux ou l'isolement social) ont fait l'objet d'études quantitatives et transversales dans des pays à revenus élevés (Carter, Dubois, & Tremblay, 2014; Gorton, et al., 2010). L'une de ces analyses, opérée au Québec, fut menée à partir des données secondaires de l'Étude longitudinale du développement des enfants du Québec (Carter, Dubois, Tremblay, & Taljaard, 2012). Ses auteurs ont choisi de mesurer l'association entre le niveau d'insécurité alimentaire (rapporté par la mère) de 1746 enfants inclus dans l'étude de cohorte précitée, et le niveau de défavorisation sociale ainsi que la cohésion sociale du voisinage de l'enfant. La défavorisation sociale, mesurée par l'entremise de l'indice de Pampalon (Pampalon, Hamel & Raymond 2001), appréhende la force des liens sociaux intrafamiliaux d'un secteur de résidence, par des indicateurs comme la proportion des personnes âgées de 15 ans ou plus séparées, divorcées ou veuves, vivant seules et faisant partie de ménages monoparentaux. La mesure de la cohésion sociale du quartier se fonde quant à elle sur les travaux de Barnes-McGuire (1997). Elle est appréhendée grâce à des questions faisant appel à la perception de la mère de 4 types de problèmes pouvant être décelés dans le voisinage: l'usage et la vente de drogue, la présence de déchets et de verre cassé, la consommation d'alcool en public et la présence de groupes de jeunes dérangeant l'ordre public. Les auteurs ont contrôlé, dans leur analyse multivariée, l'effet potentiel de variables confondantes comme le statut socioéconomique, le nombre de personnes vivant dans le ménage et le statut de monoparentalité. Leurs résultats montrent qu'une défavorisation sociale élevée, tout comme une faible cohésion sociale du voisinage, accroissent les probabilités de vivre de l'insécurité alimentaire. D'après les auteurs, ces deux dimensions du capital social seraient indicatrices d'une plus faible interaction, et d'un plus faible soutien matériel et social venant des réseaux familiaux et du voisinage.

Dans la même veine, les auteurs d'une étude qualitative menée auprès de familles à faible revenu dans la région de Québec expliquent que : « L'isolement, l'absence d'amies ou de famille, la perte d'un conjoint rendent également les tâches autour des repas et de l'épicerie plus ardues, du fait qu'ils coupent des réseaux d'entraide potentiels ou encore qu'ils démotivent. » (PSFL, 2011, p. 25). L'effet de l'absence de soutien venant du réseau social et personnel sur l'accès alimentaire a également été relevé par des personnes à faible revenu et vivant seules ayant participé à une recherche-action participative qualitative menée dans les régions de Québec et de Charlevoix entre 2011 et 2014. Les auteurs de cette recherche concluent que la « crise du

lien social » est un élément structurel d'ordre socioculturel qui contribue à éloigner les personnes en situation de pauvreté de l'atteinte de l'autonomie alimentaire (Dupéré et al., 2014).

L'influence du réseau social sur l'accès aux aliments pose particulièrement question dans le cas des mères des familles monoparentales. Effectivement, des auteurs relatent que ces dernières se sentent souvent socialement isolées (McIntyre, Officer, & Robinson, 2003). Elles obtiendraient moins de support venant de la famille et des amis que les mères mariées, et leur réseau social serait moins stable et moins développé (Bassuk, Browne, & Buckner, 1996; Cairney, Boyle, Offord, & Racine, 2003). Il semble qu'à ce jour, aucune étude ne s'est penchée sur le rôle spécifique de l'isolement social des mères de famille monoparentale sur leur accès aux aliments.

Aussi, bien que l'insécurité alimentaire touche davantage les femmes que les hommes canadiens pour des ménages comparables (Matheson & McIntyre, 2013), peu d'écrits scientifiques nous informent sur l'influence que pourrait avoir le genre sur l'accès aux aliments. Néanmoins, des auteurs avancent que les normes sociales entourant le rôle de mère et le besoin éprouvé par ces dernières de protéger leurs enfants de la faim et de la pauvreté influenceraient leurs pratiques alimentaires (Law, et al., 2011; Martin & Lippert, 2012; McIntyre, Officer, et al., 2003). Vivre des difficultés à nourrir ses enfants provoquerait chez les femmes un fort sentiment de culpabilité et plusieurs d'entre elles recourraient aux comptoirs alimentaires, expérience qu'elles jugeraient cependant pénible (Hashimoto, 2012; McIntyre, Officer, et al., 2003).

Quelques recherches nous indiquent également qu'il faille porter une attention au rôle que les formes de violence liées au genre pourraient jouer sur l'accès aux aliments des femmes à la tête de familles monoparentales. À titre d'exemple, des auteurs issus des États-Unis (Chilton, Rabinowich, & Woolf, 2012) ont fait appel à une méthodologie mixte afin d'élucider le lien pouvant exister entre la violence et l'insécurité alimentaire. Ces derniers ont recueilli des données quantitatives et qualitatives auprès de 44 mères à faible revenu pour mesurer leur niveau d'insécurité alimentaire et pour comprendre leur expérience vécue de la violence. Les auteurs concluent qu'il existe une association entre l'exposition à la violence et un très faible niveau de sécurité alimentaire chez les mères sondées. Comme Hernandez, Marshall et Mineo (2014) qui ont mené une étude quantitative sur le même thème, Chilton et al. (2012) avancent que la dépression maternelle serait en cause dans cette association. Les études de Chilton et al. (2012) et de Hernandez et al. (2014) ne s'attardent toutefois pas au rôle de la violence dite « économique » sur l'accès alimentaire. Le rôle de cette forme de violence sur la sécurité alimentaire serait néanmoins à considérer avec sérieux, d'après Power (2006). Cette dernière utilise le témoignage d'une mère de famille monoparentale – lequel fut recueilli dans le cadre d'une étude sociologique qualitative –, pour mettre en relief comment la violence économique

intraconjugale est susceptible d'atteindre la sécurité alimentaire des femmes qui en sont victimes. L'auteure clame, par son article, l'urgente nécessité d'examiner avec plus de profondeur les mécanismes associant ces deux importants problèmes de santé publique.

2.1.3. Les déterminants physiques et temporels

Outre, les déterminants économiques, sociaux et culturels de l'accès aux aliments, les déterminants physiques (relatifs à l'environnement alimentaire) et temporels (relatifs au temps attribué à l'approvisionnement) de la problématique ont aussi fait l'objet d'études.

Connaissances sur les environnements alimentaires

Depuis la fin des années 1990, de nombreuses recherches s'intéressant aux environnements alimentaires ont été réalisées. Ces études, principalement de nature quantitative et faisant appel à des systèmes d'information géographique (SIG), visent à cerner l'accès aux aliments d'après une perspective territoriale. Ces travaux qui constituent un courant important de la recherche en santé publique sur l'accès aux aliments s'appuient souvent sur les concepts de « désert alimentaire » (Beulac, Kristjansson, & Cummins, 2009) et de « marais alimentaire »³ (Santé Canada, 2013). Ils sont généralement menés sur une aire géographique précise à partir de données comme des indicateurs de défavorisation socioéconomique et la présence de certains détaillants alimentaires. La signification de ce type de recherches est toutefois mitigée, puisqu'on ne peut conclure avec certitude que la présence d'un désert alimentaire a un effet significatif sur l'alimentation de ses résidents (Santé Canada, 2013). Qui plus est, il existe peu de données probantes sur l'existence de déserts alimentaires au Canada (Santé Canada, 2013).

Cela dit, certaines études menées selon cette perspective dans la région de Québec apportent un éclairage sur des caractéristiques de certains territoires qui pourraient influencer l'accès aux aliments des personnes qui y résident. À titre d'exemple, l'une de ces études relate que les détaillants de la région offrant des fruits et légumes frais se font plus rares en zone rurale qu'en zone urbaine (Pouliot & Hamelin, 2009). Ses auteures ont recueilli des données sur la quantité, la qualité et la diversité de fruits et de légumes frais vendus dans diverses sources d'approvisionnement alimentaire (SAA) des régions de Québec, Portneuf et Charlevoix. Les résultats ont été obtenus à la suite d'analyses statistiques et d'un exercice cartographique incluant les données collectées auprès d'un total de 144 commerces visités (Pouliot & Hamelin, 2009). Une autre étude, s'intéressant aux prix des fruits et légumes chez 85 détaillants de la région de Québec, montre quant à elle que le coût de ces aliments serait variable en fonction de la surface d'épicerie - les coûts étant plus

³ Un **désert alimentaire** est compris comme une région où les populations vulnérables ont peu d'accessibilité géographique à des aliments nutritifs. Un **marais alimentaire** est compris comme une région à faible statut socio-économique où on observe une accessibilité géographique élevée à des aliments non nutritifs. (Santé Canada, 2013)

avantageux dans les épiceries de grande surface (Drouin, Hamelin, & Ouellet, 2009). Les auteurs mettent ainsi en relief les inégalités d'accès aux aliments subies par les résidents de la région qui ne vivent pas à proximité de commerces alimentaires de grande surface. Une autre recherche encore, menée par la Direction régionale de santé publique de la Capitale-Nationale (DRSPCN), a permis de circonscrire certains secteurs du territoire où l'accès physique aux fruits et légumes frais pourrait être plus ardu, sans toutefois conclure à la présence de désert alimentaire (Guay, 2012). Cette étude s'appuie sur des indicateurs tels que la présence de certains détaillants alimentaires, l'indice de défavorisation matérielle de Pampalon et al. (2001), le taux de non-motorisation des ménages et les services offerts par le réseau de transport en commun (Guay, 2012). La DRSPCN a également publié un rapport cartographiant le réseau d'aide alimentaire de la région de la Capitale-Nationale, mettant en lumière des inégalités territoriales de l'offre de services (Guay, Lepage, & Morrow, 2013).

Le peu de connaissances sur l'approvisionnement alimentaire et l'accessibilité

Toutes ces études nous renseignent certes sur la disponibilité de certaines sources d'approvisionnement alimentaires (SAA) dans la région de Québec, ainsi que sur les disparités existantes à cet égard entre certains secteurs. Mais tel que l'écrivent Hamelin, Mercier et Gauthier (2007), outre la disponibilité des aliments, l'accessibilité se rapporte entre autres à la capacité de se déplacer pour acquérir ces aliments. Or, puisque nous ne connaissons pas les habitudes d'approvisionnement alimentaire des mères de famille monoparentale, il est difficile d'affirmer les SAA de leur territoire leur sont réellement accessibles. À cet effet, certains auteurs rapportent que d'avoir à transporter ses enfants au moment de l'approvisionnement alimentaire constituerait un obstacle à l'accessibilité (Hashimoto, 2012; Law et al., 2011; McIntyre, Officer, et al., 2003). Il conviendrait certainement d'approfondir cette question. En ce sens, des auteurs ayant mené des études sur les disparités spatiales liées à l'accès aux aliments soulignent la nécessité de mieux comprendre la complexité des facteurs qui influencent les habitudes d'approvisionnement des personnes à faible revenu (Gould, Apparicio, & Cloutier, 2012; Kirkpatrick & Tarasuk, 2010).

Et cela serait d'autant plus pertinent pour les mères de famille monoparentales. Hashimoto (2012), qui a étudié de façon qualitative l'approvisionnement alimentaire de certaines de ces femmes à Hamilton (Ontario), émet quelques réserves au sujet des études basées sur le concept de « désert alimentaire ». Notons qu'Hashimoto (2012) est la seule auteure qui, à notre connaissance, a étudié l'approvisionnement alimentaire et l'accès aux aliments de mères de famille monoparentale en s'attardant à sa dimension spatiale, et en recueillant la perception des femmes de leur territoire. Son étude qualitative, bien qu'opérée dans une autre ville canadienne, nous donne de précieux indices sur le rapport expérientiel qu'entretiennent des mères de famille monoparentale avec les sources d'approvisionnement alimentaire de leur quartier. À cet effet, Hashimoto (2012) constate que : 1) Les recherches sur les déserts alimentaires considèrent souvent que les

individus s'approvisionnent exclusivement auprès de certains détaillants commerciaux, alors que les mères monoparentales se procurent des aliments auprès d'une multiplicité de sources d'approvisionnement alimentaires (SAA) incluant les comptoirs alimentaires ; 2) Les recherches sur les déserts alimentaires postulent que les individus s'approvisionnent exclusivement à proximité de leur domicile alors que de nombreuses mères monoparentales parcourent de longues distances pour se procurer des aliments ; 3) Les études sur les déserts alimentaires tiennent pour acquis que les individus s'alimentent auprès de commerces de restauration rapide par manque de choix ou de connaissances sur la saine alimentation, alors d'autres logiques semblent être à l'œuvre. À ce propos, Hashimoto (2012) relate que cette pratique constitue l'une des seules façons qu'ont les femmes monoparentales de faire plaisir à leur famille à peu de frais.

Le peu de savoirs sur les perceptions de l'environnement alimentaire des résidents

Ces écarts qu'Hashimoto (2012) observe posent la nécessité de comprendre mieux les habitudes d'approvisionnement alimentaire des mères de famille monoparentales, mais également les motivations sous-jacentes. Les lacunes que relève l'auteure sont cohérentes avec de nombreuses critiques issues des courants féministe et post-structurel de la géographie selon lesquelles le savoir « objectif » généré par l'utilisation de systèmes d'informations géographiques ne reflète pas complètement les connaissances, les perceptions, les émotions, les significations et l'expérience quotidienne réelle des personnes vis-à-vis leur territoire (Aitken & Kwan, 2010; Shannon, 2013). Par ailleurs, la littérature montrerait une corrélation plus élevée entre les perceptions de l'environnement alimentaire et certains comportements alimentaires (achats, qualité de l'alimentation) comparativement aux mesures objectives de l'environnement alimentaire (Santé Canada, 2013). Selon certains auteurs (Aitken & Kwan, 2010; Kwan, 2002), une façon de saisir les savoirs locaux qui demeurent absents de la plupart des travaux faisant appel à des systèmes d'informations géographiques serait de recueillir des données primaires qualitatives directement auprès des individus qui résident sur un territoire.

Connaissances sur l'influence du temps sur l'accès aux aliments

Outre la question de l'accès physique aux aliments, celle du temps serait aussi à explorer. Pour Law et al. (2011), les responsabilités parentales assumées par les mères seules dans un contexte de conciliation avec le travail diminueraient le temps disponible pour l'approvisionnement alimentaire, constituant un obstacle à l'accès aux aliments. Le lien entre les ressources temporelles et l'accès des familles monoparentales aux aliments ne semble pas faire l'objet d'études supplémentaires et gagnerait certainement à être davantage exploré.

2.2. La pertinence scientifique d'une compréhension globale de l'accès aux aliments tirée du vécu des femmes

Finalement, trois grands constats peuvent être posés au regard de l'état des connaissances entourant l'accès aux aliments des mères de famille monoparentales.

D'une part, l'accès aux aliments constitue visiblement une problématique multidimensionnelle. La plupart des études recensées se penchent sur l'une ou l'autre de ses dimensions, mais encore très peu de recherches n'appréhendent de façon globale le problème ou ne s'intéressent au jeu des interactions entre ses multiples dimensions.

D'autre part, aucune publication scientifique ne décrit avec profondeur et précision l'approvisionnement alimentaire de personnes à faible revenu ou de mères de famille monoparentale. Ainsi, les données territoriales objectives de l'accès alimentaire qui sont confinées au sein de SIG ne peuvent être appréhendées à la lumière des pratiques réelles d'approvisionnement alimentaire des personnes.

Finalement, la compréhension de l'accès alimentaire des mères de famille monoparentale, notamment de celles du Québec, demeure parcellaire. Ces dernières ont rarement été sondées directement sur les obstacles et les facteurs facilitant qu'elles perçoivent comme influents pour leur accès aux aliments. Les écrits à leur sujet n'appréhendent souvent pas l'ensemble des déterminants de l'accès aux aliments, pas plus qu'ils n'abordent le rapport expérientiel que ces femmes entretiennent avec le territoire où elles résident.

2.3. Objectifs de la présente étude

Le présent projet de recherche porte deux objectifs :

- 1) Décrire les pratiques d'approvisionnement alimentaire des femmes à la tête de familles monoparentales à faible revenu du quartier Lairet ;
- 2) Mieux comprendre les facteurs facilitant et entravant l'accès aux aliments pour ces femmes.

Afin d'atteindre ces objectifs, 3 questions se posent :

- 1) Comment se déroule l'approvisionnement alimentaire pour les femmes à la tête de familles monoparentales à faible revenu du quartier Lairet?
- 2) Quels sont les éléments qui facilitent l'accès aux aliments pour ces femmes ?
- 3) Quels sont les éléments qui font obstacle à l'accès aux aliments pour ces femmes ?

CHAPITRE 3 : FONDEMENTS CONCEPTUELS

Par la présente section, nous souhaitons distinguer et définir les concepts qui occupent un espace central au sein de la présente recherche. Nous y aborderons le concept de « sécurité alimentaire », en mettant en relief ce qui le distingue du concept d'« accès aux aliments »⁴. Nous étayerons également les motifs nous ayant amenés à choisir le cadre conceptuel de Freedman et al. (2013) pour appréhender l'accès aux aliments, puis nous exposerons l'origine et les composantes de ce cadre. Nous nous attarderons aussi brièvement à l'« environnement alimentaire », un concept utilisé dans le cadre de ce projet et également issu des travaux de Freedman et al. (2013). Nous dresserons finalement une courte description de ce que nous comprenons comme « l'approvisionnement alimentaire », en présentant la typologie des sources d'approvisionnement alimentaire de Pouliot (2008).

3.1. La sécurité alimentaire⁵ et l'accès à l'alimentation

Les concepts de sécurité alimentaire et d'accès à l'alimentation sont deux concepts distincts, quoiqu'intimement liés. Rappelons que la sécurité alimentaire se définit ainsi :

La sécurité alimentaire est assurée quand toutes les personnes, en tout temps, ont **économiquement, socialement et physiquement accès** à une alimentation suffisante, sûre et nutritive qui satisfait leurs besoins nutritionnels et leurs préférences alimentaires pour leur permettre de mener une vie active et saine. (FAO, 1996, en ligne)

On note que la sécurité alimentaire est un concept général, englobant des questions liées à la nature, à la qualité et à la sécurité de l'environnement alimentaire, de même que des questions liées à l'accès à la nourriture (Tarasuk, 2001). L'accès aux aliments est, quant à lui, un concept moins large qui figure comme l'une des composantes de la sécurité alimentaire. Une composante néanmoins centrale, si l'on s'en fie au Plan d'action du Canada pour la sécurité alimentaire (Gouvernement du Canada, 1998, p. 11) : « Qu'on produise sa propre nourriture ou qu'on l'achète, la sécurité alimentaire est essentiellement une question d'accès à la nourriture ».

L'accès à l'alimentation fait référence à la fois à la disponibilité des aliments et à la capacité d'obtenir ces aliments (DRSP, 2012). Ces deux composantes (disponibilité et capacité) seront considérées au sein du présent projet.

⁴ Dans le cadre de la présente recherche, les vocables « accès aux aliments », « accès alimentaire », « accès à l'alimentation » et « accès à la nourriture » sont utilisés sans distinction. En anglais, toutes ces expressions se traduisent par le seul et même vocable de « *food access* ».

⁵ On ne juge pas pertinent de revisiter, dans le cadre de cette section, les composantes de la définition de l'insécurité alimentaire. Toutefois, le lecteur peut référer à la section 1.1 pour plus de précisions.

On remarque que dans la définition de la sécurité alimentaire précitée (FAO, 1996), l'accès à l'alimentation comporte trois dimensions : économique, sociale et physique. Or, notre revue des écrits plus récents nous indique que d'autres éléments peuvent être considérés comme ayant une incidence sur l'accès alimentaire. Nous avons donc mené une recension de cadres conceptuels entourant ce thème afin d'en trouver un qui articulerait de manière plus inclusive les composantes de l'accès aux aliments. Un tel cadre nous serait utile afin d'orienter la collecte et l'analyse des données de ce projet. Après l'analyse de différents modèles conceptuels et de cadres de références liés à l'accès aux aliments (Furst et al., 1996; Sobal & Bisogni, 2009; Rose et al., 2010; Neff et al., 2009; Krebs-Smith & Kantor, 2001; Quandt et al., 1998; Nie & epeda, 2011; Sharkey et al., 2010; Dean & Sharkey, 2011), c'est celui de Freedman et al. (2013) qui fut retenu. Ces auteurs ont tenté de développer un modèle conceptuel de l'accès aux aliments nutritifs (*nutritious food access*) en menant, entre 2007 et 2010, une recherche dans la région du Sud des États-Unis, reconnue pour ses taux d'insécurité alimentaire élevés. Ils ont rencontré 17 participants dans le cadre d'entrevues individuelles semi-dirigées, puis 41 participants répartis en 6 groupes d'entrevues collectives. Leur échantillon était principalement composé de femmes, d'origine rurale ou urbaine, et il était diversifié en termes de revenu familial annuel. Au fil de leur analyse, les auteurs ont tenté de dégager les dimensions influençant l'accès alimentaire des personnes rencontrées par une approche de théorisation ancrée (Charmaz, 2001). De ce processus inductif d'analyse se sont dégagées cinq dimensions de l'accès aux aliments (traduction libre) : 1) économique; 2) liée à la prestation des services; 3) spatiotemporelle; 4) sociale; 5) personnelle. Ces dimensions et leurs composantes sont résumées dans le tableau ci-dessous:

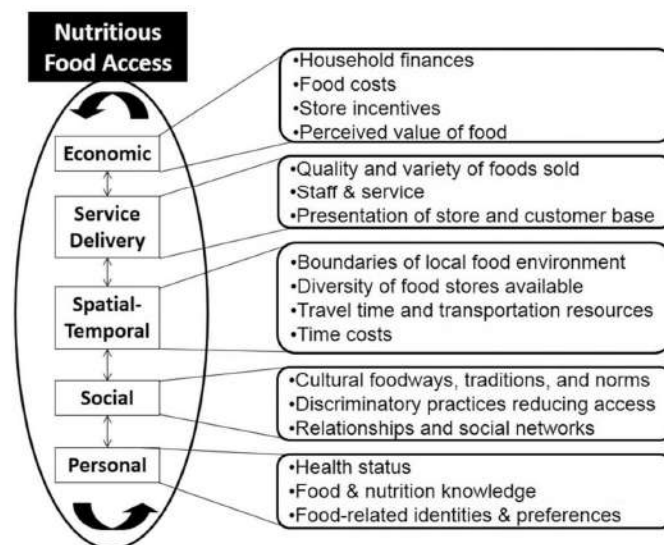


Figure 1: Les 5 dimensions de l'accès aux aliments nutritifs de Freedman et al. (2013)

Si ce cadre dit multidimensionnel nous apparaît comme complet, il faut néanmoins souligner qu'il s'intéresse à l'accès à une alimentation dite saine (*nutritious food acces*). Effectivement, comme nombre de recherches récentes sur l'accès aux aliments, les travaux de Freedman et al. (2013) appréhendent l'insécurité alimentaire dans une perspective de lutte à l'obésité – considérant notamment l'association qui existe entre les deux problématiques de santé publique. Cela dit, dans le cadre de la présente recherche, l'on s'intéresse à l'expérience d'accès alimentaire des femmes, sans s'attarder de façon particulière à son caractère nutritif. Il en va ainsi puisqu'on souhaite avoir une idée complète de l'expérience d'approvisionnement alimentaire des femmes, en s'intéressant à leur perspective quant aux aliments qu'elles jugent souhaitables pour leur famille. Ce choix suit par ailleurs les expériences de deux recherches menées auprès de familles à faible revenu - incluant des familles monoparentales dirigées par une femme (Hashimoto, 2012; Partenariat Solidarité-Famille-Limoilou (PSFL), 2011). Pour les auteurs de ces travaux, s'intéresser aux motifs des choix alimentaires jugés « malsains » permet de confronter les perceptions parfois erronées de la santé publique sur les facteurs de la saine alimentation⁶. Dans la présente recherche, le modèle de Freedman et al. (2013) a d'abord été utilisé au moment de la collecte de données. Effectivement, les cinq dimensions de l'accès alimentaire recensées par les auteurs ont servi à bâtir la grille des entrevues individuelles semi-dirigées, laquelle se retrouve en annexe 4. Le modèle a également été utilisé au terme de la démarche d'analyse. Effectivement, les thèmes ayant émergé de l'analyse thématique ont été regroupés sous les cinq dimensions de l'accès aux aliments de Freedman et al. (2013), tel qu'explicité sous la section méthodologique. Dans la même veine, c'est aussi suivant les cinq dimensions de Freedman et al. (2013) que les résultats liés à l'accès alimentaire des mères rencontrées ont été présentés sous la section des résultats.

Suivant Freedman et al. (2013), on a également choisi d'user du concept d'environnement alimentaire local. Cette expression réfère à l'espace entourant le domicile d'une personne, et à l'intérieur duquel cette dernière retrouve les SAA qu'elle utilise. Cet espace ne correspond pas nécessairement aux frontières administratives du quartier mais est plutôt défini subjectivement par les personnes participant à la démarche de recherche. Le concept d'environnement alimentaire local a été utile afin d'appréhender la dimension spatiotemporelle de l'accès alimentaire des participantes, tel qu'explicité sous la section des résultats correspondante.

3.2. L'approvisionnement alimentaire

L'approvisionnement alimentaire sera quant à lui compris, dans ce projet, comme « les moyens employés par chacun pour acquérir des aliments dans le but de les consommer » (Pouliot, 2008, p. 21). Cet approvisionnement peut se faire à différentes sources qu'on distinguera, dans le cadre de cette recherche,

⁶ Notamment, les auteurs (Hashimoto, 2012; PSFL, 2011) indiquent que contrairement aux postulats de la santé publique, le manque de connaissances sur l'alimentation saine serait rarement en cause dans le choix alimentaires jugés malsains des parents à faible revenu.

grâce à la typologie des sources d'approvisionnement alimentaire (SAA) développée par Pouliot (2008) et figurant à la page suivante. Comme expliqué sous la section méthodologique, cette typologie a été présentée aux participantes pendant la collecte de données, au moment de bâtir la géographie de leur approvisionnement alimentaire. Au moment de l'analyse, la typologie a été utilisée afin de recenser les différentes SAA fréquentées par les participantes. C'est également la nomenclature de Pouliot (2008) qui a été utilisée afin d'exposer les résultats de la recherche.

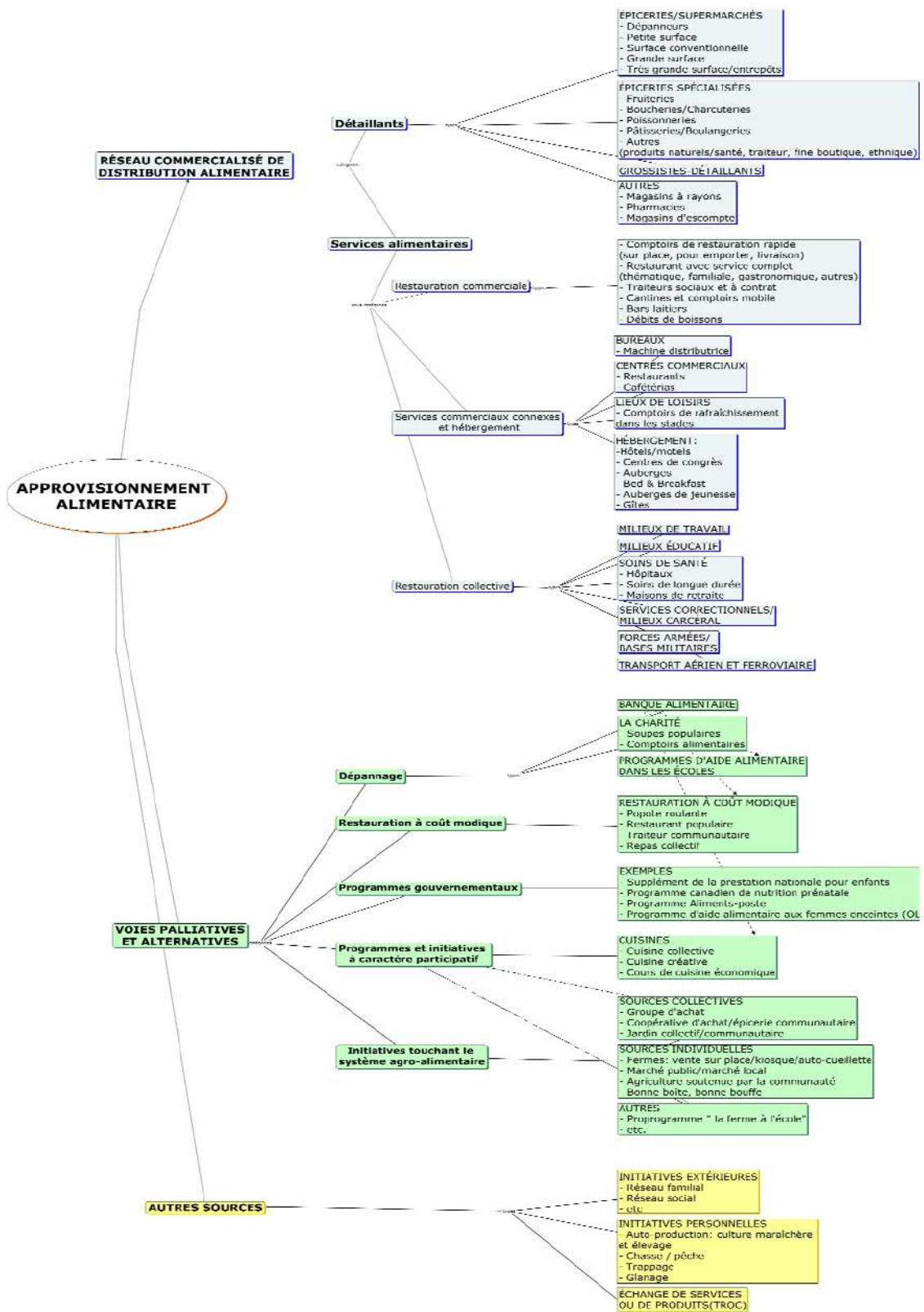


Figure 2: Réseau des SAA selon Pouliot (2008)

CHAPITRE 4 : DÉMARCHE MÉTHODOLOGIQUE

Ce chapitre vise à présenter les choix méthodologiques et les étapes effectuées pour mener à bien cette étude. Il est divisé en 8 sections, présentant d'abord la méthode de recherche adoptée, le choix du territoire étudié, la population à l'étude et le processus d'échantillonnage. On y expose ensuite la stratégie de recrutement, la collecte de données et le processus analyse expérimentés. Finalement, on y indique comment les critères de scientificité ont été respectés, les considérations éthiques qui ont été respectées et la diffusion prévue des résultats de la recherche.

4.1. Méthode de recherche

4.1.1. Devis qualitatif

Rappelons le présent projet vise à obtenir une meilleure compréhension des pratiques d'approvisionnement et de l'accès alimentaire des femmes à la tête de familles monoparentales à faible revenu du quartier Lairet et ce, à partir de la perspective de ces dernières. À cet effet, on y adopte un devis qualitatif qui, d'après Creswell (2007), s'avère indiqué afin d'obtenir une compréhension complexe et détaillée d'un problème à partir de la signification que les personnes qui le vivent y donnent. Considérant le peu de littérature existant sur ce sujet précis, le devis qualitatif de cette recherche permettra une première exploration des dimensions influençant l'accès alimentaire de ces femmes.

4.1.2. Approche collaborative

Cette recherche s'inscrit dans un projet de recherche-action participative (Creswell, 2007) plus large titré *Vers une autonomie alimentaire pour tous : AVEC* (VAATAVEC). Ce projet s'est déroulé au Québec entre 2011 et 2014, dans la région de Charlevoix et dans le secteur de Limoilou à Québec (région de Québec). Il a impliqué la participation active de parents de Limoilou en situation de pauvreté, ainsi que de plusieurs acteurs des milieux communautaire, institutionnel et académique. L'auteure de la présente étude a contribué activement aux travaux de ce groupe qui visaient notamment à « approfondir la compréhension, AVEC des personnes en situation de pauvreté et socialement exclues, des stratégies d'accès alimentaire (dont le (non)recours aux ressources visant l'autonomie alimentaire) en mettant en relief les facteurs structurels » (Dupéré et al., 2014). Bien que le projet de maîtrise de l'étudiante ait été mené de façon indépendante, et qu'il n'est pas à proprement dit participatif, il nait néanmoins d'une collaboration étroite avec ce groupe d'acteurs qui en auront nourri et influencé les orientations.

À cet effet, précisons que le thème de la recherche a été inspiré au fil d'échanges avec les acteurs du milieu impliqués dans la recherche participative VAATAVEC. Ces échanges, complémentaires à la revue des écrits,

ont renforcé la pertinence du projet. Certaines composantes de la recherche, notamment les outils de recrutement ainsi que les outils de collecte de données, ont été soumises à une partie de ces acteurs du milieu, incluant des mères de Limoilou en situation de pauvreté. Cette étape a entre autres permis de s'assurer qu'il y ait adéquation entre ces outils et le niveau de littératie de la population incluse dans l'étude. Au final, on souhaite que les résultats produits dans le cadre de cette recherche servent aux intervenants communautaires et institutionnels du groupe VAATAVEC et ultimement, qu'ils contribuent à l'amélioration des conditions de vie des femmes à faible revenu y ayant participé.

4.1.3. Recours à la cartographie participative

Finalement, on recourt, au sein de cette recherche, à la cartographie participative. Cette approche, qui s'est largement développée depuis les années 1990, a d'abord surtout été utilisée dans les pays du Sud avec l'appui de gouvernements, d'organisations non gouvernementales (ONG) et d'universités, dans une perspective de développement et de planification territoriale au sein de communautés marginalisées (FIDA, 2009). On dit de cette approche qu'elle est devenue « ... une méthode permettant d'incorporer le langage parlé dans une carte, dans le but, encore une fois, de donner corps aux voix de ceux qui sont en bas de l'échelle sociale, sur un support tangible et visible... » (FIDA, 2010, p. 7). Or, cette approche a également connu, depuis les années 1990, une certaine popularité dans les pays du Nord où elle est notamment utilisée en tant que méthode de recherche (Chambers, 2006). Reposant sur la création de cartes par les résidents d'un secteur, cette approche permet de faire appel au savoir de ces derniers sur un enjeu particulier (Emmel & Clark, 2009) et a été utilisée pour explorer diverses problématiques sociales (NCVO, 2010). On peut croire que les forces reconnues de cette méthode de recherche soient toutes indiquées considérant les objectifs du présent projet :

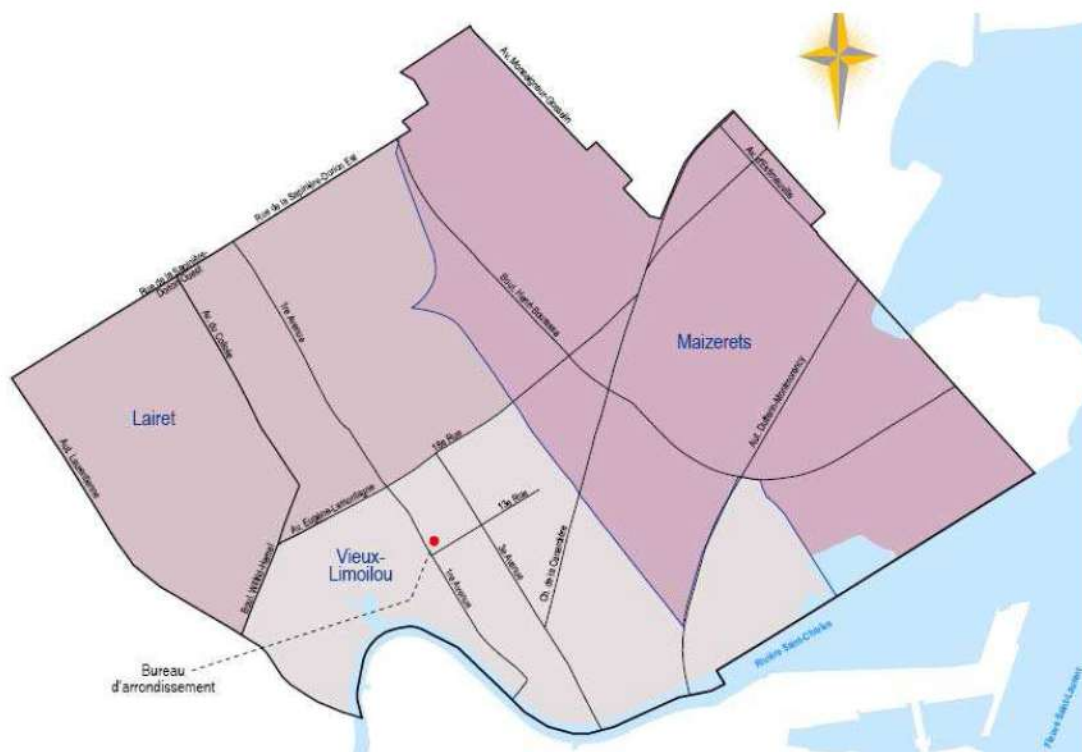
One of the strengths of participatory mapping as a research method is that it allows different features of a particular place, and the interplay between them, to be explored simultaneously. Physical and social geography, changes that have occurred over time, residents' personal and collective experiences, and their attitudes and perspectives on their environment are just a few of the subjects that can be explored through a mapping exercise. (NCVO, 2010, p. 1).

Cette méthode s'est avérée fructueuse dans le cadre du projet VAATAVEC, où elle a été mise en œuvre sous la forme d'entrevues collectives menées auprès de personnes seules en situation de pauvreté dans les régions de Charlevoix et de Québec. Dans le cadre du présent projet, il a été choisi d'expérimenter la cartographie participative dans le cadre d'entrevues individuelles. Cela, afin de répondre à notre objectif de décrire avec acuité l'approvisionnement alimentaire de chacune des participantes, ce qui aurait été trop long à accomplir dans le cadre d'une entrevue collective.

4.2. Choix du territoire

La présente étude a été menée à Limoilou, dans la ville de Québec. L'insécurité alimentaire représente une préoccupation de taille pour les acteurs de ce milieu qui ont tenté, au cours des dernières années, de mieux comprendre le problème et d'y trouver des solutions. À l'heure actuelle, on recense à Limoilou 17 organisations qui, en plus d'offrir des services d'aide alimentaire, travaillent collectivement à contrer l'insécurité alimentaire par le biais de 7 initiatives de concertation communautaire (Adam, 2015).

De façon plus précise, c'est dans le quartier de Lairet qu'a été menée la présente étude. Lairet constitue l'un des trois sous-secteurs de Limoilou, ainsi que l'illustre la carte suivante :



Source : http://www.ville.quebec.qc.ca/temp/carte_electorale/index.aspx.

Figure 3: Carte de Limoilou, tirée du Portrait de l'arrondissement de Limoilou en matière de pauvreté et d'exclusion sociale (Mercure, 2009)

Le dernier portrait de défavorisation du Centre de santé et de services sociaux de la Vieille-Capitale nous apprend que l'aménagement du quartier s'apparente à celui des proches banlieues de par la présence de plusieurs maisons de type unifamiliales. De nombreux édifices à logement, construits entre les années 1970 et

1990, font également partie du cadre bâti de Lairet. Outre son caractère résidentiel, la présence d'institutions lui confère d'autres vocations, notamment industrielle et commerciale :

Lairet est avant tout un quartier résidentiel, mais il s'y exerce aussi d'autres fonctions. Le Patro Roc-Amadour est une véritable institution en matière de loisirs et de services communautaires dans Limoilou, et ce, pour tous les groupes d'âge... Il faut également souligner la présence du parc industriel situé entre la voie de chemin de fer et le boulevard des Cèdres. Un bon nombre d'industries et de commerces (cours de débarras et d'entreposage) voisinent les HLM du boulevard des Cèdres. Enfin, on ne peut passer sous silence la présence d'Expo-Cité (4 000 000 pi² d'infrastructures commerciales, de culture et de loisir) qui génère un achalandage important de personnes provenant de l'extérieur du quartier, avec des périodes de pointes majeures, comme Expo-Québec à la fin de l'été. (CSSSVC, 2011, p. 35)

En 2006, les caractéristiques sociodémographiques de Lairet s'apparentaient à celles des autres quartiers du CSSS Vieille-Capitale⁷. Le taux de ménages monoparentaux y était de 22,5 %, étant modérément plus élevé que celui du reste du territoire du CSSS Vieille-Capitale (17,3 %) (CSSSVC, 2011, p. 29).

Dans son analyse de l'indice de défavorisation sociale et matérielle du quartier Lairet, le CSSS Vieille-Capitale indique qu'il s'agit de l'un des quartiers les plus défavorisés de son territoire. Or, on explique que cette pauvreté fait l'objet de peu d'attention ni d'interventions:

La situation de Lairet est paradoxale. C'est le quartier le plus peuplé de l'arrondissement de La Cité-Limoilou et par conséquent des vieux quartiers de l'actuelle ville de Québec. Cependant, il n'a jamais eu le rayonnement ou la notoriété de quartiers comme Montcalm, Saint-Roch ou Vieux-Limoilou. Les cartes nous montrent qu'il s'agit d'un des six quartiers les plus défavorisés du territoire du CSSS, pourtant cette défavorisation est moins visible, possiblement à cause du tissu urbain propre au quartier. Le nombre total de personnes défavorisées est très préoccupant. Mais, curieusement, on identifie moins spontanément Lairet que d'autres quartiers moins peuplés lorsque vient le temps de planifier l'intervention en milieu défavorisé. Le fait qu'il y ait peu d'organismes communautaires dans le quartier pourrait expliquer, en partie, pourquoi les besoins de sa population défavorisée sont moins mis en évidence. (CSSSVC, 2011, p. 37)

Malgré tout, le quartier de Lairet a retenu l'attention de la Direction régionale de santé publique de la Capitale-Nationale. En 2012, on signalait que les ménages non-motorisés (sans voiture) du secteur de Lairet Nord-Ouest, pouvaient être désavantagés en termes d'accessibilité physique et économique aux aliments sains et nutritifs. Effectivement, ce secteur apparaît comme physiquement enclavé par la présence de l'autoroute Félix-Leclerc (au Nord), de l'autoroute Laurentienne (à l'Ouest) et de la zone d'Expo-Cité. Ceinturant le secteur de

⁷ Les données du dernier recensement (2011) n'ont pas fait l'objet d'analyses publiées pour le quartier de Lairet. C'est pourquoi celles du recensement de 2006 figurent ici. Considérant leur âge, ces données doivent être appréhendées avec réserve.

Lairet Nord-Ouest, ces axes représenteraient autant d'obstacles infranchissables pour les piétons (Guay, 2012). En termes de sources d'approvisionnement alimentaire, notons que la même étude recensait, au sein du quartier Lairet, la présence de très nombreux dépanneurs, de quelques épiceries (7) et de deux supermarchés.

Quoique le dernier Portrait du réseau d'aide alimentaire de la région de la Capitale-Nationale (Guay et al., 2013) ne nous permette pas de connaître avec exactitude le nombre et la nature des organisations offrant de l'aide alimentaire au sein du quartier de Lairet, quatre (4) d'entre elles ont été recensées dans le cadre du travail pré-terrain de la présente étude. Deux de ces organisations offraient exclusivement des services de dépannage alimentaire. Les deux autres offraient de surcroît des « initiatives à caractère participatif » (Pouliot, 2008) telles que des cuisines collectives et un jardin collectif.

4.3. Population à l'étude et échantillonnage

La population à l'étude est constituée des mères de famille monoparentale à faible revenu résidant dans le quartier de Lairet, à Québec. La recherche a fait appel à un échantillon intentionnel (Creswell, 2007) de huit (8) femmes. Suivant le principe de diversification interne (Pires, 1997), cet échantillon s'est voulu homogène en ce qui a trait à plusieurs caractéristiques, dont le statut de monoparentalité, le faible revenu et le secteur de résidence. On souhaitait effectivement recruter des participantes d'un même secteur afin d'être en mesure de déceler si les caractéristiques du territoire étaient perçues par ces dernières comme ayant un impact sur leur accès aux aliments. Nous avons toutefois laissé place à la diversification de l'échantillon quant à d'autres caractéristiques comme l'âge de la participante, le nombre d'enfants du ménage et l'âge de ceux-ci, le statut d'immigration, le statut d'emploi et la scolarité. L'influence potentielle de ces caractéristiques fut par ailleurs considérée dans l'analyse. Cette diversification interne de notre échantillon vise « à donner le panorama le plus complet possible des problèmes ou situations, une vision d'ensemble ou encore un portrait global d'une question de recherche. » (Pires, 1997, p. 64) .

Les critères d'inclusion suivants ont été retenus : être majeure, parler français, faire partie d'un ménage à faible revenu, être le parent d'un ou de plusieurs enfants mineurs et habiter avec ces derniers, souhaiter partager son vécu en termes d'approvisionnement alimentaire et d'accès aux aliments et habiter le secteur de Lairet.

La taille de l'échantillon visée initialement était d'environ 10 participantes, avec une augmentation ou une réduction de ce nombre en cours d'analyse selon le degré de saturation empirique atteint. La saturation empirique désigne le phénomène par lequel le chercheur juge que les dernières entrevues n'apportent plus d'informations suffisamment nouvelles ou différentes pour justifier une augmentation du matériel empirique

(Pires, 1997). L'auteure d'une recherche menée en Ontario et très similaire à la présente - tant en termes d'objectifs que de méthodologie - indique pour sa part avoir obtenu saturation des données après avoir mené 7 entrevues individuelles (Hashimoto, 2012). Cela nous a incités à croire que notre estimation d'une dizaine d'entrevues en vue d'atteindre la saturation était plausible. Au final, ce sont 8 femmes qui ont participé au présent projet de recherche. Après l'analyse des entrevues individuelles correspondantes, l'étudiante-chercheuse fut en mesure de déceler la récurrence de certains thèmes et l'absence de nouveaux thèmes émergents.

4.4. Stratégie de recrutement

Cette section présente les trois moyens qui ont été utilisés en vue de recruter les mères de famille monoparentale ayant participé à cette étude. Notons que suivant notre approche participative, des membres du groupe VAATAVEC (intervenants et personnes en situation de pauvreté) ont contribué activement à réfléchir et à mettre en action la stratégie de recrutement déployée.

4.4.1. Recrutement par l'intermédiaire de ressources communautaires

L'étudiante a d'abord recensé toutes les ressources communautaires du quartier Lairet affichées dans le répertoire du Centre d'information et de référence de la Capitale-Nationale et de la Chaudière-Appalaches (211)⁸. Toutes ces organisations (4) ont été sollicitées en vue de participer au recrutement de l'étude, et toutes ont accepté. Notons qu'une intervenante communautaire connue dans le secteur et impliquée dans le projet de recherche VAATAVEC a « préparé le terrain » pour l'étudiante en introduisant le projet de recherche auprès de deux de ces organisations.

Trois des organisations sollicitées (La Bouchée généreuse, le Patro Roc-Amadour et la société Saint-Vincent de Paul- conférence Sainte-Marguerite-Bourgeoys) offraient de l'aide alimentaire sous forme de distributions organisées de façon hebdomadaire. C'est lors de ces distributions que l'étudiante a présenté son projet en vue de recruter des participantes. Cinq (5) des 8 participantes ont été recrutées de cette façon.

La quatrième organisation sollicitée (le Centre des familles monoparentales et recomposées de Québec) offrait également de l'aide alimentaire, en plus d'une série d'autres services non alimentaires destinés aux familles monoparentales et recomposées de la ville. Dans ce cas, une intervenante a présenté le projet de recherche à quelques femmes membres de l'organisme qui répondaient aux critères d'inclusion. Sous leur autorisation, elles ont été recontactées par l'étudiante. Le projet leur a été présenté à nouveau avec plus de

⁸ <http://recherche.211quebecregions.ca/?UseEq=on>

profondeur et leur intérêt à participer au projet ainsi que leur admissibilité ont été vérifiés. Trois (3) des participantes ont été recrutées de cette façon.

4.4.2. Recrutement par affichage dans des lieux publics

Sous l'autorisation des personnes responsables, des affiches et des feuillets présentant le projet (voir annexes 2 et 3) ont également été posés dans des lieux publics (2 commerces, 3 garderies et un organisme communautaire hors de Lairet) susceptibles d'être fréquentés par des mères de famille monoparentale du quartier. Trois femmes ont contacté l'étudiante après avoir vu l'une de ces annonces. Cependant, aucune de ces femmes ne répondait aux critères d'inclusion, notamment parce qu'elles n'habitaient pas à l'intérieur des limites du quartier de Lairet.

4.4.3. Recrutement « boule de neige »

Toutes les femmes ayant participé aux entrevues individuelles du présent projet ont été invitées à diffuser l'annonce auprès d'autres mères de famille monoparentale de leur voisinage. Toutefois, cette méthode n'a pas porté fruit et aucune femme n'a été recrutée de cette façon.

4.5. Collecte de données

La collecte de données s'est déroulée en deux étapes, entre novembre 2013 et juin 2014.

4.5.1. Première étape : entrevues individuelles semi-dirigées

Lors de cette première étape, les 8 participantes ont été rencontrées individuellement dans un lieu de leur choix pour une entrevue d'une durée approximative de 60 minutes (allant de 43 à 78 minutes). Toutes ont voulu être rencontrées à leur domicile, sauf deux; la première a été rencontrée dans un restaurant de son choix et l'autre, dans un organisme communautaire. Une compensation financière de 20 \$ a été remise à chaque participante avant le début de l'entrevue afin de les dédommager pour les frais encourus.

Avec l'aide de l'étudiante-chercheure, les femmes ont dessiné une carte géographique sommaire de leur quartier et des environs, en identifiant les sources d'approvisionnement alimentaire qu'elles fréquentent usuellement. Selon Townley, Kloos, et Wright (2009), amener les personnes dessiner leur propre carte géographique – par opposition à utiliser des cartes pré-dessinées – permet au chercheur d'avoir une meilleure idée des ressources qui sont les plus significatives pour elles. Les participantes ont aussi été invitées à dessiner les SAA qu'elles ont déjà fréquentées - et ne fréquentent plus -, puis celles qu'elles aimeraient fréquenter - mais ne fréquentent pas. Afin que cette carte soit la plus exhaustive possible, l'étudiante-chercheure a d'abord présenté à chaque participante les SAA comprises dans la typologie des SAA formulée par Pouliot (2008). En plus de documenter qualitativement et géographiquement l'approvisionnement

alimentaire des femmes, cet exercice de cartographie a servi d'amorce à la prise de parole des femmes sur leur accès aux aliments. En annexe 4, figure l'exemple d'une carte tracée par l'une des participantes

L'entrevue semi-dirigée a été complétée par des questions ouvertes portant sur leur accès aux aliments (voir la grille d'entrevue en annexe 4), lesquelles ont notamment été inspirées des 5 dimensions (spatiotemporelle, économique, sociale, liée à la prestation des services, personnelle) de l'accès, aux aliments de Freedman et al. (2013). Cette grille couvrait les dimensions qu'il apparaissait important de couvrir au regard de la revue des écrits réalisée.

En fin d'entrevue individuelle, un questionnaire sociodémographique (annexe 5) a été rempli par les participantes. En plus des questions sociodémographiques usuelles, ce questionnaire comportait 5 questions adaptées du Module d'enquête sur la sécurité alimentaire des ménages (MESAM), outil utilisé par Statistique Canada pour mesurer l'insécurité alimentaire des ménages canadiens (Statistique Canada, 2012). Ces questions posées aux participantes ont permis de rendre un portrait qualitatif de l'évaluation que font les participantes de certains aspects de leur situation en termes de sécurité alimentaire.

4.5.2. Deuxième étape : analyse collective des résultats préliminaires par la tenue d'un groupe de discussion

Lors de cette étape, une entrevue de groupe a été réalisée auprès de 4 des 8 femmes ayant participé aux entrevues individuelles. Quatre (4) des 8 femmes n'ont pas participé au groupe de discussion; l'une fut impossible à rejoindre, deux ont eu des contraintes liées à leurs enfants et l'une a eu une contrainte liée à son horaire de travail. Cette entrevue a duré 78 minutes et s'est déroulée dans un local fermé prêté par l'un des organismes communautaires ayant participé au recrutement. Afin de mettre les femmes à l'aise, des breuvages et une collation leur ont été servis. La convivialité ainsi créée a facilité l'expression des participantes, lesquelles ne se connaissaient pas avant l'entrevue. Une compensation financière de 20 \$ a été remise à chacune des participantes avant le début de l'entrevue en guise de dédommagement pour les frais encourus.

Au cours de cette entrevue, les résultats préliminaires issus de la première phase d'analyse ont été présentés de façon sommaire aux participantes, afin qu'elles puissent les valider et les enrichir. Selon Kindon (2010), impliquer les personnes dans l'analyse des cartes ou de l'information générée dans le cadre d'un projet de recherche contribue au partage du pouvoir et permet de vérifier, corriger et discuter l'information.

Des questions précises ont été adressées aux participantes afin d'approfondir ou de clarifier certaines catégories ayant émergé de la première phase d'analyse. L'étudiante a souhaité aborder ces sujets à nouveau

avec les femmes afin d'en approfondir son analyse. La grille d'entrevue ayant orienté cette étape de la collecte de données figure en annexe 7.

4.6. Processus d'analyse

Comme mentionné par Paillé et Mucchielli (2003) et rapporté par Blais et Martineau (2006, p. 15) : « ... le travail d'analyse qualitative, dans son ensemble, doit reposer sur quelques règles de méthode et quelques principes de référence afin d'éviter que le chercheur fasse de ce travail une ré-écriture personnelle déconnectée des faits observés ou rapportés. ». Ainsi, nous avons choisi d'orienter cette étape de notre recherche en suivant l'approche de l'analyse thématique telle que présentée par Paillé et Mucchielli (2011).

Afin d'aménager les données brutes recueillies dans le cadre de la collecte, l'étudiante-chercheuse a fait la transcription intégrale du matériel audio issu des entrevues individuelles sous forme de *verbatim*. Afin d'uniformiser les données écrites ainsi produites, des standards de transcription, préparés par Gelineau (date inconnue) et tirés de McLellan, MacQueen et Neidig (2003), ont servi de référence.

Paillé et Mucchielli (2011) suggèrent deux types de démarches pouvant être employées dans le cadre d'une analyse thématique, soit la thématization en continu ou la thématization séquenciée. La thématization séquenciée consiste à analyser l'ensemble du corpus à partir d'une fiche thématique pré-établie, constituée à partir de l'analyse d'un échantillon du corpus. La thématization continue, quant à elle, « consiste en une démarche ininterrompue d'attribution de thèmes et simultanément, de construction de l'arbre thématique » (Paillé et Mucchielli, 2011, p. 166). Cette démarche qui permet une analyse plus fine et riche du corpus (Paillé et Mucchielli, 2011), implique de noter et d'identifier les thèmes au fur et à mesure de la lecture du texte. C'est à cette démarche qu'on a choisi de recourir dans le cadre du présent projet.

Avant d'entamer l'attribution de thèmes, le contenu de toutes les entrevues a été relu par l'étudiante-chercheuse afin que cette dernière s'approprie les éléments saillants du matériau ainsi qu'une vue d'ensemble de la totalité à analyser (Paillé et Mucchielli, 2011). Le logiciel *QDA Miner* a été utilisé afin de réaliser les étapes subséquentes. D'après Paillé et Mucchielli (2011) le recours à un logiciel spécialisé d'analyse s'avère très utile pour l'analyse thématique d'un corpus volumineux.

Après une première lecture des verbatim, on a entrepris d'attribuer des thèmes aux extraits pertinents en regard de nos objectifs et questions de recherche. Selon Paillé et Mucchielli (2011, p.170), un thème est « un ensemble de mots permettant de cerner ce qui est abordé dans l'extrait du corpus correspondant tout en fournissant des indications sur la teneur des propos » (Paillé et Mucchielli, 2011, p. 170). Selon les mêmes auteurs, le rôle des thèmes est de « répondre graduellement aux questions de recherche en prenant appui sur les données empiriques » (Paillé et Mucchielli, 2011, p. 181).

Au fil de l'étiquetage des verbatim, s'est construit un arbre thématique, soit une « représentation synthétique et structurée du contenu analysé » (Paillé et Mucchielli, p. 182). L'étudiante-chercheuse a fait des efforts afin de raffiner cette arborescence en cours d'analyse. À cet effet, certains thèmes, dont la signification était similaire, ont été associés. D'autres ont été subdivisés. Suivant les indications de Paillé et Mucchielli (2011), une attention particulière a été portée aux thèmes revenant de façon récurrente dans plusieurs - et parfois dans l'ensemble - des entrevues réalisées. De la même façon, on a noté les caractères contradictoire ou complémentaire de certains thèmes. Qui plus est, des citations illustrant bien l'essence des thèmes ayant émergé ont été relevées en vue d'étayer les résultats. L'arbre thématique a alors été présenté à la directrice du projet de recherche afin de le bonifier et d'en vérifier la clarté. Paillé et Mucchielli (2011) suggèrent, au terme de cette démarche, de procéder à une opération de regroupement thématique. Puisque cela s'avérait pertinent, il a été choisi de regrouper les thèmes générés sous les « repères théoriques de la problématique de recherche » (Paillé et Mucchielli, 2011, p. 204), soit les 5 dimensions de l'accès aux aliments de Freedman et al. (2013). Les thèmes liés à notre deuxième objectif de recherche⁹ ont ainsi été rattachés au cadre multidimensionnel de l'accès aux aliments de Freedman et al. (2013). Afin de demeurer fidèle aux résultats recueillis, certaines dimensions ont été renommées. Ainsi, la dimension sociale est devenue « socioculturelle », et la dimension personnelle est devenue « personnelle et familiale ».

Tel qu'explicité plus haut, l'entrevue de groupe réalisée comme seconde étape de la collecte de données fut partie constituante du processus d'analyse de ce projet. Certains des thèmes créés ont été présentés aux participantes afin d'en valider la pertinence. Cette entrevue collective a elle-même généré de nouvelles données que l'étudiante a intégrées à son analyse afin d'ajuster et de bonifier les résultats.

La réalisation du portrait de l'approvisionnement alimentaire des participantes sous la forme de cartes informatisées a nécessité de recenser les sources d'approvisionnement alimentaire (SAA) auxquelles les femmes ont fait allusion dans les entrevues ainsi que sur les cartes qu'elles ont dessinées. Pour faciliter le tout, une grille a été conçue et utilisée par l'étudiante-chercheuse.

4.7. Respects des critères de scientificité

Plusieurs dispositions ont été prises, au cours de ce projet, afin que le processus ainsi que les résultats produits soient scientifiquement rigoureux. S'appuyant sur les écrits de Drapeau (2004), voici une description des mesures qui ont été déployées afin de respecter les critères de scientificité en recherche qualitative que sont la validité interne, de validité externe et de fidélité.

⁹ Objectif 2 : Cerner les obstacles et les facteurs facilitant l'accès aux aliments pour les femmes à la tête de familles monoparentales à faible revenu du quartier Lairet.

4.7.1. La validité interne

La validité interne, aussi dite « crédibilité » (Lincoln & Guba, 1985) implique de vérifier si les observations du chercheur sont représentatives de la réalité ou crédibles, « c'est-à-dire d'évaluer si ce que le chercheur observe est vraiment ce qu'il croit observer » (Drapeau, 2004. p.81). Afin de s'assurer qu'il y ait validité interne, Drapeau (2004) rapporte qu'il est suggéré de recourir à la triangulation des sources et des méthodes de collecte de données. Dans le cas de la présente étude, on a choisi de diversifier les méthodes de collecte de données employées ; en plus de procéder à une série d'entrevues individuelles semi-dirigées, ainsi qu'à une entrevue de groupe, des données ont été recueillies par l'usage de différents outils comme un questionnaire, ainsi que par la construction d'une carte géographique. Qui plus est, Drapeau (2004) rapporte que le chercheur peut s'assurer de la validité interne en soumettant les résultats de son analyse aux participants, en vue d'une corroboration. Cette étape fut réalisée au moment de l'entrevue de groupe, durant laquelle les résultats préliminaires ont été présentés aux participantes, en vue de vérifier leur plausibilité.

4.7.2. La validité externe

La notion de validité externe ou de transférabilité (Lincoln & Guba, 1985) renvoie à la possibilité de pouvoir généraliser les observations à d'autres objets ou contextes (Drapeau, 2004). Afin de répondre à ce critère, on suggère de décrire le plus exactement possible la population étudiée, ainsi que le terrain de l'étude, les conditions dans lesquelles elle a été réalisée, ainsi que la signification accordée aux termes utilisés (Drapeau, 2004). De cette façon, dans le cadre de la présente étude, on a procédé à la description fine de plusieurs caractéristiques des participantes. Pour nous y aider, un questionnaire sociodémographique complet a été construit et utilisé. D'autres informations pertinentes dans le cadre du sujet traité ont été recueillies à même les entrevues individuelles. Le portrait des caractéristiques de l'échantillon à l'étude a été exposé de manière explicite sous la section des résultats. De plus, les caractéristiques du quartier où fut réalisée l'étude furent exposées avec détails sous la section méthodologique. C'est sous cette même section qu'on a finalement pris soin de décrire le contexte dans lequel fut élaborée cette étude. La section exposant les fondements conceptuels a permis de spécifier la signification attribuée aux termes utilisés dans le cadre de la recherche. Tous ces renseignements aguiront assurément quiconque voudra juger de la possibilité de généraliser les résultats de cette recherche à un autre contexte.

4.7.3. La fidélité

La fidélité ou fiabilité (Lincoln et Guba, 1985) réfère à la possibilité de pouvoir obtenir des résultats similaires en utilisant une même procédure (Drapeau, 2004). Une façon de répondre à ce critère serait de décrire de façon explicite les procédures utilisées, de manière à éviter que des éléments liés au temps ou à des variables subjectives puissent provoquer des variations dans les résultats (Drapeau, 2004). Ainsi, dans la présente

étude, on a décrit avec beaucoup de détail la méthodologie, en plus de fournir les outils de collecte de données utilisés. Les événements et autres éléments de contexte pouvant avoir eu une incidence sur les résultats ont été notés dans un journal de bord tenu par l'étudiante-chercheure et rapportés dans les résultats et la discussion de l'étude.

4.8. Considérations éthiques

Notons, finalement, que le caractère éthique de l'ensemble de la démarche a été évalué par le comité d'éthique de la recherche sur des êtres humains de l'Université Laval (CERUL) – sciences de la santé. Ce comité a notamment évalué les outils de recrutement utilisés ainsi que les outils de collecte de données, puis a donné son approbation à l'avancement du projet (numéro d'approbation 2013-205 17-10-2013). Plusieurs dispositions ont été prises afin que les femmes sollicitées – notamment celles qui ont été approchées par le biais d'une intervenante communautaire – se sentent libres de participer ou non au projet.

En outre, des dispositions entourant l'anonymat des propos échangés en entrevue ont été prises. Notamment, les participantes ont été assurées que les résultats partagés en groupe lors de l'entrevue collective ne seraient pas attribués à l'une ou à l'autre. Des prénoms fictifs ont été utilisés pour identifier les citations utilisées en vue d'étayer les résultats. L'anonymat des données diffusées revêtait également une grande importance du fait que des cartes géographiques ont été créées. Il fallait assurer qu'en cas de diffusion certaines données soient occultées, afin qu'aucune femme ne puisse être retracée.

Plusieurs des dispositions éthiques prises, incluant celles entourant la confidentialité et le droit de retrait, ont été confinées au sein du formulaire de consentement signé par les participantes en entrevue individuelle et figurant en annexe 8 du présent mémoire.

4.9. Diffusion des résultats

On envisage une diffusion des résultats dans une diversité de milieux et auprès de différents acteurs (académiques, praticiens, citoyens). On souhaite d'abord qu'ils soient diffusés auprès des femmes qui auront participé au projet de recherche, des membres du comité de recherche du projet dans lequel s'inscrit cette étude et des intervenants communautaires qui auront été impliqués dans le processus de recrutement. On prévoit également présenter les résultats au colloque annuel de la Direction de la santé publique de la Capitale-Nationale sur la sécurité alimentaire, aux Journées annuelles de santé publique et à un colloque de l'Association pour la recherche qualitative. On souhaite finalement que le présent projet fasse l'objet d'une ou deux publications scientifiques portant sur les résultats ainsi que sur l'approche méthodologique déployée.

CHAPITRE 5 : PRÉSENTATION ET ANALYSE DES RÉSULTATS

La présente section fait état des résultats issus de l'analyse des données recueillies dans le cadre de ce projet. Le profil sociodémographique des participantes est d'abord exposé, puis quelques constats sont émis quant au sentiment de sécurité alimentaire de ces dernières. Est ensuite dressé un portrait de l'approvisionnement alimentaire des participantes, lequel est suivi de l'analyse de leur accès alimentaire d'après les cinq dimensions de l'accès aux aliments proposées par Freedman, et al. (2013).

5.1. Profil des participantes

5.1.1. Caractéristiques sociodémographiques

Rappelons que les 8 femmes participantes ont été recrutées par le biais de 4 organisations offrant de l'aide alimentaire dans le secteur de Lairet. Les femmes habitaient toutes ce quartier depuis moins de 3 ans, et depuis moins d'un an pour 5 d'entre-elles. Trois des 8 participantes étaient immigrantes, leur arrivée au pays datant de quelques mois à 3 ans. Toutes les femmes, finalement, étaient locataires dont l'une en coopérative d'habitation. Aucune n'habitait en logement subventionné.

La moitié des femmes rencontrées (4/8) avaient entre 18 et 35 ans au moment des entrevues individuelles. Trois avaient entre 36 et 45 ans, et une seule participante avait entre 46 et 55 ans.

La majorité des femmes ayant participé à l'étude (5/8) avaient 1 ou 2 enfants. Une famille comportait 3 enfants et une autre, 4 enfants. La famille la plus nombreuse comportait 5 enfants. Au moment des entrevues individuelles, l'âge des enfants variait entre 17 mois et 21 ans. Une femme était, de surcroît, enceinte. Toutes les femmes rencontrées ont déclaré avoir la garde complète de leur(s) enfant(s). Six (6) sur 8 ont mentionné ne pas recevoir pour l'un ou plusieurs de leurs enfants de pension alimentaire de la part du père.

Une seule des femmes sondées n'avait en poche aucun diplôme d'études. Deux participantes avaient obtenu leur diplôme d'études secondaires (DES), 4 avaient obtenu un diplôme d'études collégiales ou l'équivalent et une dernière avait un diplôme universitaire de 3^e cycle (doctorat). Notons que dans l'ensemble, ce sont les femmes immigrantes qui ont obtenu les diplômes d'études les plus avancés.

Trois des femmes rencontrées vivaient, au moment des entrevues, d'un revenu de travail. De ces dernières, 2 travaillent à temps partiel et l'une gagnait le salaire minimum. L'autre était travailleuse autonome. Trois participantes vivaient de prestations d'aide sociale et une autre de prestations d'assurance-emploi. Une

dernière femme, immigrante récente, ne jouissait d'aucune source de revenus au moment des entrevues et vivait à partir de ses économies personnelles. En plus de ces revenus, presque toutes les femmes recevaient des transferts gouvernementaux, notamment sous forme d'allocations familiales. En accord avec les critères d'inclusion du projet, toutes les participantes vivaient sous le seuil de faible revenu au moment de l'étude. Ce seuil a été calculé pour chacun des ménages de la recherche d'après Les lignes de faible revenu 2011-2012 émises par (Statistique Canada, 2013). Le revenu annuel des femmes, avant impôts des femmes était ainsi distribué :

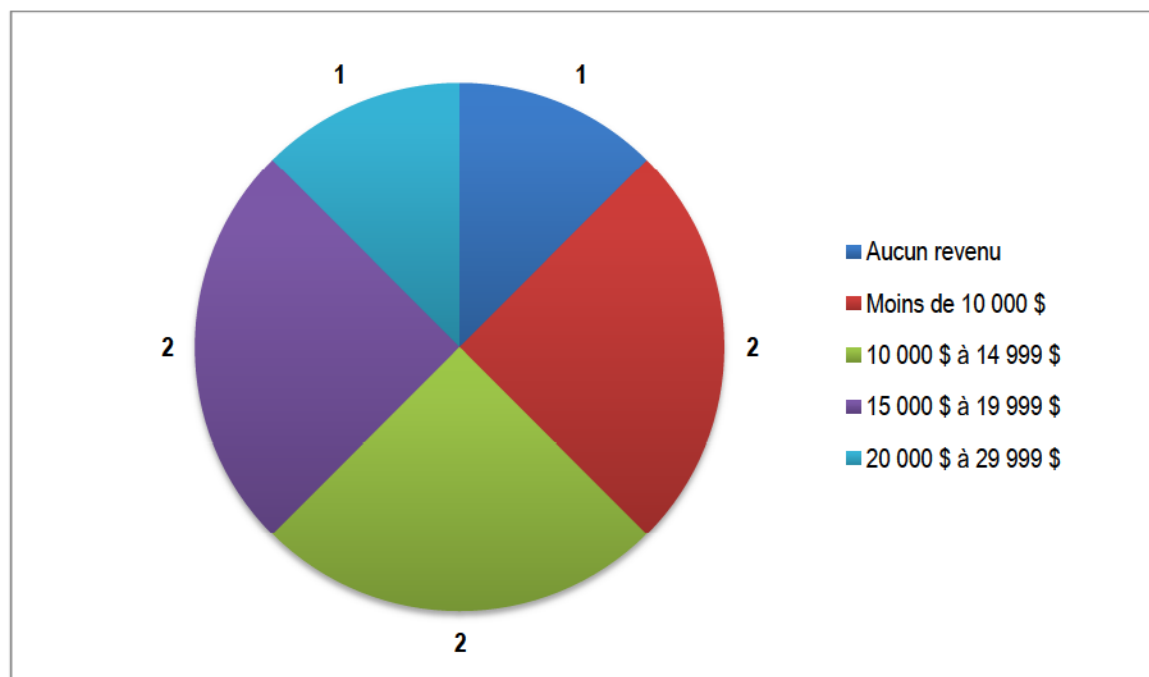


Figure 4: Nombre de participantes selon les tranches de revenu annuel

5.1.2. Sentiment de sécurité alimentaire

Tel que décrit sous la section 3.5.1., les résultats suivants ont été obtenus grâce à une section du questionnaire sociodémographique destinée à illustrer qualitativement l'état de sécurité alimentaire des ménages participant à l'étude. Les données recueillies indiquent que toutes les femmes sondées ont affirmé qu'elles s'inquiétaient souvent ou parfois de manquer de nourriture avant la prochaine rentrée d'argent. Presque toutes (7/8) ont affirmé qu'elles se demandaient souvent ou parfois si la nourriture qu'elles pouvaient se permettre d'acheter pour la famille allait être suffisante. La moitié des femmes (4/8) déclare qu'il arrive qu'elles épuisent toute la nourriture achetée et qu'elles n'ont pas d'argent pour en racheter. Toutes les participantes ont affirmé qu'il arrivait que leur famille mange la même chose plusieurs jours de suite, ayant seulement quelques types d'aliments sous la main et n'ayant pas d'argent pour en racheter.

Au final, on constate que les participantes semblent vivre de l'inquiétude quant à la suffisance des ressources alimentaires dont dispose leur famille. De plus, certaines affirment se trouver parfois devant l'incapacité de fournir à leur famille une nourriture à la fois suffisante et diversifiée.

5.2. Portrait de l'approvisionnement alimentaire des participantes

La présente section expose les résultats répondant au premier objectif de cette recherche, soit celui de « Mieux comprendre les pratiques d'approvisionnement alimentaire des femmes à la tête de familles monoparentales à faible revenu du quartier de Lairet ». Au sein de cette section, on rapporte en premier lieu des éléments descriptifs de l'approvisionnement alimentaire des femmes, telles que les sources d'approvisionnement alimentaire (SAA) qu'elles utilisent¹⁰, ainsi que les moyens de transport qu'elles empruntent. On note également quelques différences existant dans l'approvisionnement alimentaire des femmes qui ont une voiture et de celles qui n'en ont pas. En second lieu, on pose un regard sur la routine d'approvisionnement alimentaire des participantes, abordant au passage la lourdeur de cette responsabilité qui revient presque essentiellement à la mère.

5.2.1. Les sources d'approvisionnement alimentaire (SAA) utilisées

Au moment de la collecte de données, il a été demandé aux participantes de recenser les SAA utilisées de façon régulière depuis qu'elles habitent le quartier Lairet. Il s'en est dégagé que certaines SAA étaient utilisées de façon très routinière par les femmes – c'est-à-dire de façon hebdomadaire, bihebdomadaire ou mensuelle. D'autres SAA nommées par les femmes n'étaient que plus rarement fréquentées et ne constituaient pas, selon elles, une source importante d'approvisionnement en aliments. Afin de dresser le portrait qui suit, les SAA fréquentées par les femmes de façon régulière – c'est-à-dire au moins mensuellement – ont été retenues.

SAA issues du réseau commercialisé

Toutes les participantes fréquentent des SAA venant du réseau commercialisé et pour la moitié d'entre elles, la plus grande part des aliments recueillis pour la famille viennent des détaillants commerciaux. Effectivement, les femmes s'approvisionnent auprès : d'épicerie de surface conventionnelle (6/8), d'épicerie de grande surface (5/8), de dépanneurs et d'épicerie de petite surface (4/8). Les femmes fréquentent – quoiqu'en moins grand nombre - d'autres types de détaillants, comme les magasins d'escompte (3/8), les entrepôts (2/8) et les

¹⁰ Rappelons que les termes ici employés pour définir les différentes SAA sont empruntés à la typologie de (Pouliot, 2008) qui est exposée en annexe 1 du présent mémoire. Notons aussi que les SAA de leur territoire ont été qualifiées à partir de la perception des femmes, et non de répertoire des SAA existant dans le quartier. Cela explique que des détaillants commerciaux ayant été qualifiés de supermarchés (ou épicerie de grande surface) par la Direction régionale de santé publique de la Capitale-Nationale (Guay, 2012) sont ici qualifiées d'épicerie de surface conventionnelle. La perception des participantes quant aux types de SAA de leur quartier est en cause.

pharmacies (2/8). Une seule femme fréquente une fruiterie ; il en va de même pour les magasins à rayons. Une seule participante, également, se tourne régulièrement vers des services de restauration commerciale en s'approvisionnement auprès de comptoirs de restauration rapide.

SAA issues des voies dites palliatives et alternatives

Le principal point de convergence de l'approvisionnement alimentaire de l'ensemble des participantes est le recours aux services de dépannage alimentaire, notamment les comptoirs alimentaires. Ce résultat est certes imputable à la stratégie de recrutement utilisée, toutes les participantes ayant été sollicitées par le biais d'organisation offrant de tels services.

La proportion des aliments que se procurent les femmes et qui proviennent des comptoirs alimentaires varie d'une famille à l'autre. La moitié des femmes (4/8) affirment que la plus grande part des aliments qu'elles procurent à leur famille sont issus de comptoirs alimentaires. Pour la presque totalité des participantes (7/8), les comptoirs figurent parmi leurs SAA régulières, c'est-à-dire fréquentés au moins mensuellement. Une seule des participantes y aura recours de façon plus espacée (3 ou 4 fois par année). La plupart des femmes ne fréquentent qu'un seul comptoir alimentaire, mais certaines en fréquentent jusqu'à 3 différents sur une base régulière. Fait intéressant, presque tous les comptoirs alimentaires fréquentés par les femmes (4/5) se situent à l'intérieur des limites du quartier Lairet. Pour ce qui est des autres types de services de dépannage alimentaire, une seule participante fréquente une soupe populaire.

Certaines participantes prennent part à des initiatives d'aide alimentaire alternatives: deux fréquentent une épicerie communautaire, l'une participe à une cuisine collective, une autre à un jardin collectif. Une participante, finalement, se tourne vers un traiteur communautaire (repas préparés vendus à petit prix).

La carte suivante montre la dispersion géographique des différentes SAA fréquentées par l'ensemble des participantes dans le cadre de leur approvisionnement usuel.

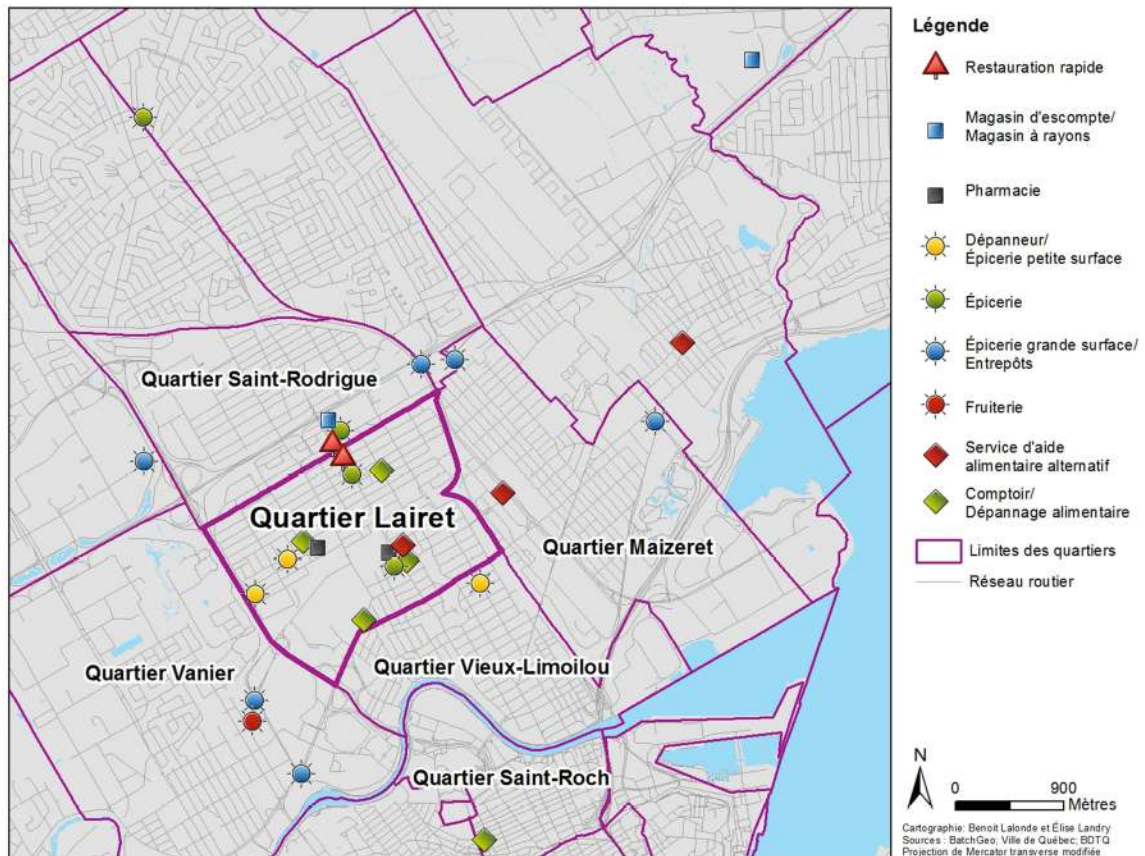


Figure 5: Carte des SAA fréquentées régulièrement par l'ensemble des participantes

Initiatives d'approvisionnement rattachées au réseau social

Fait intéressant, les femmes immigrantes ayant participé au projet recourent à des stratégies d'approvisionnement alimentaire faisant appel à leur réseau social, pratique qu'on ne retrouve pas chez les participantes non immigrantes. Les influences culturelles qui pourraient être en cause dans ces différences de pratiques sont explorées subséquemment.

Deux des participantes immigrantes rapportent effectuer des achats de groupe qu'on pourrait qualifier d'informels, en ce sens où ils ne sont faits via l'entremise d'aucune organisation communautaire. Ces transactions, gérées de façon indépendante par des membres d'une même communauté culturelle, servent notamment à acheter de la viande à prix avantageux. Les commerçants sollicités sont identifiés par les femmes comme étant des fermiers ou des bouchers qui se trouvent à l'extérieur de la ville de Québec – sur la Rive-Sud ou dans la région de Montréal. Les femmes racontent que pour avoir accès à ces denrées, elles remettent une somme d'argent à une connaissance qui se charge d'effectuer les achats et le transport.

Une participante immigrante, également, dit recevoir sporadiquement de la part de sa famille des colis d'outre-mer chargés d'aliments.

5.2.2. Les modes de transport empruntés

Il a été demandé aux femmes de décrire le ou les moyens de transport utilisés pour s'approvisionner en aliments. Il en ressort que 5 des 8 femmes rencontrées possèdent et utilisent une voiture pour s'approvisionner en aliments. Les 3 autres se déplacent essentiellement à pied, utilisant parfois le transport en commun, sans toutefois se procurer de laissez-passer mensuel. Certaines femmes utilisent de temps à autre le taxi, mais cette pratique demeure plus exceptionnelle. Fait intéressant, une participante immigrante qui n'a pas de voiture relate qu'il lui arrive d'utiliser un taxi avec d'autres femmes de sa communauté culturelle au retour d'une distribution alimentaire. Les frais encourus sont alors partagés entre les utilisatrices. Aucune femme n'a mentionné recourir à des services de livraison.

Il faut noter que la question des modes de transport utilisés pour s'approvisionner en aliments semble avoir une influence sur les SAA fréquentées par les femmes. Effectivement, les femmes utilisant leur voiture recourent régulièrement à un plus grand nombre de SAA (entre 5 et 18, moyenne : 8) que celles sans voiture (entre 3 et 5, moyenne : 4). Également, les SAA fréquentées par les femmes possédant une voiture couvrent une plus grande étendue géographique et sont davantage diversifiées. Cette question sera plus largement traitée ultérieurement.

5.2.3. Une routine d'approvisionnement complexe et ordonnée qui dépend de la gratuité et des spéciaux

Il ressort des résultats que les femmes sondées observent une routine dans leur approvisionnement alimentaire. Qui plus est, cette routine est extrêmement semblable d'une participante à l'autre, ce qui permet d'en tirer une illustration assez claire.

Le travail de planification est une composante intrinsèque de cette routine d'approvisionnement. Généralement, les habitudes des femmes suivent un modèle qui se répète toutes les semaines ou aux deux semaines. Selon ce modèle, les femmes :

- 1) Recourent d'abord à un comptoir alimentaire pour y recevoir des aliments gratuits ;
- 2) Analysent les besoins alimentaires – en termes de quantités et de variété - de leur famille qui ne sont pas comblés par ces aliments gratuits ;
- 3) S'informent des rabais en vigueur dans les SAA commerciales qu'elles fréquentent ;
- 4) Achètent des aliments auprès de ces SAA.

... j'attends d'avoir ma distribution pis j'fais ma liste en conséquence de ce que j'ai, pis ce que j'ai pas, pis ce que j'ai besoin. Pis après ça dans l'fond j'vais au [nom d'une épicerie].
(Stéphanie¹¹, entrevue individuelle)

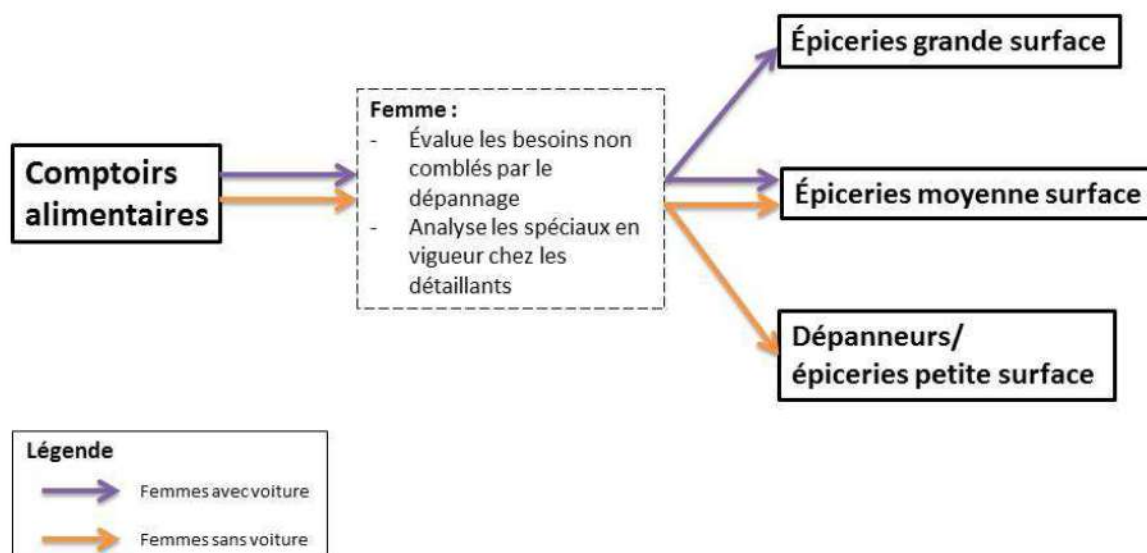


Figure 6: Routine d'approvisionnement alimentaire des participantes

Tel que décrit précédemment, les SAA commerciales généralement fréquentées par les femmes varient en fonction du mode de transport qu'elles utilisent (avec ou sans voiture). Cela est illustré dans la figure précédente.

Notons également que les participantes n'achètent presque qu'exclusivement des articles à rabais, sauf pour ce qui est des produits alimentaires jugés essentiels pour leurs enfants et rarement en spécial, comme les œufs et le lait. De plus, les mères en viennent à savoir quel article alimentaire est généralement offert à prix avantageux à quel endroit – même sans rabais. Par exemple, elles sauront que le pain est toujours abordable dans telle petite épicerie, la viande hachée dans tel dépanneur, etc. De ce fait, beaucoup développent des

¹¹ Les prénoms utilisés sont fictifs.

habitudes d'approvisionnement complexes demandant une planification minutieuse et où plusieurs SAA sont fréquentées :

[Nom d'un comptoir], c'est le lundi. [Nom d'un comptoir], c'est le mercredi, [nom d'un comptoir] c'est une fois pour deux semaines... Là-bas, je fais ça et quand je fais mes courses dans les épiceries, [nom d'une épicerie de grande surface], [nom d'une épicerie de grande surface], j'essaie de prendre, de pas repartir le lendemain. C'est épuisant, c'est épuisant de toujours sortir. (Clémence, entrevue individuelle)

5.2.4. Une responsabilité qui revient à la mère

L'extrait précédant illustre également bien la fatigue pouvant être engendrée chez les participantes par la lourdeur de leur routine d'approvisionnement alimentaire. Il faut dire, à cet effet, que la plupart des femmes rencontrées sont entièrement responsables de l'approvisionnement alimentaire de leur famille et accomplissent cette tâche seule. Une seule participante, habitant en colocation, partage la responsabilité de l'approvisionnement du ménage avec un autre adulte. Les femmes qui ont des enfants adolescents leur délèguent de temps à autre des tâches liées à l'approvisionnement, comme aller chercher des sacs de provisions dans une ressource d'aide ou faire de petits achats à l'épicerie. Mais pour des raisons de logistique, les mères affirment qu'elles préfèrent ne pas être en présence de leur(s) enfant(s) lorsqu'elles s'approvisionnent en aliments. Cependant, certaines disent impliquer ces derniers en leur montrant à faire des listes d'épicerie, par exemple. Qui plus est, amener les enfants faire l'épicerie est perçu par certaines comme une occasion spéciale, une façon de gâter les enfants.

5.3. Facteurs qui facilitent ou entravent l'accès aux aliments des participantes : une analyse multidimensionnelle

L'objet de la présente section est de présenter une analyse des facteurs qui entravent ou qui facilitent l'accès aux aliments des mères de famille monoparentale à faible revenu rencontrées dans le cadre de cette recherche. Afin de mener à bien cette analyse, rappelons les résultats ont été intégrés à 5 dimensions largement inspirées du cadre multidimensionnel de (Freedman et al., 2013): 1) économique ; 2) les services reçus; 3) spatiotemporelle ; 4) socioculturelle ; 5) personnelle et familiale.

5.3.1. Première dimension : économique

Des ressources financières familiales laissant peu de marge de manœuvre

Il convient ici de rappeler que les femmes sollicitées dans le cadre de ce projet étaient à la tête de ménages à faible revenu. L'une des participantes, ayant immigré très récemment, ne jouissait d'aucune source de revenus au moment des entrevues et vivait exclusivement de ses économies personnelles.

Les participantes éprouvent des difficultés à épargner et elles vivent généralement sans réserve financière. Certaines connaissent de façon mensuelle des périodes où elles ne vivent que de presque rien. Une mère de famille nombreuse explique qu'entre le paiement du loyer et le dépôt des allocations familiales, il y a systématiquement une période de 10 jours durant laquelle ses 4 enfants et elle n'ont que 100 \$ pour couvrir leurs besoins fondamentaux, dont l'alimentation.

Qui plus est, certaines femmes ont affirmé cumuler d'importantes dettes, ce qui restreint encore davantage leur marge de manœuvre économique :

Moi, une fois que je suis partie toute seule avec mes enfants, j'avais tout de même beaucoup beaucoup de dettes qui étaient engendrées par l'ancien couple pis d'autres choses aussi. Fait que veut-veut pas, le budget était plus serré. (Marie-Pierre, entrevue collective)

Dans ce contexte où les économies personnelles sont généralement inexistantes, les fluctuations à la baisse du revenu génèrent une insécurité importante. Ces baisses de revenu ont cours, par exemple, lorsqu'il y a une perte d'emploi suivie d'un moment d'attente de prestations d'assurance-emploi. Une travailleuse autonome parle également d'une période durant laquelle elle a perdu de façon inattendue plusieurs contrats. Deux femmes racontent que c'est lors d'une telle baisse de revenus qu'elles ont sollicité l'aide de comptoirs alimentaires qu'elles ne fréquentaient pas jusqu'alors.

Difficile d'obtenir une pension alimentaire pour les enfants

Fait digne de mention, si toutes les femmes rencontrées avaient la garde complète de leur(s) enfant(s), au moins 6 sur 8 ont mentionné ne pas recevoir pour l'un ou plusieurs de leurs enfants une pension alimentaire de la part du père. La pension alimentaire est une « somme d'argent versée périodiquement à une personne pour lui procurer des aliments en exécution d'une obligation alimentaire » (Justice Québec, 2014). Cette source de revenus est donc notamment destinée à favoriser l'accès aux aliments des ménages – et plus spécifiquement des enfants - concernés par la présente recherche. En ce sens, les difficultés à y accéder constituent, pour les ménages concernés, un obstacle à l'accès aux aliments. Essentiellement, les femmes expliquent qu'elles ne bénéficient pas de pension alimentaire pour leur(s) enfant(s) parce que le père est introuvable, qu'il a des revenus trop bas pour offrir une contribution ou qu'il refuse de contribuer et que les démarches juridiques afin de l'y obliger sont trop lourdes.

Ce dernier point a soulevé, au moment de l'entrevue de groupe, une discussion animée où était palpable le sentiment de colère face à la difficulté d'obtenir justice. Certaines femmes ont déjà entrepris des démarches juridiques afin de faire valoir le droit de recevoir pour leurs enfants une pension alimentaire. Elles expliquent que ce processus est complexe et difficile puisqu'il incombe aux femmes de prouver que le père de leur(s) enfant(s) est financièrement en mesure de contribuer et qu'il ne le fait pas. Les femmes témoignent que la démarche est d'autant plus ardue lorsque le père ne déclare pas l'entièreté de ses revenus ou ne produit pas

ses déclarations de revenus. L'absence de contribution des pères aux dépenses liées aux enfants crée, finalement, un sentiment d'iniquité chez ces femmes.

Travailler pour accroître son revenu : un idéal difficile à atteindre

Au moment de la collecte de données, 3 des 8 participantes occupaient un emploi. Bien que la question n'ait pas été directement posée, nous avons appris à travers les entretiens qu'au moins 6 des 8 participantes avaient occupé un emploi au cours de l'année précédant l'entrevue individuelle.

Qu'elles soient en emploi ou non, les participantes semblent considérer comme un idéal le fait de travailler afin d'accroître leurs revenus et ainsi faciliter leur accès aux aliments : « Moi, pour moi, c'est une honte d'aller là-bas [au comptoir alimentaire]. J'aimerais mieux travailler pis me payer mes affaires. » (Jennifer, entrevue collective).

Or, les femmes rencontrées affirment éprouver des difficultés à se trouver un emploi, évoquant diverses raisons. Leur témoignage met notamment en relief les discriminations que certaines ont subies de la part d'employeurs du fait qu'elles avaient un ou plusieurs enfants à charge :

Moi je me le suis fait demander en entrevue. Avez-vous des enfants ? Pensez-vous en avoir d'autres ?... Si t'es pas honnête ou si y voient que tu mens, bin là y te prendront pas... y vont dire «J'veux pas payer un congé de maternité pour elle». (Jennifer, entrevue collective)

Les femmes immigrantes font également face à la non-reconnaissance de la formation acquise dans leur pays d'origine. Ne pouvant trouver un travail à la hauteur de leurs compétences, toutes avaient fait ou prévoyaient faire, au moment des entrevues, un retour aux études ou une formation complémentaire. Cela a pour effet de retarder leur entrée en emploi.

Il faut ajouter que les conditions de travail des mères employées favorisent souvent mal la conciliation travail-famille. Plusieurs femmes parlent de l'impossibilité de prendre des congés pour un enfant malade ou des horaires de travail qui entrent en conflit avec leurs responsabilités parentales, lesquelles elles assument seules.

J'ai eu deux jobs, j'ai été renvoyée deux fois. Pas renvoyée. J'ai dû abandonner deux fois. La première fois ils m'ont collé des horaires, fallait commencer le boulot dès 6 heures. J'ai un enfant de 4 ans, il faut le laisser à la garderie... À 6 h, je vais laisser mon gamin à qui ? J'ai fait ça 3 jours. (Clémence, entrevue collective)

Moi j'ai mon cours de préposée pis ce qu'on m'a dit c'est que même si tu travailles de jour, que tu réussis à avoir un job de jour, si l'autre préposée a rentre pas, toi t'as pas le choix de rester. T'as pas le choix de faire les deux shifts. T'as pas personne pour garder tes enfants ? J'm'en câlisse. Y s'en foutent. T'es un numéro. (Jennifer, entrevue collective)

Ces propos des femmes mettent en évidence le peu de flexibilité qu'elles ont expérimenté du monde du travail ainsi que l'intransigeance de certains employeurs. Sur le plan économique, il apparaît que le fait de travailler ne provoque pas nécessairement une hausse significative des ressources financières familiales.

C'est sûr que maintenant, oui j'arrive mieux. Sauf que y'a des passes pareil que j'arrive au [nom d'un comptoir alimentaire], pis j'ai hâte d'arriver parce que je suis à court de nourriture... Moi d'après mon rapport d'impôt, je suis encore à faible revenu. (Marie-Pierre, entrevue collective)

Rappelons à cet effet que les trois participantes en emploi au moment des entrevues travaillaient à temps partiel ou au salaire minimum : « T'as un enfant, t'es toute seule, t'as besoin de plus qu'un salaire de serveuse à 20 heures/semaine. T'as besoin de nourriture, faut que tu te nourrisse. J'étais maigre comme un piquette. » (Marie-Pierre, entrevue collective)

Qui plus est, un emploi induit parfois de nouvelles dépenses liées entre autres au transport et aux services de garde des enfants.

Finalement, bien que les participantes semblent idéaliser le fait de travailler pour faciliter leur accès aux aliments, les difficultés à trouver un emploi et les conditions de travail qu'elles rencontrent rendent cette possibilité peu facile à atteindre.

Des dépenses non alimentaires qui grugent une large part du budget familial

Outre la question des revenus, celle des dépenses joue également sur le peu de ressources financières que les participantes peuvent consacrer à l'alimentation. Ces dernières mettent de l'avant trois sources de dépenses qui semblent être difficiles à restreindre et qui occupent une large part de leur budget : le logement, le transport et les dépenses liées aux enfants.

Le logement est effectivement une préoccupation de taille pour les femmes. Ce sujet occupe une part importante des discussions entourant les entrevues individuelles et de groupe. Rappelons qu'aucune des participantes ne bénéficiait d'un logement subventionné lors de la collecte de données. L'une d'entre elles habitait en coopérative d'habitation, les autres louaient un logement issu du marché locatif privé. Bien que l'effort au logement des participantes n'ait pas été calculé dans le cadre du présent projet, les femmes sondées à ce sujet jugent que leur loyer leur coûte très cher. Et malgré le prix qu'elles paient, certaines se disent insatisfaites des attributs de leur loyer, notamment en termes d'isolation et d'insonorisation.

Plusieurs des mères rencontrées disent qu'elles étaient, au moment de choisir leur logement, dans une situation où il était extrêmement pressant de trouver. Deux d'entre elles étaient en processus d'immigration. Une autre a été mise à la porte par un ex-conjoint. Une autre, encore, raconte ainsi les conditions de son déménagement :

Lorsque je suis déménagée, j'étais en hébergement [maison pour femme victime de violence]. Il fallait trouver vite. Mauvais crédit, bien-être, ça aide pas [participante pleure]. Parce que t'essaye de te trouver une place avant d'être dehors de la maison d'hébergement. Fait qu'on et parties 3 filles ensemble pis c'est comme le seul logement qu'on a trouvé et qu'on a réussi à avoir. (Marie-Pier, entrevue collective)

Ce dernier témoignage parle également du peu de choix qu'ont les femmes lorsque vient le temps de trouver un logement pour leur famille et elles. Les participantes nomment certaines conditions qui semblent les discriminer aux yeux des propriétaires : être nouvellement arrivée au pays, ne pas être en emploi, bénéficier de l'aide sociale. Une femme immigrante raconte que plusieurs propriétaires ont refusé de lui louer car, arrivée depuis peu, elle était sans références. Une autre femme, très endettée, raconte comment son mauvais dossier de crédit limite ses possibilités :

J'aimerais ça déménager, mais ma mère ne peut pas m'endosser tout le temps non plus là. Là je suis endossée par ma mère, mais comme a dit, va falloir qu'à un moment donné t'arrives à avoir un loyer sans endossement. Mais là j'en trouve pas. (Marie-Pier, entrevue collective)

Le prix du logement semble également très élevé pour une autre participante qui, suite à une séparation, paye seule un loyer autrefois assumé par le couple :

Moi dans l'fond quand j'suis arrivée ici, j'avais pas vraiment besoin d'aide [alimentaire], j'tais en couple. C'tait pas facile mais tsé on s'arrangeait bien. Quand y'est parti, bin là c'est sûr que j'ai eu le loyer à moi tu-seule. Ici c'est 1000 dollars rien compris par mois. Pis l'électricité c'est très cher aussi. (Claudia, entrevue individuelle)

Tel qu'illustré dans ce dernier extrait, l'électricité est une dépense connexe au logement qui se doit d'être budgétée par les femmes. Il en va de même pour l'ameublement. Si les dépenses liées au loyer et à l'électricité peuvent difficilement être restreintes, les participantes trouvent des astuces afin de réduire leurs frais d'ameublement. Par exemple, elles feront du troc avec des membres de l'entourage et magasineront dans les ressourceries ou sur les petites annonces. Faire des économies sur l'ameublement semble avoir une influence directe et favorable sur l'accès aux aliments : « Je te dirais que le fait de faire ça [du troc] avec des meubles, ça m'empêche de dépenser de l'argent pour ça que je garde pour du manger. » (Stéphanie, entrevue individuelle)

Le transport, également, s'avère être une source de dépenses importante pour les femmes rencontrées. Rappelons que 5 des 8 femmes rencontrées possédaient un véhicule automobile. Pour ces dernières, ce mode de transport comporte de nombreux avantages en termes d'accès aux aliments. Tel que décrit ultérieurement, l'utilisation de la voiture semble effectivement faciliter le transport d'aliments et permettre de s'approvisionner à une plus grande diversité de SAA. L'une des trois participantes ne possédant pas de voiture déclare également, en entrevue individuelle, que d'avoir un véhicule automobile, si elle en avait les moyens, faciliterait son approvisionnement alimentaire. Plusieurs femmes expliquent en entrevue que pour elles, posséder une voiture est presque une question de non-choix :

Moi par exemple, je suis arrivée ici à Québec depuis septembre, j'ai vu l'hiver. J'me suis dit, il me faut une voiture parce que j'ai 5 enfants, on va pas les trainer partout. Faut les nourrir, les courses pour 5 gosses... (Clémence, entrevue collective)

Or, il appert que les inconvénients financiers inhérents au fait d'avoir une voiture ne sont pas négligeables. Outre la dépense liée à l'achat de la voiture, il faut considérer les frais afférents liés au carburant, à l'entretien et à l'immatriculation. Comme les ressources financières limitées des participantes leur laissent peu de marge de manœuvre, ces dernières peuvent difficilement assumer ces dépenses qui peuvent être soudaines et élevées :

Quand mon auto brise là, ça va pas bien. Non. Parce que j'ai pas de lousse. Mais j'ai besoin d'une auto pour aller travailler... Quand ça lâche, ça va pas bin. Écoute, j'avais pleurer, j'avais me dire « Qu'est-ce que je fais ? ». J'avais me casser la tête. J'ai un mécanicien qui me charge pas cher.. Mais tsé quand même. C'pas le fun. Avant de l'acheter j'l'ai faite inspecter parce que j'ai dit « Moi j'ai pas, j'ai pas de lousse là. ». Était s'posée être bin correcte, mais qu'est-ce tu veux, une auto, c't'une auto. (Claudia, entrevue individuelle)

Afin de pallier aux dépenses imprévues survenant en cas de bris ou d'accident, certaines participantes devront essayer de trouver des sources de revenus supplémentaires. L'une d'entre elles, immigrante, demandera à la famille de lui envoyer de l'argent. Une autre utilisera des « heures en banque » au travail, lesquelles étaient destinées à se payer des vacances. Prises à la gorge, certaines femmes prendront également des risques, tels que retarder l'achat ou la pose de pneus d'hiver, retarder le paiement de l'immatriculation ou retarder le moment de réparations importantes.

Plusieurs participantes ont également mentionné être parfois dans l'impossibilité de mettre de l'essence dans leur voiture, faute d'argent. À ce moment, elles recourent sporadiquement à d'autres modes de transport, comme la marche.

Fait important à mentionner, au moins deux participantes ont mentionné se priver ou songer à se priver de nourriture afin de pouvoir payer des dépenses liées à leur véhicule automobile : « Après tu te dis bin, est-ce que si je mange moins et que je mets du carburant ça pourrait aller ? » (Clémence, entrevue collective). Cela porte à croire que la voiture puisse influencer de façon contradictoire l'accès aux aliments, en le favorisant dans sa dimension spatiotemporelle, mais en se posant comme un obstacle dans sa dimension économique.

Pour les participantes sans voiture, les dépenses liées au transport semblent être moins préoccupantes. Rappelons que ces dernières se déplacent essentiellement à pied et qu'elles utilisent parfois le transport en commun en payant leurs passages à l'unité. Également, et tel qu'il le sera décrit dans la section subséquente, le transport des enfants qui vont à l'école peut s'avérer une dépense préoccupante pour les participantes.

Finalement, la présence des enfants engendre également pour les femmes des dépenses qui n'existent pas chez les ménages sans enfants. Les participantes parlent d'abord des frais de garde. Pour celles qui ont des enfants d'âge préscolaire, il s'agit des frais de garderie. Ces couts s'avèrent élevés pour celles qui ne bénéficient pas de places à contribution réduite ou de versements anticipés du crédit d'impôt pour frais de garde. Des dépenses sont également engagées pour les enfants d'âge scolaire. Les femmes notent entre autres les frais de transport et les frais demandés pour les sorties scolaires. Les participantes décrivent surtout les frais de garde exigés pour que les enfants puissent manger à l'école le midi : « Y'ont pas de surveillance sur l'heure du dîner fait que t'es obligée de les envoyer en service de garde. Fait que ça me coute 200 piasses mais par mois... Je trouve ça tellement horrible. » (Stéphanie, entrevue individuelle). Devant ces frais que certaines jugeront trop élevés, des femmes choisiront de ne pas bénéficier de services de garde pour leurs enfants. Il faut noter que plus nombreux sont les enfants, plus spacieux – et donc plus onéreux – doit être le logement loué par la mère.

S'endetter pour manger

Bien que cela ne semble pas être la norme chez les femmes qui ont été rencontrées, il est convenable de souligner que l'une d'entre elles a raconté comment elle s'endettait pour être en mesure de s'approvisionner en aliments. Se disant déjà très endettée, cette dernière explique que « nourrir ses enfants » lui apparaît comme la dépense prioritaire, au risque de cumuler plus de dettes : « J pense toujours à nourrir. J pense juste à ça moi. Les comptes ont comme beaucoup moins d'importance maintenant parce que je me dis, mon Dieu, faut manger. Les enfants mangent. » (Marie-Pierre, entrevue collective).

Se priver de ce qui est cher et courir ce qui est gratuit : l'influence du cout des aliments

Il apparaît assez clairement que le cout des aliments a une influence sur l'accès aux aliments des mères de famille monoparentale interrogées. L'étude de la routine d'approvisionnement alimentaire de ces dernières (point 4.2.3) montre qu'elles se tournent d'abord vers les aliments gratuits, puis vers les aliments vendus à

rabais. Ce n'est que rarement qu'elles achètent des aliments à prix régulier chez les détaillants. On constate aussi que les épiceries de moyenne surface du quartier à l'étude sont souvent boudées parce que la nourriture y est jugée trop chère et que les femmes qui ont une voiture préféreront sortir du quartier pour fréquenter les épiceries à grande surface où les aliments semblent être plus abordables.

De façon générale, certaines catégories d'aliments sont classées par les mères sondées comme difficilement accessibles parce que trop onéreuses. Ces catégories comportent les viandes, les poissons, les légumes et les fruits. Des participantes affirment par ailleurs se priver de certains de ces aliments. Elles notent également le prix élevé d'aliments jugés bons pour la santé : « Si tu regardes au [nom d'une épicerie] encore là, [le jus] Oasis, tout ce qui est bon pour la santé, va être plus cher. C'est sûr que si tu prends du *Kool-Aid*, y va être vraiment moins cher [rire]. » (Jennifer, entrevue collective). Le prix des fruits, notamment, semble observer une variation saisonnière :

Les fruits... Moi mes filles en mangent beaucoup des fruits. Beaucoup beaucoup beaucoup. Pis des fois là, ça me fait capoter quand je suis pas capable leur en acheter. Pis c'est plus l'hiver mais c'est là qu'y en ont le plus de besoin... J'trouve que c'est mal faite de côté-là. (Carole, entrevue individuelle)

Bénéficier des incitatifs des commerçants : une pratique économique mais complexe

Freedman et al. (2013) proposent de considérer les incitatifs des commerçants dans l'analyse de la dimension économique de l'accès aux aliments. Les incitatifs des commerçants comprennent les rabais accordés aux clients de différentes sources d'approvisionnement alimentaire commerciales telles que les épiceries, les supermarchés et les pharmacies. Ces rabais peuvent être affichés dans les circulaires hebdomadaires, octroyés par le biais de coupons ou de systèmes de cartes de membre qui permettent d'accumuler des points. Ces incitatifs semblent jouer un rôle important dans l'accès aux aliments des mères de famille monoparentale sondées. Comme observées dans la description de leur approvisionnement alimentaire, ces dernières font de grands efforts pour acheter un maximum d'articles à rabais. Par ailleurs, la question des circulaires et des «aliments en spécial» occupe une part importante des propos échangés en entrevue.

Parce que avant, 'mettons, j'faisais une épicerie de 300 piasses par semaines, mais là c'est rendu limité à peut-être 75-100 piasses par semaine, fait qu'on court pas mal les spéciaux... C'est sûr que tout ce que j'achète, c'est rare que c'est pas en spécial présentement. (Carole, entrevue individuelle)

Parfois, les rabais proposés permettront aux mères de faire des réserves de certains aliments : « Si je vois les soupes de tomates à 25 cents, bien moi je cours et je prends une grosse quantité... Si c'est du fromage par exemple, je cours chercher pour faire des réserves. Ça aide. » (Clémence, entrevue individuelle).

Cependant, rappelons que si ces rabais comportent un avantage économique, le fait de ne pouvoir s'en passer complexifie la routine d'approvisionnement alimentaire des femmes en exigeant une grande planification et en multipliant le nombre de SAA fréquentées.

5.3.2. Deuxième dimension : les services reçus

Pour Freedman et al. (2013), la deuxième dimension de l'accès aux aliments réfère à la prestation des services venant des détaillants alimentaires issus du réseau commercialisé, comme les épiceries. Selon ces auteurs, ces services incluent la qualité et la variété des aliments vendus, la qualité du travail du personnel ainsi que la présentation des aliments. Ce modèle conceptuel n'inclut pas les services reçus au sein d'autres SAA, telles que les comptoirs alimentaires.

Or, les résultats de la présente recherche indiquent qu'excluant le coût des aliments, les participantes sont généralement satisfaites des services reçus chez les détaillants commerciaux qu'elles fréquentent. Elles ont peu à dire lorsqu'interrogées à ce propos. Inversement, la question des services reçus dans les organisations offrants du dépannage alimentaire – notamment les comptoirs alimentaires - donne lieu à des discussions étoffées et chargées d'émotions. Rappelons que toutes les femmes interrogées avaient recours, au moment des entrevues, à de tels services d'aide. Pour la presque totalité d'entre-elles, cette SAA était une composante centrale de leur approvisionnement alimentaire.

Afin d'explorer cette question qui est de grand intérêt pour les femmes rencontrées, c'est au recours aux services issus des « voies alternatives et palliatives » Pouliot (2008) que la présente section sera dédiée. Cette catégorie de SAA comprend les services de dépannage tels que les comptoirs alimentaires, ainsi que les initiatives à caractère participatif, telles que les cuisines et jardins collectifs.

Le dépannage alimentaire : une aide, quand « on n'a pas le choix »

Comme écrit précédemment, les comptoirs alimentaires sont les principaux services de dépannage alimentaire fréquentés par les femmes rencontrées. Si ces SAA sont considérées comme faisant partie des voies « palliatives » d'approvisionnement alimentaire (Pouliot, 2008), il n'en demeure pas moins qu'elles occupent une place centrale dans l'approvisionnement de 7 des 8 participantes à cette recherche qui y recourent de façon routinière.

Certes, les participantes ne retrouvent pas, auprès des comptoirs alimentaires, des denrées qui répondent entièrement aux besoins de leur famille, tant en termes de quantité que de variété. En annexe 8, sont à cet effet présentés sous forme de tableau les types d'aliments qui, selon les participantes, sont généralement présents ou absents des comptoirs alimentaires qu'elles fréquentent. Néanmoins, il appert que le recours aux

comptoirs alimentaires permet d'accéder à des types d'aliments jugés chers dans le réseau commercial et que certaines ne pourraient pas se procurer autrement : « Mais le poisson, les fruits, légumes, c'est un peu.. Enfin, [nom d'une épicerie] je trouve que c'est un peu cher... Mais depuis que je vais à la distribution, je mange des fruits, des légumes très bien. » (Françoise, entrevue individuelle).

Plusieurs des femmes rencontrées indiquent que le recours aux comptoirs alimentaires leur permet de dégager une certaine marge de manœuvre financière. Rappelons que ces dernières gèrent un budget familial qui est normalement très serré.

Pour une participante, la fermeture temporaire de comptoirs alimentaires, au moment des vacances estivales, provoque un manque de nourriture et une insécurité importante : « J'ai comme faite : « Ç'parce qu'on n'a pu rien là. ». J'ai dit « [nom d'un comptoir], y'en n'a pas, on est l'été. ». J'ai dit « [nom d'un comptoir] est fermé ». J'ai dit « Quessé qu'on va faire ? » (Marie-Pier, entrevue individuelle).

Ce dernier témoignage évoque le caractère essentiel que peut revêtir le dépannage alimentaire pour certaines familles. Or, si les femmes expriment avoir besoin de recevoir des denrées gratuitement, il semble que le recours aux comptoirs alimentaires comporte aussi pour elles de nombreux inconvénients. Plusieurs femmes affirment, en entrevues individuelles et collective, qu'elles fréquentent ces SAA parce qu'elles n'ont pas le choix : « C'est très très difficile. Très difficile. Franchement... Oui, on est obligé. Si t'avais le choix, tu mettrais jamais les pieds là. » (Clémence, entrevue individuelle).

Essentiellement, les inconvénients perçus par les femmes quant au fait de fréquenter les comptoirs alimentaires ont trait à la qualité et aux quantités d'aliments reçus, aux contacts avec la clientèle, le personnel et les bénévoles, ainsi qu'à certains aspects de l'organisation des services. Il importe toutefois de mentionner que ces inconvénients, explorés ci bas, n'ont pas été relevés par les femmes pour tous les comptoirs qu'elles fréquentent ou ont fréquentés, ni avec la même intensité pour chacun de ces endroits. Parfois également, les femmes notent des comptoirs alimentaires des pratiques qu'elles jugent exemplaires. Bien que ces nuances s'imposent, remarquons que les propos des femmes qui sont ici rapportés, laissent parfois transparaître des sentiments de peur, d'atteinte à la dignité, de colère, ainsi que des sensations physiques désagréables comme le froid ou le dégoût.

La qualité des aliments reçus au sein des comptoirs alimentaires est une question qui fut abordée au cours des entrevues individuelles et collective. Il convient de souligner que la moitié des participantes ne relève pas spontanément de problème particulier quant aux aliments reçus. Les autres, cependant, s'expriment avec émotion sur la qualité jugée mauvaise d'items périssables qui leur sont distribués. Mentionnons que la

mauvaise qualité des denrées offertes a été soulevée par au moins 2 participantes comme un motif de non-recours à certaines SAA.

Ces participantes décrivent qu'on leur offre parfois des aliments qui sont trop altérés pour être consommés, qui sont périmés ou avariés. Il apparaît que l'innocuité des denrées distribuées est parfois questionnable et on met en cause les méthodes de conservation :

[Nom d'un comptoir] donnent parfois des poulets. En fait c'est même pas du poulet, c'est des poulets qu'on a désossés, pas qu'on a désossés, on a décharné, on a enlevé la chair, il reste juste les carcasses, les os... Oui mais parfois, quand tu prends ça, tu sens que peut-être ils n'ont pas conservé tout de suite, parce qu'y toujours une odeur bizarre. (Clémence, entrevue individuelle)

De la même façon, certains aliments reçus suscitent plus de dégoût que d'appétit :

Tsé comme j'avais une salade de pâtes. Ark. J'ai dégelée, c'était tout mouillé, c'était pas bon là. D'la dinde roulée aussi, c'était toute pleine de jus. Tsé j'trouve que, tsé y congèlent parce qu'y vont être pu bonnes pis y nous donnent ça pi j'trouve que c'est des affaires ordinaires. Des choses qui se congèlent pas, plus ou moins bien. (Claudia, entrevue individuelle)

Des femmes parlent de la mauvaise odeur pouvant se dégager de denrées distribuées. Considérant cela, certaines en viennent à associer certains comptoirs alimentaires à un endroit inintéressant à fréquenter :

« Yark. J'enverrais même pas mon pire ennemi. ». (Carole, entrevue individuelle)

Puisqu'une part des aliments périssables reçus se doit d'être jetée, la quantité des aliments donnés qui sont réellement consommés est restreinte :

... tout ce que vous ramenez parfois vous ne le consommez pas. C'est des trucs parfois qui sont, après trois jours, qui partent, qu'y faut jeter... Déjà, on sait pas comment c'est conservé, d'où ça vient. Enfin, je viens, je range et le lendemain je fous tout à la poubelle. (Clémence, entrevue individuelle)

Comment réagir lorsqu'on nous offre des aliments jugés impropres à la consommation ? Il semble que cette pratique est perçue par certaines comme une atteinte à leur dignité. Il en résulte parfois un sentiment de colère : « Non, mais là c'est bin beau de donner des affaires au monde là, mais on n'est pas des animaux ! » (Carole, entrevue individuelle). Certaines participantes oseront dénoncer auprès des comptoirs alimentaires la mauvaise qualité de certains items. Cependant, il semble que généralement, les femmes n'oseront pas refuser les denrées offertes au sein des comptoirs. Leurs propos laissent penser qu'elles se sentent redevables du fait que ces aliments leur sont offerts dans une logique d'aide : « Faudrait peut-être qu'il trient ces histoires-là [la

nourriture altérée] avant de donner aux gens, mais après, bon, comme c'est juste de l'aide tu te dis, bien. Tu prends ce qu'on te donne. ». (Clémence, entrevue individuelle)

Certaines femmes préfèrent ne pas se faire offrir d'aliments trop altérés, quitte à recevoir moins de denrées périssables. Rappelons que des participantes ont cessé de recourir à des comptoirs alimentaires où les aliments distribués étaient jugés de trop mauvaise qualité. Elles apprécient le travail des organisations offrants du dépannage alimentaire qui semblent effectuer un tri serré des items distribués et qui ne donnent pas d'aliments jugés impropres à être consommés.

Par ailleurs, si les femmes voient les comptoirs alimentaires comme aidants en termes d'accès aux aliments, elles jugent parfois que la quantité d'aliments qu'elles y recueillent est dérisoire par rapport aux besoins alimentaires de leur famille : « ... j'me débrouille plus avec ça, mais tsé, t'as quoi ? Un p'tit affaire de viande congelée c'est un repas là. On est 5 là... Tsé, y me fournissent un repas, mais ça me fait jamais un repas. » (Claudia, entrevue individuelle).

Au cours des entrevues individuelles, les participantes comparent fréquemment les comptoirs alimentaires entre eux, par rapport à la quantité de nourriture qu'elles reçoivent de chacun. Dans la même veine, le discours des femmes rencontrées laisse penser que ces dernières perçoivent une rareté générale des denrées alimentaires disponibles au sein du réseau de distribution alimentaire qu'elles fréquentent. À cet effet, la fermeture d'un comptoir alimentaire annoncée pendant la collecte de données provoque de l'appréhension :

J'ai appris qu'y en a une qui va fermer en plus de ça... pis le monde qui est là-bas, y s'en viennent à [nom d'un comptoir]. Au lieu d'être 100 personnes avec famille, on va être 150 et plus. Fait que nous, on va en avoir peut-être moins... (Jennifer, entrevue collective)

Cette impression qu'il y a insuffisamment d'aliments pour tous les ménages qui en font la demande semble créer une dynamique de compétition où : certaines croient que des personnes bénéficient d'aide alimentaire alors qu'elles n'en ont pas vraiment besoin ; certaines autres sentent qu'elles doivent se justifier de recourir à l'aide alimentaire.

J'ai une haine envers ça. Mais j'ai une haine envers le fait que selon moi, y'a beaucoup de monde qui tant qu'à moi, devrait pas y aller... Mais les personnes qui ont un enfant, qui sont capables de se payer le char de l'année, le cellulaire de l'année pis qui sont quand même acceptés, j'ai un p'tit problème avec ça... J'ai une haine envers ça parce qu'ils continuent à pouvoir y aller. Pis j'me sus plaint à plusieurs reprises... Y'a une injustice...Moi, ça m'enrage. Si toutes les banques [alimentaires] checkeraient au moins le salaire de la personne. Au moins le salaire de la famille, ça s'rait correct. Mais là, c'pas le cas. (Jennifer, entrevue collective)

De la même façon, la seule participante interrogée qui fréquente les comptoirs alimentaires de façon sporadique – et non mensuelle – explique ainsi son choix : « R'garde, j'vas laisser aux autres là, j'irai pas prendre des affaires aux autres qui en ont vraiment besoin quand je vois que moi j'vais arriver. ». (Carole, entrevue individuelle)

Également, les participantes souffrent de la promiscuité avec la clientèle des comptoirs alimentaires qu'elles fréquentent. Plus, il apparaît que les appréhensions suscitées par la clientèle de certains services sont assez fortes pour en devenir un motif de non-recours. Les femmes sondées parlent de cette clientèle comme du monde « pas recommandable », « irrespectueux », du monde « pas correct », du monde « dur ». On craint notamment d'être en contact avec des personnes ayant consommé de la drogue:

C'est des drogués. Carrément... J'me sentais vraiment pas à l'aise. C'tait du monde dur là. J'suis sûre qu'y aurait jamais rien arrivé là mais des fois quand on rentrait là-dedans, y'avait une fille, a v'nait de s'piquer pis à disait ça à tout le monde : «J'viens de m'piquer, j't'en train de virer folle». Pis a courait partout, pis... C'est malheureux. Ça pas d'allure. En tout cas, moi je retournerais pas là-bas. Faudrait que j'aïlle très faim. (Carole, entrevue individuelle)

On craint aussi d'être en présence de personnes dont l'hygiène est déficiente :

Ça j'ai trouvé ça difficile... Tsé t'es avec du monde, plein de genre de monde. Pis je sais qu'y faut pas que je juge là... J'essaye tellement de pas être une personne qui juge mais je l'fais comme tout le monde un peu. C'est difficile des fois. T'es avec du monde pas propre, tsé... Tout-cas. (Claudia, entrevue individuelle)

De plus, il semble qu'un espace d'attente trop restreint oblige les femmes à une promiscuité avec les autres bénéficiaires de certains comptoirs alimentaires. Pour elles, les moments d'attente sont désagréables : « Avec des gens qui fument, qui toussent, qui crachent. Avec des gens, des fumeurs, qui vous agressent, qui vous poussent même parfois, c'est pas agréable. » (Clémence, entrevue individuelle).

Le fait que certains comptoirs alimentaires exigent une preuve de résidence rassure une participante craignant d'être mise en contact avec des personnes itinérantes :

... moi ça m'a rassurée. J'me dis que j'pognerai pas des clochards, tsé. Au moins, c'est ça. T'as une adresse. C'est pas du monde qui sont dans l'bas monde pis qu'y se foutent d'la société là. C'pas toute du monde comme ça qui sont là là, mais j'veux dire, ça fait peur quand même là tsé. (Jennifer, entrevue individuelle)

Outre le temps d'attente, les espaces dédiés à l'attente jouent sur l'expérience d'approvisionnement des participantes auprès des comptoirs alimentaires. Le fait d'attendre dehors, par exemple, est très pénible pour les femmes, surtout par temps de grands froids : « La pire des choses qu'on fait en ce moment, je sais pas si

on peut avoir pire que ça, c'est aller attendre sous le froid parce que faut prendre à manger. ». (Clémence, entrevue individuelle)

Même lorsqu'il ne fait pas froid, attendre à l'extérieur expose les femmes au regard des passants, ce qu'elles n'apprécient pas. Vouloir éviter d'être vue est par ailleurs nommé comme une raison de non-recours aux services d'aide alimentaire : « ... on est dehors comme du bétail. Les chars passent, te regardent. Ordinaire, ordinaire. C't'un peu ordinaire. Y'en a qui l'assument bien, c'est p't'être moi qui l'assume pas bien non plus. Mais, quand même. ». (Claudia, entrevue individuelle)

Lorsqu'elles recourent à des services de dépannage alimentaire, les femmes sont mises en contact avec le personnel et les bénévoles qui y travaillent. Généralement, ces mères frappent à la porte des comptoirs alimentaires dans des moments où elles vivent des difficultés importantes qui génèrent beaucoup de stress. La qualité de l'accueil qu'elles reçoivent, dans ces moments, revêt une grande importance :

C'est juste que là, t'es dans l'état de panique, dans l'état de stress... Pis eh, il s'est mis à me crier après parce que j'savais comme pas où me tirer. Y'avait comme l'inscription, le ci, le ça... C'était la première fois que j'allais là. J'étais tout mêlée... j'ai dit : « R'gardez- moi là, dans l'état que j'suis là, j'suis en panique. Fait que c'est pas le temps de venir me crier dessus ». (Marie-Pier, entrevue individuelle)

Eh, la première fois que j'suis allée à [nom d'un comptoir], ça m'avait complètement bouleversée. J'savais pas trop comment ça fonctionnait... Pis j'osais pas trop rentrer. Pis a m'avait parlé vraiment bête. Pis a dit «Faut que vous attendiez !». J'ai dit «Madame, c'est la première fois que j'viens, je savais pas»... J'suis comme venue les yeux dans l'eau parce que ça m'a fâchée en même temps. Ça m'a blessée pis ça m'a fâchée. (Claudia, entrevue individuelle)

Si certaines participantes ont relaté avoir eu de mauvaises expériences avec certains bénévoles, elles expriment que de façon générale, elles ont un bon contact avec les personnes qui assurent le service dans les comptoirs alimentaires et elles reconnaissent leur travail.

Les mères sont sensibles à la façon dont sont organisées les distributions de denrées au sein des comptoirs alimentaires qu'elles fréquentent. Pour plus d'une, le « meilleur » comptoir est celui où la distribution est bien organisée. Dans la même veine, des femmes soulignent que certaines ressources gagneraient à être humanisées.

Les femmes sondées voient d'un œil positif que les organisations offrant du dépannage alimentaire adoptent certains règlements. Par exemple, on apprécie que les quantités de nourriture distribuées soient

proportionnelles au nombre de personnes qui composent le ménage. Ceci a certainement quelque chose à voir avec l'impression de rareté des denrées soulevée par les participantes.

Également, les participantes mentionnent les effets des règles régissant l'ordre dans lequel les bénéficiaires reçoivent leurs denrées. Certaines décrivent la méthode « premier arrivé premier servi » où « tout le monde se pousse pour avoir le premier numéro ». À l'inverse, elles semblent apprécier que cet ordre soit déterminé par tirage au sort, une façon de faire qui semble créer moins d'animosité entre les bénéficiaires.

Les femmes apprécient également que des mesures soient prises afin que les services qu'elles reçoivent des comptoirs alimentaires soient « familiaux », « conviviaux » :

Non, j'ai trouvé que [nom d'un comptoir] déjà, l'accueil est différent... On arrive, c'est convivial. Les gens ils s'asseyent, ils font connaissance et ça c'est, c'est sympa, c'est... Déjà, sur le plan psychologique, quand quelque chose est plus convivial.. Peu importe, même si les dates des aliments sont un peu dépassées, ça pas le même effet que là [où] on vous traite n'importe comment et puis on vous donne les mêmes aliments, donc. Au niveau psychologique c'est un peu différent. (Françoise, entrevue individuelle)

Le fait de se voir offrir un café ou de quoi manger en attendant de recevoir ses denrées est aussi perçu comme des éléments qui contribuent à l'appréciation des ressources.

Jardins collectifs et cuisines collectives : acquérir des habiletés favorisant l'accès aux aliments

Une seule des participantes rencontrées fréquentait, pendant la saison estivale, un jardin collectif. Une seule participante, également, fréquentait une cuisine collective. Trois autres participantes, toutefois, avaient précédemment pris part à des cuisines et jardins collectifs, pouvant ainsi donner un éclairage sur leur expérience de ce type d'initiatives.

Pour l'une des femmes rencontrées, participer à une cuisine collective de façon bihebdomadaire lui permet de simplifier la planification des repas, en plus de comporter un avantage financier :

... dans le fond, te casser un p'tit peu moins la tête avec le manger, ça te permet de, tsé, soit faire des économies, ou bin... J'ai deux paiements de chômage là eh. Sauf qu'y faut que j'paye le loyer. Faut j'en garde un ti-peu mais ça me permet d'un ti-peu plus étaler mes paiements pis de m'placer comme il faut là. (Stéphanie, entrevue individuelle)

Deux des trois participantes (2/3) prenant ou ayant déjà pris part à des cuisines collectives relatent toutefois que la nourriture préparée ne réponds pas toujours aux goûts de leur famille parce que non appétissants ou différant trop de leurs habitudes alimentaires :

Tsé comme la dernière fois en cuisine collective j'ai faite cuire du tofu. Ça pas été winner dans mon cas [rires] ... Tsé moi j'en ai mangé mais à un moment donné, manger un gros plat... J'fournis pas su'l tofu. J'aime pas ça fait que [rires]... J'suis plus traditionnel genre pâte chinois, spaghetti, pâte chinois, spaghetti [rires]. (Stéphanie, entrevue individuelle)

Cela a pour effet de restreindre la quantité de nourriture venant des cuisines collectives réellement consommée par l'ensemble de la famille: « Moi j'pas difficile mais souvent là, j'tais pris pour moi manger une semaine de temps un plat parce qu'y l'aimaient pas. ». (Claudia, entrevue individuelle)

Deux participantes ont affirmé connaître le principe des cuisines collectives mais ne pouvoir y participer par manque de temps. Une participante en emploi affirme de surcroit que les horaires de ce type d'initiative sont difficiles à concilier avec le travail. Dans la même veine, une participante ayant déjà pris part à des cuisines collectives alors qu'elle était enceinte dit avoir abandonné cette activité qui devenait trop exigeante physiquement en fin de grossesse.

Le contact avec les autres participantes des cuisines collectives n'est souvent pas considéré, par les femmes sondées, comme un avantage :

Pis tsé, t'es avec du monde que t'as pas nécessairement d'affinités non plus. Tsé, tu cuisines avec eux autres pis a pas d'air propre. Tsé, c'est des choses qui me dérangent moi. (Claudia, entrevue individuelle)

... cuisiner en gang.. Tsé avoir l'impression d'être une novice là-dedans pis de m'faire dire : « Non, fais ça comme ça, fais ça comme ça ». Tsé... Ton oignon, que tu le coupes d'un bord ou d'l'autre, y va se couper quand même là. Ta technique est pas mieux que celle-là là... Ça, j'ai toujours eu d'la misère [rires]. (Jennifer, entrevue individuelle)

Les jardins collectifs sont appréciés sur toute la ligne par les deux participantes qui l'ont expérimenté. Outre la récolte de quelques légumes gratuits, les femmes apprécient le fait de pouvoir impliquer leurs enfants dans cette activité : « Même les enfants ils ont des plates-bandes... C'est pour ça moi je trouvais c'est une activité pour mes enfants et moi donc. ». (Amina, entrevue individuelle)

Une constante chez les participantes ayant expérimenté jardins et cuisines collectifs est le développement de nouvelles habiletés :

Bien c'est travailler, connaître un p'tit travail que je connais pas. Quand j'étais jeune j'aimais bien travailler la terre et tout, mais je ne sais rien. Je ne sais pas jardiner, c'est ma mère qui sait tout. Mais eh, c'est bien. Belle expérience. (Amina, entrevue individuelle)

Fait intéressant, il appert que ces habiletés peuvent être mises à profit par les femmes, même après leur participation à ces initiatives, de façon à faciliter leur accès aux aliments. Par exemple, une ancienne participante à un jardin collectif ayant grandement aimé son expérience relate vouloir continuer à cultiver des légumes sur sa galerie. Une autre qui a déjà pris part à des cuisines collectives, raconte comment les habiletés développées lui ont permis d'économiser de l'argent dans une période où son budget était particulièrement serré : « C'tait juste, mais c'tait correct, tsé. je m'arrangeais. J'cuisinai beaucoup aussi. Tsé, je portionnais mes affaires. J'avais fait des cuisines collectives avant quand j'étais enceinte fait que tsé, je r'gardais des recettes pas trop cher, j'me débrouillais. » (Claudia, entrevue individuelle). Cette dernière femme affirme également qu'elle souhaiterait reproduire le modèle des cuisines collectives, de façon informelle avec des amies.

5.3.3. Troisième dimension : spatiotemporelle

Regard des participantes sur leur environnement alimentaire local

Freedman et al. (2013), dans leur cadre conceptuel, proposent de poser un regard sur la diversité des SAA qui composent l'environnement alimentaire local des personnes afin d'appréhender leur accès aux aliments. L'exercice de cartographie qui a été effectué avec les femmes de ce projet a permis d'illustrer les frontières de l'environnement alimentaire local de chacune. Les entrevues individuelles et collective ont, quant à elles, permis de documenter la perception des femmes de leur environnement alimentaire local dans une perspective d'accès aux aliments.

Le terme « environnement alimentaire local » n'est pas familier des femmes ayant participé au présent projet. Afin de les questionner dans un langage clair, ce sont des termes plus communs qui ont été empruntés lors des entrevues individuelles. Elles ont donc été questionnées sur leur environnement alimentaire local par le biais de formulations comme : « votre quartier », « autour de chez vous » ou « les endroits où vous allez habituellement pour vous approvisionner ».

Une recension objective des SAA présentes sur le territoire du quartier Lairet n'a pas été effectuée dans le cadre du présent projet. L'appréciation de la diversité des SAA présentes dans l'environnement alimentaire local des participantes a donc été menée d'après leur perspective et leurs connaissances des SAA existantes.

Pour les participantes, une force de leur quartier réside dans la présence de nombreux services de dépannage alimentaire. L'une des femmes sondées s'exclame à cet effet : « Bin j'ai moins de misère ici ... toutes les organismes qu'y a... Quelqu'un qui veut mourir de faim ici dans l'quartier Lairet, c'parce qu'y veut. » (Jennifer, entrevue collective). Notons qu'au moment de la collecte de données, 4 organisations offrant des services de dépannage alimentaire ont été recensées à l'intérieur des limites du quartier à l'étude.

Les participantes identifient 3 épiceries de surface conventionnelle qui semblent faire partie de leur environnement alimentaire local. Si la majorité des participantes recourent régulièrement à ces SAA, il n'en demeure pas moins qu'elles sont jugées comme très peu abordables par les femmes. Tel précédemment, les participantes ne s'y procureront généralement que des items qui sont vendus à rabais. Plusieurs des participantes ont relaté avoir recours à ces commerces uniquement qu'« en cas d'urgence », ou « pour dépanner ». Par ailleurs, la fermeture de l'une de ces épiceries, au cours de la collecte de données, a créé peu d'émoi chez les participantes, lesquelles ont été questionnées directement à cet effet en entrevue de groupe.

La moitié des mères rencontrées (4/8) fréquentent les épiceries de petite surface et les dépanneurs dans le cadre de leur approvisionnement alimentaire régulier. Pour les participantes, ces petits commerces comportent l'avantage qu'ils sont souvent situés très près de leur domicile. Cela importe, sachant que pour certaines, la distance est un facteur qui entrave de façon importante l'accès aux aliments.

Les participantes qui ne fréquentent pas ce type de SAA y craignent surtout les prix élevés. Toutefois, celles qui les fréquentent relatent y retrouver certains articles jugés essentiels aux besoins alimentaires de leur famille à très petit prix. Elles y achètent des articles comme le pain, les œufs, la viande hachée et le lait.

... le dépanneur en avant... Bin non, c'est pas un dépanneur, c'est une petite épicerie dans le fond, parce qu'ils font beaucoup de spéciaux. Beaucoup beaucoup... juste le pain ça vaut plus la peine de l'acheter là que de l'acheter en épicerie ... Fait que j'y pense, admettons que je suis à l'épicerie, je fais comme : « Ah non, ça j'en n'ai pas besoin, je vais aller en avant de la maison ». (Stéphanie, entrevue individuelle)

Rappelons ici que l'étude de l'approvisionnement alimentaire des participantes porte à croire que l'environnement alimentaire des participantes sans voiture est différent de celui des participantes qui ont une voiture. Effectivement, les SAA utilisées par les femmes sans voiture se déploient essentiellement à l'intérieur des frontières géographiques du quartier Lairet. Les femmes qui possèdent une voiture outrepassent quant à elles les frontières géographiques du quartier pour accéder à d'autres SAA. Ces différences quant à l'accessibilité aux SAA permise par la voiture sont illustrées par les deux cartes suivantes :

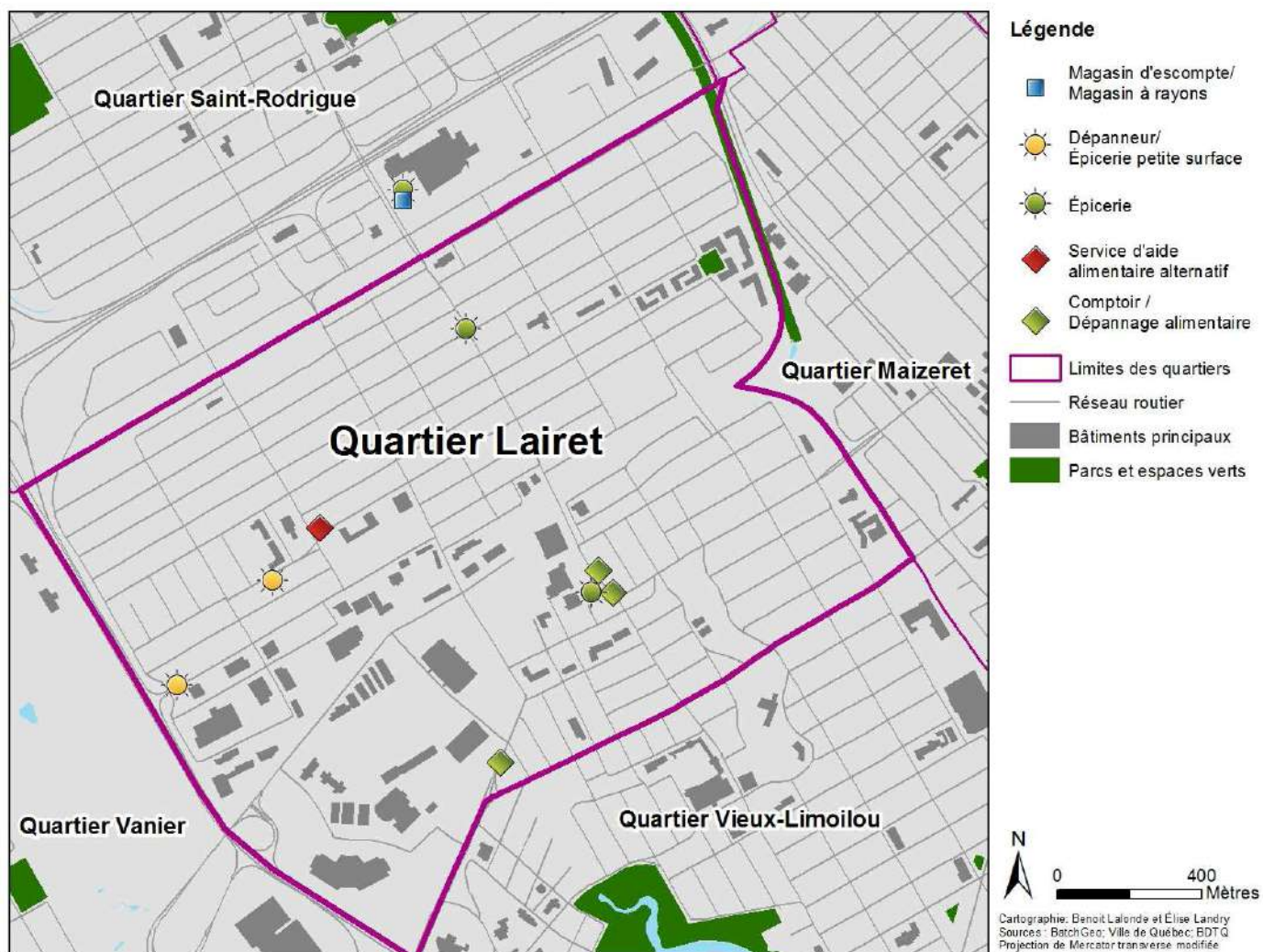


Figure 7: Carte de l'approvisionnement des femmes sans voiture

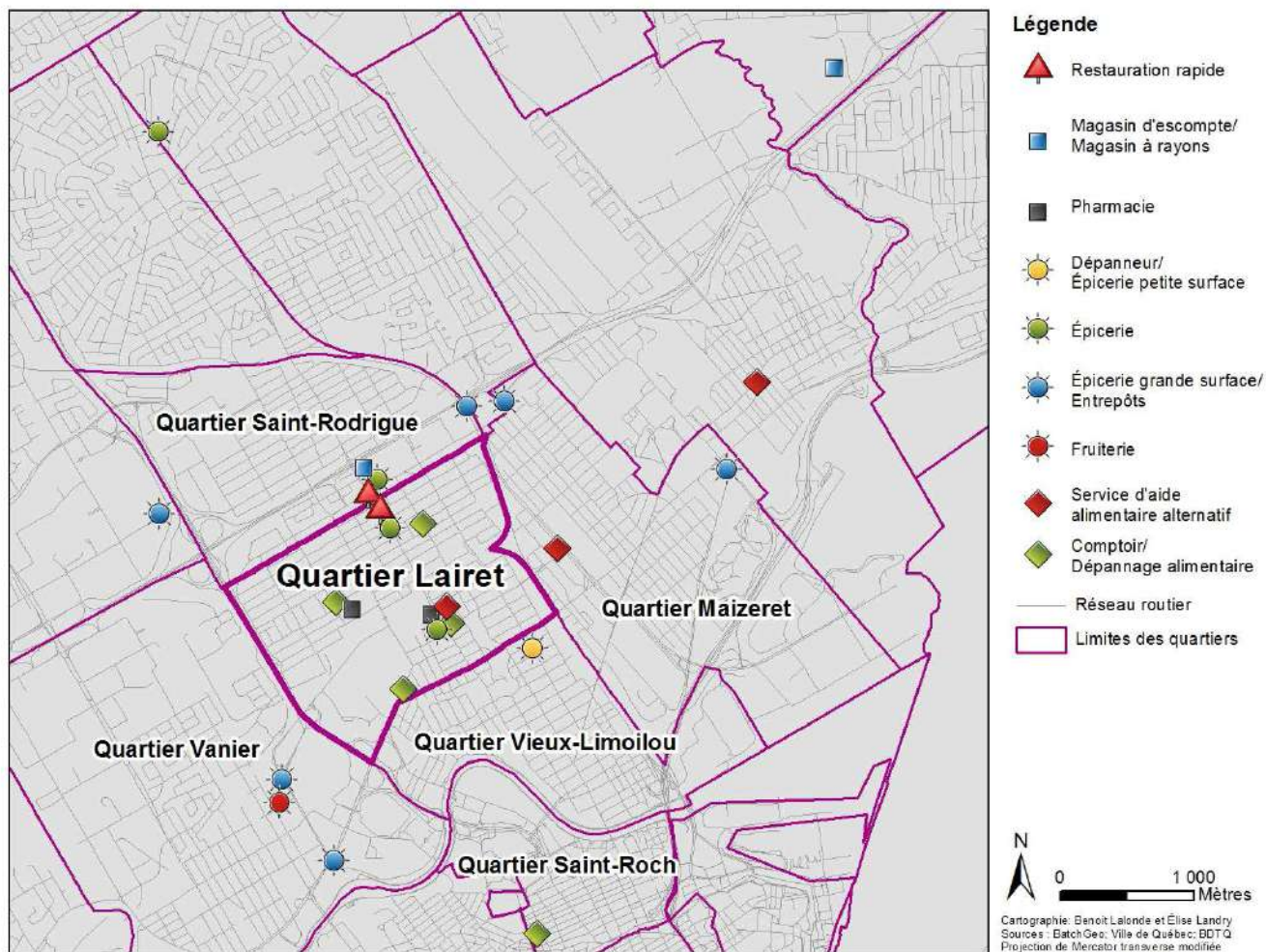


Figure 8: Carte de l'approvisionnement des femmes avec voiture

Qui plus est, il appert que les 5 femmes qui utilisent une voiture pour s'approvisionner recourent à une plus grande diversité de SAA. Contrairement aux participantes sans voiture, elles fréquentent régulièrement des types de SAA qui n'existent pas sur le territoire géographique de Lairet, notamment les épiceries de grande surface (5/5). En plus faible nombre, elles fréquenteront d'autres commerces absents du territoire de Lairet comme les entrepôts (2/5) et une fruiterie (1/5).

Les épiceries de grande surface, auxquelles recourent toutes les participantes avec voiture – mais aucune femme sans voiture – semblent offrir un avantage économique certain. Aux yeux des participantes, les aliments vendus dans ce type de SAA sont plus abordables que ceux vendus dans les épiceries de surface conventionnelle.

Finalement, il ressort des propos des participantes que le fait de posséder une voiture leur permet de franchir de plus grandes distances pour accéder à des SAA plus abordables, notamment les épiceries de grande surface. En contrepartie, rappelons que la voiture comporte un fardeau économique qui n'est pas mineur et qui peut aller jusqu'à compromettre financièrement l'accès aux aliments de certaines participantes.

Pour les femmes qui ne possèdent pas de voiture, les distances à parcourir ont une incidence majeure sur l'accès aux aliments et vont jusqu'à justifier le choix des sources d'approvisionnement alimentaire. À titre d'exemple, une femme choisira de faire la presque totalité de son approvisionnement dans un dépanneur en face de chez elle ; une autre cessera de recourir à un comptoir alimentaire qui est jugé trop loin. Certains facteurs comme les conditions climatiques hivernales, le mauvais déneigement des rues, le fait d'être enceinte ou d'avoir à parcourir ces distances avec un jeune enfant amplifient l'impact de la distance. Aussi faut-il considérer qu'en plus de marcher pour se rendre à une SAA, il faut transporter les denrées au retour. Sur ce point, la voiture semble apporter une aide appréciable : « Oui quand même. Je m'approvisionne mieux avec la voiture... J'ai de l'espace, je peux transporter plus facilement, c'est logique. Avant ça me prenait quelqu'un... Ça facilite plus la vie. » (Clémence, entrevue individuelle).

Cela dit, il ne faudrait pas croire que la voiture élimine complètement l'obstacle de la distance. Effectivement, considérant le coût de l'essence, les femmes limitent leurs déplacements mêmes si elles ont une voiture : « Mais quand même, j'te dirais que j'fais toute quand même très proche... Bin c'parce que c'est l'essence aussi... quand t'as pas de sous c'est partout qu'y faut que tu coupes un peu. » (Claudia, entrevue individuelle).

Rappelons par ailleurs que certaines femmes ont affirmé parfois ne pas pouvoir utiliser leur véhicule automobile faute de pouvoir y mettre de l'essence. Même en ayant une voiture, des femmes relatent qu'elles s'empêchent de fréquenter des SAA qui offrent des prix avantageux si elles jugent qu'elles sont trop loin.

La présente recherche a été menée dans le secteur de Laitet, notamment à cause de l'enclavement physique de ce secteur qui est bordé par deux autoroutes et une zone commerciale. On souhaitait explorer si l'accès aux aliments des ménages non motorisés de Laitet pouvait être affecté par la présence de ces frontières. L'étude de l'approvisionnement alimentaire des participantes montre qu'effectivement, les femmes sans voiture ne recourent normalement pas aux SAA qui figurent au-delà des enclaves routières, exception faite d'une participante qui fréquente une épicerie de surface conventionnelle.

Le temps : une contrainte ressentie par les mères

Le temps semble être une denrée rare pour les femmes rencontrées, surtout pour celles qui sont en emploi, en démarches liées à l'immigration, aux études ou en stage préparatoire à l'emploi¹². Cela amènera certaines d'entre elles à se priver du recours aux SAA de dépannage alimentaire, considérant que le temps d'attente y est trop long. La quantité de denrées recueillies semble ne pas en valoir la peine : « D'abord, quand vous allez dans ces lieux... Vous passez une matinée sous le froid, sous la neige pour attendre un peu de légumes. On vous donne deux tomates, un oignon. Je vous jure, c'est pas la peine. » (Clémence, entrevue collective).

Le temps d'attente est également un désagrément majeur pour celles qui sont avec leur(s) enfant(s) lorsqu'elles s'approvisionnent auprès de comptoirs alimentaires : « La première fois, c'était avec ma fille, c'était horrible... on est restées des heures dehors. Des heures. C'était pénible. Bien, après bien voilà. La deuxième fois j'y suis allée toute seule. Y'a la voisine qui m'a gardé la petite. » (Françoise, entrevue individuelle).

Celles qui n'ont pas les moyens de payer le service de garde du midi pour leurs enfants d'âge scolaire doivent regagner leur domicile à une heure fixe. Pour ces femmes, on apprécie que certaines ressources permettent aux familles de recevoir en premier leurs denrées.

5.3.4. Quatrième dimension : socioculturelle

Freedman et al. (2013) reconnaissent une dimension sociale de l'accès aux aliments qui inclut la culture, les discriminations et les relations sociales. Puisque le caractère culturel de l'accès aux aliments ressort de nos résultats avec force, nous avons rebaptisé cette quatrième dimension « socioculturelle ».

Accéder à des aliments qui répondent à son identité culturelle ou religieuse

Un obstacle rencontré par toutes les femmes immigrantes participant au projet est la difficulté de trouver à bon prix des aliments faisant partie des habitudes alimentaires d'origine. Elles ont toutes, par exemple, mentionné

¹² Bien qu'au moment des entrevues aucune femme n'était aux études ni en stage préparatoire à l'emploi, certaines ont fait référence à des expériences vécues antérieurement.

peiner à se procurer du poisson frais qui est jugé cher et dont l'offre semble être peu diversifiée : « Comme je disais, nous on est Africains, on a des trucs spéciaux qu'on aime bien pour repérer les saveurs de chez nous... Eh, du tilapia par exemple, au supermarché tu n'en trouveras pas facilement. » (Clémence, entrevue individuelle). Cette difficulté de trouver à bon prix des aliments prisés s'applique à certaines viandes, comme l'agneau. Afin de retrouver les saveurs du pays, certaines femmes aimeront mettre la main sur des ingrédients ou des épices particuliers. Pour se faire, elles fréquenteront de temps à autre les épiceries ethniques ou recevront des colis d'outre-mer envoyés par la famille.

Certaines contraintes alimentaires des femmes immigrantes sondées sont liées à la religion. Une femme musulmane restreint sa participation à un repas communautaire sachant que la nourriture servie ne sera pas halal. Elle ne fréquente pas non plus une épicerie communautaire qui lui a été recommandée :

La dernière fois y'a quelqu'un qui m'a, qui est venu me dire qu'il y a [nom d'une épicerie communautaire]. Qu'ils ont des viandes à moitié prix. Mais je dis, le problème, moi je cherche des viandes halal. .. C'est ça, je ferai des kilomètres pour rien donc. (Amina, entrevue individuelle)

Afin de se procurer des viandes halal, cette femme use de stratégies non-conventionnelles, comme l'achat en groupe, avec d'autres membres de sa communauté, de viandes auprès d'un boucher qui offre des produits halal.

Recourir à son réseau social pour faciliter l'accès aux aliments : une question de culture ?
Recourir à son réseau social afin de faciliter son accès à des aliments est une pratique davantage présente chez les femmes immigrantes que chez les femmes d'origine québécoise. Par exemple, des participantes immigrantes ont affirmé :

- Se regrouper avec des membres de leur communauté culturelle afin de faire des achats de groupe ;
- Partager les frais de taxi pour faciliter le transport de la nourriture recueillie auprès de comptoirs alimentaires ;
- Faire garder un enfant par une voisine au moment d'aller chercher des denrées à un comptoir alimentaire ;
- Faire faire des courses (dans un comptoir alimentaire ou une épicerie) par des amis ou des voisins ;
- Recevoir ponctuellement des dons en argent ou en nourriture de la part des amis ou de la famille ;
- Recevoir des colis de nourriture venant du pays d'origine et envoyés par la famille.

De leur côté, les participantes d'origine québécoise se montrent beaucoup moins enclines à recourir à leur réseau social afin de faciliter leur accès aux aliments. Lorsque questionnées sur ce sujet, des femmes ont affirmé ne pas vouloir solliciter leur entourage – particulièrement leur famille – à cet effet. Les participantes d'origine québécoise tiennent des propos reflétant davantage une culture du « chacun pour soi » : «... j'suis pas quelqu'un qui va demander beaucoup. Parce que tsé, y'ont leur vie, y'ont leur affaires aussi. Pis j'suis une adulte. » (Claudia, entrevue individuelle).

Plusieurs participantes relatent être éloignées de leur famille, sur le plan géographique et par l'absence de liens sociaux significatifs :

J'y parle pas souvent parce qu'on n'est pas une famille qui est super super proche là. On se voyait peut-être une fois par année à Noël ou bin. En plus ma mère est en [nom d'un pays] pis les autres sont en [nom d'une province] ... y le savent pas, y sont pas au courant [de la nouvelle situation de pauvreté vécue]. (Carole, entrevue individuelle)

Qui plus est, des proches qui sont aux prises avec des difficultés psychosociales peuvent apparaître comme un fardeau pour les femmes et dans ce cas, l'éloignement est perçu comme bénéfique. Par ailleurs, le peu de solidarité manifeste au sein de la communauté d'accueil est ressenti par une femme immigrante comme une différence culturelle difficile à assumer pour une mère seule :

Bien la différence que j'ai ressentie, c'était juste que chez nous en Afrique on a une assistance. Même si tu n'as pas de conjoint tu as tes sœurs. Moi je suis d'une famille de six. Tu as tes sœurs, tu as tes cousines, tu as tes nièces. On n'est jamais seule à la maison... T'as faim, tu peux aller chez ta tante à côté, tu dis « moi je suis venue manger » ... C'est comme ça qu'on est chez nous. Donc ici, c'est un peu ça qui m'a gênée, c'est le fait de me retrouver vraiment... ». (Clémence, entrevue individuelle)

Le réseau social demeure une source d'information importante pour l'accès aux aliments

Si le recours au réseau social pour faciliter l'accès aux aliments semble être une pratique plus ou moins répandue chez les participantes d'après leur culture d'origine, il reste que c'est par le réseau social que les participantes semblent recueillir l'essentiel de l'information qu'elles détiennent sur les SAA de leur environnement alimentaire local. En ce sens, le réseau social demeure pour toutes un élément qui facilite l'accès alimentaire.

Cette information concerne d'abord l'existence des SAA, surtout celles qui offrent des services de dépannage alimentaire. L'information reçue du réseau social peut aussi concerner les bons prix sur les aliments en vigueur chez certains détaillants. Dans tous les cas, ces connaissances concernant l'environnement alimentaire local et venant du réseau social permettent aux femmes de dépenser moins pour les denrées : « L'accès à l'information, savoir où trouver quoi. Bien quand moi je suis arrivée, j'ai quand même pas mal

galéré, j'ai dépensé des sous chez [nom d'une épicerie], oh-la-la... Oui, ça m'aurait fait beaucoup d'épargnes.» (Françoise, entrevue individuelle).

Il semble habituel que la personne qui dirige la femme vers une nouvelle SAA y recoure elle-même : «Fait que ça c'est ma voisine d'ici. Là j'avais pu rien, j'tais un peu découragée pis c'est ça. Elle aussi était toute seule, elle s'est séparée pis a m'a dit «Moi j'vas là»... Fait que j'suis allée voir. » (Claudia, entrevue individuelle).

Par ailleurs, le membre de l'entourage qui agit à titre d'informateur peut introduire la femme à un service de dépannage en l'y accompagnant :

[Nom d'un comptoir alimentaire], c'est mon voisin, c'est un Népalais. Le premier jour, je lui ai donné mon garçon, ils sont partis. Je lui ai donné de l'argent... ils ont ramené à manger. Le samedi suivant je suis partie avec lui pour aller voir l'endroit. (Clémence, entrevue individuelle)

Les moments d'attente à un comptoir alimentaire peuvent d'ailleurs être l'occasion de s'orienter l'un et l'autre vers de nouvelles ressources de dépannage alimentaire.

Il apparaît que le fait d'être en emploi peut multiplier contacts sociaux et, par le fait même, les chances de recevoir de l'information favorisant l'accès aux aliments. Des femmes ont effectivement relaté que l'information sur des SAA qu'elles fréquentent leur avait été partagée par des collègues ou des clients. D'autres ont mentionné que c'est au sein d'organismes communautaires où elles faisaient du bénévolat qu'elles avaient entendu parler de certains services de dépannage alimentaire.

Il faut dire, cependant, que si le réseau social semble être la principale source d'information favorisant l'accès aux aliments, elle n'en est pas la seule. Deux femmes, par exemple, ont recueilli de l'information sur des services de dépannage alimentaire par l'entremise d'un bottin de ressources leur ayant été fourni à un CLSC¹³ où elles recevaient des services. Une seule femme a contacté une organisation offrant du dépannage alimentaire après avoir vu une affiche dans la vitrine de l'organisme. Aucune femme n'a dit avoir connu de SAA par le biais d'internet.

5.3.5. Cinquième dimension : personnelle et familiale

Freedman et al. (2013) incluent dans leur cadre conceptuel une composante personnelle à l'accès alimentaire, laquelle comprend l'état de santé, les connaissances et les préférences alimentaires. Pour les femmes rencontrées, la présence des enfants ainsi que le rôle du couple influencent suffisamment l'accès aux aliments pour que notre cinquième dimension soit libellée « personnelle et familiale ».

¹³ Centre local de services communautaires

Être en couple n'est pas le gage d'un meilleur accès aux aliments

Un effort a été fait, au sein de cette recherche, afin de saisir l'influence de la présence ou de l'absence d'un conjoint sur l'accès aux aliments des femmes rencontrées. Les participantes ont d'abord été questionnées sur l'impact financier d'une rupture sur l'accès aux aliments de leur ménage. Les réponses obtenues à ce propos sont fort variables. D'une part, il semble que lorsque les deux conjoints travaillent, la rupture amène une diminution des ressources financières familiales qui affecte la dimension économique de l'accès aux aliments. Cependant, plusieurs participantes ont affirmé que leur situation financière n'était pas meilleure lorsqu'elles étaient en couple. Cela semble survenir lorsqu'avant la rupture, les deux conjoints étaient sans emploi ou bénéficiaient de l'aide sociale ou un seul des conjoints était en emploi.

Également, une participante relate avoir vu ses revenus diminués lorsqu'elle s'est mise en couple. Elle a effectivement perdu ses prestations d'aide sociale puisque son conjoint gagnait des revenus d'emploi.

Dans ces cas, le revenu des couples étant peu élevé, l'accès aux aliments est déjà difficile et certains bénéficient d'emblée de services de dépannage alimentaire. Cependant, il arrive que la réticence des conjoints à demander de l'aide se répercute sur l'accès aux aliments du ménage entier. Deux participantes, en effet, ont relaté avoir difficilement pu fréquenter des comptoirs alimentaires même si la famille en avait besoin, à cause des réserves de leur conjoint à être aidé.

Dans la même veine, il arrive que des conjoints exercent un contrôle sur le budget familial, restreignant les ressources financières étant attribuées à l'alimentation de la famille. Deux des femmes ayant été impliquées dans de telles situations ont mentionné qu'il leur était plus facile, sur le plan économique, d'accéder à des aliments depuis leur rupture.

Je déjeunais pas, je soupais pas. Des fois je soupais, mais c'était comme tout le temps en petite portion... Bon, le stress, le fait qu'y faut qu'on arrive point de vue de l'argent quand monsieur s'achète des affaires, sauf que moi j'ai pas le droit d'acheter des affaires, même pas aux enfants. (Marie-Pier, entrevue individuelle)

Le contrôle, voire la violence exercée par le conjoint peut également empêcher la femme d'accéder à des aliments qui lui plaisent, au profit des goûts de ce dernier:

Parce que lui travaillait, me reprochait de pas travailler. Donc c'tait son argent, fallait que j' fasse attention. Tsé, j'pouvais pas acheter ce que j'voulais mais pourtant c'tait à moi à faire l'épicerie... J'avais pu rien pour moi... Bin lui y'avait beaucoup de sucreries, des chips, des affaires de

même. Du pain blanc, quand moi j'suis habituée à du pain brun... Y'a fallu je change. (Jennifer, entrevue individuelle)

Outre l'aspect économique, l'on peut penser que la présence d'un conjoint puisse faciliter l'accès aux aliments sur le plan de la logistique, ainsi que le reflète le témoignage suivant :

Oui, y'a une différence en fait. Quand on est en couple, déjà pour aller chercher des provisions dans les distributions alimentaires c'est pas pareil. Y peut s'en charger, enfin l'autre peut s'en charger ou bien.. Bien comme je suis justement une personne immigrante, l'un de nous peut y aller et l'autre reste avec le bébé et puis.. Comme ça, ça évite de sortir le bébé souvent au froid hivernal horrible. Et puis bien. Et même si on y va les deux, au niveau du port des sacs, c'est plus facile. Mais plus psychologiquement, moralement, ça fait du bien d'avoir une personne qui, enfin, qui vous aide. (Françoise, entrevue individuelle)

Or, la plupart des femmes rencontrées relatent qu'elles étaient déjà responsables de la gestion de l'approvisionnement alimentaire lorsqu'elles étaient en couple. Pour elles, la perte du conjoint n'induit pas d'inconvénient majeur à cet effet : « C'tait pas mal moi. Mais si y manquait de quoi, il aurait été l'acheter. Oui. Mais quand même pas tant, c'est pas mal la maman qui s'occupe de.. J'me suis pas mal toujours occupée de ça pour être honnête. » (Claudia, entrevue individuelle).

Finalement, il appert que le fait d'être ou de ne pas être en couple n'influence pas de façon unilatérale l'accès aux aliments des femmes rencontrées. Il semble que la présence d'un conjoint puisse être bénéfique pour l'accès aux aliments lorsque cela induit des revenus supplémentaires pour le ménage et que le conjoint supporte l'approvisionnement alimentaire du ménage sur le plan logistique. En contrepartie, la présence d'un conjoint semble pouvoir être neutre ou néfaste pour l'accès aux aliments du ménage lorsque :

- Le ménage a des revenus faibles ;
- L'arrivée d'un nouveau conjoint provoque une diminution des revenus de la femme (par le recalcul des prestations d'aide sociale) ;
- Le conjoint exerce un contrôle indu sur le budget familial et limite les dépenses alimentaires ;
- Le conjoint refuse de recourir à des services de dépannage alimentaire ;
- Le conjoint exerce un contrôle sur la nature des aliments que se procure le ménage.

Des transitions de vie qui jouent sur l'accès aux aliments

Les participantes font souvent allusion, en cours d'entrevue, à des moments de leur vie où l'accès aux aliments est devenu momentanément plus difficile pour elles. Ces moments réfèrent à des périodes de transitions telles qu'une perte d'emploi, une maladie mentale ou physique, une séparation ou un déménagement. Il appert que ces transitions se chevauchent souvent dans le temps. Par exemple, pour certaines femmes, une maladie s'accompagnera d'une perte d'emploi et une séparation s'accompagnera d'un déménagement.

L'immigration et la période périnatale apparaissent comme deux autres périodes de transition qui affectent l'accès aux aliments des participantes. Ci bas, on explore de quelles façons cette fragilisation semble s'opérer pour chacun de ces deux types de transitions.

Trois des huit femmes ayant participé à ce projet ont immigré au Canada récemment, c'est-à-dire depuis moins de 3 ans. L'une de ces femmes était arrivée au pays depuis moins de 6 mois, l'autre depuis moins de 2 mois. Ces trois participantes, vu la récence de leur arrivée, ont été en mesure de décrire avec détails les défis que comporte le processus d'immigration pour le ménage et son accès aux aliments. Premièrement, les femmes parlent de la période d'immigration comme d'un moment où les ressources financières du ménage sont limitées. D'une part, l'arrivée coûte très cher, notamment à cause des achats importants obligés, comme de l'ameublement et pour certaines, une voiture. D'autre part, les femmes qui immigrèrent, ne jouissent souvent d'aucune source de revenus. Elles vivent sur leurs économies personnelles avant de commencer à recevoir des transferts gouvernementaux ou de trouver un emploi :

Surtout quand on vient d'arriver, qu'on ne connaît personne et puis dépenser pour tout, il faut tout acheter. Bien surtout que je ne travaille pas pour le moment donc eh. Les dépenses, les dépenses et puis il n'y a pas de rentrée donc eh. J'ai mes économies en fait que j'ai rapportées.
(Françoise, entrevue individuelle)

Par ailleurs – comme décrit précédemment - trouver un emploi conciliable avec les responsabilités parentales et répondant à leurs compétences n'est pas aisé pour les femmes immigrantes. Acquérir une formation supplémentaire ou faire des stages préparatoires à l'emploi semble, aux dires de ces dernières, être une étape obligée :

Quand on arrive ici, on sait qu'on va travailler. Je me suis mise à travailler mais je m'en sortais pas... J'étais dans la santé dans mon pays. Donc tout de suite j'ai postulé comme préposée aux bénéficiaires et j'ai un travail et là, préposée aux bénéficiaires ça veut dire des horaires... c'est les nouveaux qui prennent les plus mauvais horaires et les anciens ont [rires]. C'est un peu ça. Donc tout de suite je suis partie, j'ai tout de suite abandonné, je pouvais pas. Je suis allée faire ma formation au [organisme d'intégration au travail des immigrants]. Après, ils m'ont envoyée à un stage. (Clémence, entrevue individuelle)

Deuxièmement, un écueil que disent rencontrer les femmes immigrantes à leur arrivée est l'absence de réseau social. Or, rappelons que pour ces participantes, le recours au réseau social est une pratique qui, de diverses façons, facilite l'accès aux aliments. Qui plus est, le réseau social constitue une source d'information importante concernant les SAA, notamment les comptoirs alimentaires, auxquelles elles pourraient avoir recours. On touche ici au troisième obstacle que semblent rencontrer les femmes immigrantes dans leur accès aux aliments, soit le manque de connaissances sur leur environnement alimentaire local. Notamment, elles ne

savent pas, en arrivant, où trouver des aliments gratuits ou peu chers. Une participante raconte qu'elle ne connaissait même pas, au moment de son arrivée, le nom de son quartier :

J'me suis débrouillée. Déjà je ne sais pas où j'me trouvais. [Rires] Je savais pas où je me trouvais... je savais pas le nom du quartier en fait. Tu vois, y'a le quartier. Parce que quand tu appelles dans les trucs d'aide alimentaire on te demande de quel, eh, t'es de quel secteur. (Françoise, entrevue individuelle)

Finalement, le quatrième obstacle que semblent rencontrer les participantes immigrantes quant à leur accès aux aliments est le manque de temps. On a exposé précédemment en quoi le manque de temps pouvait affecter l'accès aux aliments des femmes. Les participantes immigrantes ajoutent à cela que les démarches liées à l'immigration demandent une quantité de temps, les empêchant de chercher, dès leur arrivée, des ressources qui pourraient faciliter leur accès aux aliments :

Eh si, j'en avais entendu parler. Mais le temps d'arriver, de trouver la maison, s'installer, de courir chercher les meubles de gauche à droite, sans auto. C'est pas facile. Donc le temps de faire tout ça... C'est pas facile. Parce qu'il fallait courir, regarder les annonces, regarder les appartements. Ah-la-la. À ce moment-là on se soucie moins de la distribution alimentaire parce que si on n'a pas d'endroit où vivre, même si on a des provisions, on ne pourra pas les garder au frais. (Françoise, entrevue individuelle)

Quelques femmes ont aussi abordé, au moment des entrevues, la question de leur accès aux aliments lors de la grossesse et suite à un accouchement. On relève ici quelques-uns de leurs propos à cet égard.

La seule femme ayant participé au projet alors qu'elle était enceinte semble être consciente des besoins nutritionnels spécifiques à son état de grossesse. Elle déclare à cet effet qu'elle n'est pas mesurée de manger autant de viande qu'elle ne le devrait. Rappelons que la viande est un aliment auquel les femmes accèdent difficilement parce que coûteux chez les détaillants commerciaux et peu présent dans les comptoirs alimentaires (annexe 8). Cette même participante explique qu'elle cesse de consommer certains produits lui venant des comptoirs alimentaires à cause des risques d'empoisonnement qu'elle perçoit : « Ouais, pour les produits datés par contre eh, non. Je préfère pas les prendre s'ils sont vraiment dépassés, dépassés. Avec ma bedaine, ça peut me créer des problèmes, dont listériose et des maladies. Non, j' préfère pas. » (Françoise, entrevue individuelle).

Des participantes relatent également que leur mobilité étant réduite en fin de grossesse, il devient plus difficile d'accéder à certaines SAA. À cause de la distance à parcourir, une femme enceinte cesse de recourir à un comptoir alimentaire : « ... j'allais à [nom d'un comptoir alimentaire] si je me trompe pas. Mais maintenant j'y vais plus parce que c'est trop loin ! Avec ma bédaine, on peut pas aller bien loin [rires]. » (Françoise, entrevue individuelle).

Une autre explique qu'elle a dû cesser de participer à des cuisines collectives à la fin de l'une de ses grossesses, cette activité devenant trop exigeante pour elle. Devant les difficultés de mobilité qu'elle rencontre en fin de grossesse et les chances d'accoucher à tout moment, la participante enceinte au moment des entrevues exprime son besoin d'aide :

... si y'avait un moyen d'aider plus les femmes dans mon état parce que je pense que le mois prochain je pourrai plus vraiment aller chercher des provisions. Enfin, ce sera à mon risque car tout le temps sortir à la fin. Mais bon, j'aurai pas trop le choix. (Françoise, entrevue individuelle)

Une participante explique que lorsqu'elle était enceinte, le programme OLO a facilité son accès aux aliments, ainsi que celui de sa famille qui l'hébergeait à ce moment:

Moi ça m'a aidé mais ça m'a pas juste aidé moi. Parce que dans le temps, j'étais chez ma mère donc j'peux te dire que les coupons ne me servaient pas juste à moi. Tsé, je payais pas chez mes parents. Fais que tsé, comme r'garde, j'avais aller chercher le lait, j'avais aller chercher les oranges. Ça aidait tout le monde parce qu'y avait mes parents, y'avait moi, ma sœur, sa fille. Y'allait avoir ma fille pis y'avait le chien. Pis mon ti frère. On était serrés dans maison. Moi j'aidais comme ça. (Jennifer, entrevue individuelle)

Une participante immigrante et enceinte explique quant à elle qu'elle n'a pas pu bénéficier de ce programme alors qu'elle y était admissible et ce, à cause des délais encourus – dans le processus d'immigration - pour bénéficier du régime public d'assurance maladie.

Les exigences liées aux enfants complexifient l'accès aux aliments

Pour les mères rencontrées, nourrir leur(s) enfant(s) est une obligation de première importance. Ne pas y répondre provoque chez elles «stress» et «panique» : « C'est une pression, pis c'est mon travail, c'est mon rôle, j'peux pas leur faire manquer, c't'un besoin essentiel là. Y'a pas de niaisage avec ça. » (Claudia, entrevue individuelle). Or, le fait d'avoir des enfants semble amener des exigences alimentaires qui n'existeraient pas autrement et qui complexifient l'accès aux aliments. D'abord, la présence des enfants accroît les quantités d'aliments nécessaires, surtout pour les familles nombreuses ainsi que pour celles comportant des adolescents : « Alors ça mange. Ils font du sport, ils font du soccer, il faut les nourrir, il faut manger. » (Clémence, entrevue individuelle).

Outre les quantités, la nature des aliments à se procurer est également une contrainte pour les femmes rencontrées. Ces dernières souhaitent répondre aux goûts alimentaires de leurs enfants en plus de leur offrir une alimentation équilibrée. Plusieurs participantes ont relaté que leurs enfants se montraient critiques envers la qualité des aliments ramenés des comptoirs alimentaires : « [Nom d'une ressource], j't'allée là quelques fois là... mais c'parce que ça sert à rien. Les enfants disent: « Maman, c'toute passé date». » (Carole, entrevue individuelle).

Ainsi, plus d'une a mentionné cacher à leur progéniture l'origine des aliments venant de distributions alimentaires. Une participante explique ce comportement du fait qu'elle veut cacher la situation de pauvreté vécue à son enfant. Également, la presque totalité des participantes a signalé qu'elles faisaient fi de leurs propres besoins alimentaires afin de répondre à ceux de leurs enfants :

Un repas par jour seulement que je prenais pour moi pour qu'elle puisse avoir ses 3 repas, ses 2 collations. C'est arrivé souvent. (Jennifer, entrevue collective)

Pis même du temps que moi je manquais de bouffe, eux-autres n'en manquaient pas. (Marie-Pier, entrevue collective)

De la même façon, certaines participantes racontent comment elles évacuent leurs propres plaisirs alimentaires, au profit de ceux des enfants :

Sérieux là, je peux pas avoir mon plaisir par jour... Avant là, j'avais mon petit sac de chips par semaine, une journée par semaine. C'était ça mon plaisir. Mais là oublie ça là. Y'a sacré son camp le chip. Y'en a pu. Mais je coupe aussi pour mon enfant. Moi, tant qu'elle est heureuse... J'aime mieux que elle ait son beurre de peanuts, que moi j'aie mon Cheese-Whiz le matin. (Jennifer, entrevue individuelle)

En même temps – et tel qu'illustré dans la citation précédente – répondre aux besoins des enfants semble être une source de gratification pour les mères, une motivation à accomplir l'approvisionnement alimentaire :

Mais bon. Maman monoparentale aussi on s'en sort là. On se débrouille. Faut se débrouiller... On n'a pas le choix. Et on le fait avec plaisir. Enfin, moi je le fais avec plaisir. Et si c'était à refaire, faire le trajet, aller chercher la nourriture pour ma fille, les légumes, les fruits, j'irais. (Françoise entrevue individuelle)

CHAPITRE 6 : DISCUSSION

Ce chapitre vise globalement à poser un regard critique sur la démarche de recherche expérimentée ainsi que sur ses résultats. Il tend aussi à dégager la signification de ces résultats, en les mettant en dialogue avec les écrits scientifiques actuels. Par cette section, on souhaite finalement positionner ces résultats dans le champ de la santé publique et on propose, de ce fait, des pistes de recherche et d'intervention qui pourraient être poursuivies. La section est divisée en trois parties : la première vise à faire valoir la contribution dans l'avancement des connaissances de l'étude, la deuxième pose un regard critique sur la démarche méthodologique expérimentée et la troisième propose des pistes de recherche et d'intervention cohérentes avec les résultats.

6.1. Contribution de la présente étude

Cette section étaye l'apport en connaissances de la présente recherche d'après ses deux objectifs, et en regard de l'état actuel des connaissances sur les thèmes abordés.

6.1.1. Décrire les pratiques d'approvisionnement alimentaire des femmes à la tête de familles monoparentales à faible revenu du quartier Lairet

Les résultats liés à notre premier objectif rendent un portrait détaillé des sources d'approvisionnement alimentaire (SAA) fréquentées de façon régulière par les femmes sondées. Ceci constitue en soi un apport important de l'étude. À notre connaissance, aucune recherche n'avait à ce jour permis d'appréhender avec autant d'acuité les pratiques d'approvisionnement alimentaire de mères de famille monoparentale, tant au Québec qu'ailleurs. Rappelons à cet effet qu'en dépit du grand nombre de recherches qui s'attardent à évaluer les environnements alimentaires à partir de systèmes d'information géographique (SIG), on ne s'intéresse que rarement à la fréquentation réelle des SAA par les personnes (Caspi, Sorensen, Subramanian, & Kawachi, 2012).

Cette étude approfondie des pratiques d'approvisionnement des mères rencontrées a permis de mettre en relief le caractère central du recours aux services de dépannage alimentaire, lequel constitue pour elles une source d'approvisionnement régulière. À cet effet, nos résultats quant à la fréquentation des comptoirs alimentaires pourraient sembler s'opposer à ceux de Kirkpatrick et Tarasuk (2009) qui ont mené une large étude auprès de familles à faible revenu de Toronto. Ces auteurs concluent que le recours au dépannage alimentaire relève plus d'une stratégie utilisée en désespoir de cause que d'un moyen routinier d'obtenir de la nourriture. Toutefois, ces auteurs indiquent que la fréquentation des comptoirs alimentaires au sein de leur échantillon s'accroît avec l'insécurité alimentaire des ménages, et que les familles monoparentales dirigées par une femme sont celles qui, parmi leur échantillon, vivent la plus forte insécurité alimentaire.

Dans la même veine, nos résultats suivent davantage la direction de ceux d'Hamelin et al. (2002) qui ont mené une étude auprès de familles à faible revenu – monoparentales pour la moitié d'entre elles – de la région de Québec. En 2002, ces auteurs trouvaient que : « Currently, recourse to food banks or other types of food aid seems to have become an accepted part of life for a large number of food insecure households in our sample in spite of their initially strong reluctance to use them; moreover that recourse is generally regular. » (p.130). Il faut toutefois apporter la nuance suivante; bien que les femmes que nous avons rencontrées recourent de façon routinière aux comptoirs alimentaires, elles ne le font pas « de gaieté de coeur » et l'on ne peut affirmer qu'elles acceptent cette situation.

La littérature actuelle ne nous renseigne pas davantage sur les taux réels d'utilisation des comptoirs alimentaires par les mères de famille monoparentale du Canada ou d'ailleurs. Également, il faut souligner que le recours si répandu à ces services au sein de notre échantillon peut être attribuable au fait que les participantes à l'étude ont toutes été recrutées à partir d'organisations offrant de l'aide alimentaire - cela constituant probablement une faiblesse de la présente étude. Effectivement, les femmes que nous avons rencontrées ont été recrutées par le biais d'organisations offrant des services d'aide alimentaire, pouvant avoir pour effet d'en surreprésenter les utilisatrices au sein de notre recherche. En ce sens, il demeurerait pertinent, d'avoir une idée plus juste de la proportion réelle de familles monoparentales à faible revenu dirigées par une femme ayant recours aux services de dépannage alimentaire. Il serait également pertinent de documenter l'approvisionnement et l'accès alimentaire de ces femmes qui se tiennent loin de ce type de services.

Il est intéressant de constater que des participantes prennent part à des initiatives d'aide alimentaire alternatives (épicerie communautaire, cuisine collective, jardin collectif, traiteur communautaire), quoique dans une proportion bien moindre que les services de dépannage alimentaire. Pourtant, nos résultats nous apprennent que de telles alternatives (cuisines collectives, jardin collectif) sont bel et bien existantes sur le territoire de L'Ange-de-la-Barre, parfois à même les ressources déjà fréquentées par les femmes pour le dépannage alimentaire. Ces données vont dans le même sens de ceux de Kirkpatrick & Tarasuk (2009) qui observent chez des familles à faible revenu de Toronto de très bas taux d'utilisation des cuisines collectives et des jardins communautaires, malgré leur disponibilité dans le quartier. Certains des motifs de non-recours à ces alternatives chez notre échantillon (contraintes de temps et d'horaires et exigence physique) sont également apparus comme des facteurs de non-recours dans d'autres études (Dupéré & al., 2014; Loopstra & Tarasuk, 2013) menées auprès de personnes à faible revenu. Il est également intéressant de constater que le manque d'intérêt à cuisiner avec des personnes non familières, mentionné comme un facteur de non-recours aux cuisines collectives dans notre étude, est également perçu par Loopstra et Tarasuk (2013, p. e58) : « Others spoke about program characteristics that made them unappealing and about how programs were misaligned

with their interests. They spoke of disliking sharing communal space to garden or cook, having to work alongside strangers or people they did not get along with... ».

Également, les résultats entourant les SAA fréquentées par les femmes mettent en cause les méthodologies de recherche basées sur le concept de « marais alimentaire ». Rappelons que ce type de recherche s'inscrit dans un cadre de lutte à l'obésité. Il se fonde sur le postulat qu'une forte présence, dans un quartier, de détaillants d'aliments jugés « malsains » par les chercheurs – notamment les dépanneurs et les commerces de restauration rapide – influencerait négativement l'alimentation de ses résidents (Santé Canada, 2013). Deux aspects des données que nous avons recueillies remettent en question ce postulat. D'une part, bien que les participantes perçoivent la présence de commerces de restauration rapide au sein de leur environnement alimentaire local, la plupart d'entre elles (7/8) n'y recourent pas dans le cadre de leur approvisionnement alimentaire régulier. D'autre part, les femmes qui s'approvisionnent au sein de dépanneurs ou de petites épiceries disent s'y procurer des articles alimentaires comme le pain, les œufs, la viande hachée et le lait. Ces articles ne constituent pas les « aliments non nutritifs, comme les boissons sucrées ou les grignotines à teneur élevée en lipides » (Santé Canada, 2013, p. 17) qui sont généralement classés de « malsains ». Autrement dit, il faudrait être prudent quant aux hypothèses sous-jacentes à ces études. Effectivement, il ne semble pas y avoir de lien automatique entre la disponibilité dans l'environnement local de SAA offrant des aliments jugés « malsains », et l'achat et la consommation de ces aliments par les femmes que nous avons rencontrées.

Si l'on pouvait s'attendre à ce que les femmes sondées recourent à des services de dépannage alimentaire ainsi qu'à des détaillants commerciaux en vue de s'approvisionner, il fut surprenant de découvrir que certaines participantes immigrantes usaient de stratégies collectives indépendantes de toute organisation. On pense ici par exemple à l'achat en groupe de viande ou à l'utilisation commune de taxis. Ces résultats font écho à ceux du projet de recherche-action participative VAATAVEC; les participants de cette étude ont aussi déclaré user de stratégies d'accès alimentaire hors de l'économie de marché et des services¹⁴ (Dupéré et al., 2014). Ces façons non conventionnelles de s'approvisionner en aliments n'auraient pu être capturées au sein de recherches se basant sur des présupposés rigides et ne laissant pas place à l'expérience des personnes.

Les résultats liés à notre premier objectif de recherche nous renseignent aussi sur les modes de transport utilisés par les femmes en vue de s'approvisionner en aliments. On relève à cet effet l'utilisation répandue de la voiture personnelle et l'utilisation marginale du transport en commun au sein de l'échantillon. Cette dernière donnée est digne d'intérêt, considérant que la Direction régionale de santé publique de la Capitale-Nationale considère la desserte du réseau de transport en commun comme un facteur susceptible de faciliter l'accès

¹⁴ Par exemple: faire du troc, commettre des vols mineurs, utiliser et revendre des produits alimentaires périmés venant de conteneurs, etc. (Dupéré & al., 2014)

alimentaire (Guay, 2012). Les motifs de non recours au transport en commun dans le contexte de l'approvisionnement alimentaire des ménages qui ne possèdent pas de voiture ont déjà été abordés dans certaines recherches menées à Limoilou. Les auteurs de ces recherches ciblent comme motifs de non-recours au transport en commun les coûts trop élevés des laissez-passer (PSFL, 2011; Dupéré et al., 2014), la difficulté à transporter enfants, poussettes et sacs en autobus (PSFL, 2011), ainsi que les contraintes des horaires et des multiples correspondances (Dupéré et al., 2014). Devant l'ensemble de ces résultats, il convient de se questionner sur la pertinence de considérer la desserte de transport en commun comme un facteur ayant un impact positif sur l'accès alimentaire chez les mères de famille monoparentale.

Les résultats entourant l'approvisionnement alimentaire des participantes mettent également en relief le caractère très complexe de cette tâche, qui inclut la planification et l'achat de nourriture à rabais. Cela corrobore les propos d'autres auteurs qui relèvent que dans le but d'atteindre la sécurité alimentaire, les parents de familles à faible revenu font preuve de stratégies incluant la recherche et l'évaluation des « spéciaux » offerts chez les commerçants (Dachner, Ricciuto, Kirkpatrick, & Tarasuk, 2010; Law & al., 2011; PSFL, 2011). À l'instar de Law et al. (2011), ainsi que d'Hashimoto (2012), on découvre également que les mères de famille monoparentale sondées développent une connaissance remarquable des SAA de leur environnement alimentaire local afin de parvenir à faire des achats plus économiques. En ce sens, il faut souligner l'aspect central qu'occupe le coût des aliments dans la routine d'approvisionnement alimentaire des femmes. À cet effet, nos résultats appuient ceux de Dachner et al. (2010) qui indiquent que le prix était le facteur ayant le plus d'influence sur les choix d'approvisionnement alimentaire de familles à faible revenu de Toronto.

L'étude de l'approvisionnement alimentaire des mères participantes dévoile finalement le fort sentiment de responsabilité qui incombe aux femmes quant à l'alimentation de leurs enfants. À l'instar de nombreux auteurs, on peut expliquer cette pression par les attentes sociales entourant le rôle de mère, et la fonction rattachée à ce rôle de nourrir la famille (Law et al., 2011; Martin & Lippert, 2012; McIntyre, Glanville et al., 2003; McIntyre, Officer, et al., 2003). Dans la même veine, notre étude met en lumière l'état de stress - voire de panique - qui est vécu par les mères qui sont dans l'incapacité de répondre à ce rôle. Hamelin et al. (2002) relèvent ces mêmes perturbations émotionnelles chez les parents de ménages de la région de Québec en état d'insécurité alimentaire. Cette information, dans une perspective de santé publique, semble digne d'être traitée avec sérieux. Effectivement, il est maintenant bien documenté que les mères monoparentales à faible revenu sont exposées à de nombreuses sources de stress, qui, en plus de l'insécurité alimentaire, peuvent comprendre le travail, l'éducation et le soin des enfants, la discrimination et la stigmatisation ainsi que l'exposition à la violence (Broussard, Joseph, & Thompson, 2012). Qui plus est, l'exposition prolongée à ces

sources de stress, et au stress en soi, seraient fortement susceptibles de porter atteinte à la santé des mères¹⁵ (Broussard, 2010). En ce sens, nos résultats supportent les postulats de Mikkonen & Raphael (2011) selon lesquels l'insécurité alimentaire au Canada doit être considérée comme un déterminant de la santé notamment en raison du stress qu'elle induit chez les personnes qui en souffrent.

Au final, notre étude permet de mieux comprendre les pratiques d'approvisionnement alimentaire des femmes à la tête de familles monoparentales à faible revenu du quartier Lairet est atteint. Il faut considérer, toutefois, que nos résultats ne représentent pas la réalité des femmes n'ayant pas recours à des services d'aide alimentaire. Également, ils témoignent de la réalité vécue dans un quartier urbain et partiellement enclavé, laquelle diffère certes d'autres types de territoires. Globalement, les résultats entourant ce premier objectif permettent de remettre en question certains présupposés de la recherche sur les environnements alimentaires et affirment la pertinence de saisir, par des méthodes qualitatives, les pratiques d'approvisionnement alimentaires réelles des individus.

6.1.2. Mieux comprendre les facteurs qui entravent ou facilitent l'accès aux aliments pour les mères de famille monoparentale à faible revenu du quartier Lairet

Le second objectif de ce projet était de cerner les facteurs qui entravent ou qui facilitent l'accès aux aliments pour les mères de famille monoparentale à faible revenu du quartier Lairet. On peut penser que cet objectif est aussi atteint. De façon plus précise, les sections suivantes étayaient comment nos résultats : permettent une meilleure compréhension de la nature des obstacles économiques vécus par les femmes sondées, mettent en lumière le rôle controversé des comptoirs alimentaires, supposent l'influence relative des facteurs spatiaux, montrent la pertinence d'explorer l'influence des ressources temporelles des ménages, soulèvent des considérations spéciales pour l'accès alimentaire des femmes immigrantes, éclairent le lien entre le capital social et l'accès aux aliments, soulignent le rôle de la violence conjugale et réaffirment le caractère multidimensionnel et la prédominance des facteurs structurels de l'accès alimentaire.

Une meilleure compréhension de la nature des obstacles économiques

Suivant l'état des connaissances sur le sujet, on pouvait s'attendre à ce que la dimension économique joue pour beaucoup dans l'accès alimentaire des mères rencontrées. Les analyses quantitatives établissent un lien clair entre l'insécurité alimentaire et la précarité économique (Tarasuk et al., 2013). Or, non seulement nos résultats réaffirment l'importance des facteurs économiques de l'accès aux aliments; ils permettent aussi d'affiner notre compréhension de la nature des obstacles économiques qui sont rencontrés par ces femmes et comment ces derniers influencent. Certains de ces obstacles avaient déjà été relevés par d'autres recherches

¹⁵ À cet effet, les femmes à la tête de familles monoparentales à faible revenu seraient plus susceptibles de souffrir de problèmes de santé mentale comme l'anxiété et la dépression, et de problèmes de santé physique comme le diabète, l'hypertension, l'obésité, l'urticaire et le psoriasis (Broussard, 2010).

menées auprès de familles à faible revenu. Ces études, tout comme la nôtre, mettent en lumière le fardeau des dépenses non-alimentaires comme le logement (Gorton et al., 2010; Kirkpatrick & Tarasuk, 2007, 2011; PSFL, 2011) et le transport (Gorton, et al., 2010; Travers, 1996). Cela dit, certains des obstacles mis de l'avant par les participantes à notre étude sont spécifiques à la condition de mère monoparentale, notamment les dépenses liées aux enfants ainsi que les difficultés à trouver un emploi conciliable avec les responsabilités parentales, ce dernier élément ayant par ailleurs déjà été documenté déjà par Mason (2003). Un autre facteur économique entravant l'accès alimentaire des familles monoparentales dirigées par une femme et ayant été documenté par notre recherche consiste en la difficulté à obtenir une pension alimentaire de la part du père. Cette information est préoccupante, considérant les efforts déployés par le gouvernement québécois pour contrer le non-paiement des pensions alimentaires. En effet, depuis 1995, la *Loi facilitant le paiement des pensions alimentaires* permet à Revenu Québec d'intervenir comme intermédiaire entre la personne qui paie la pension alimentaire et la personne qui la reçoit, selon un mécanisme cadré de perception des paiements (Éducaloi, 2015). Or, Revenu Québec (2015) avance qu'il ne peut avancer de sommes d'argent à titre de pension alimentaire lorsque le débiteur – le père, dans le cas échéant - est insolvable, introuvable ou qu'il reçoit des prestations d'aide sociale. Dans ces situations, si ce dernier est en défaut de paiement, la mère cesse de recevoir la pension alimentaire, à moins que Revenu Québec parvienne à récupérer les sommes dues (Revenu Québec, 2015). Plusieurs des participantes rencontrées semblent se retrouver dans cette fâcheuse situation, d'autant plus difficile à supporter lorsqu'il appert qu'une fraude (omission de déclarer l'entièreté de ses revenus) protège le débiteur. L'impact économique et alimentaire du non-paiement des pensions alimentaires chez les ménages monoparentaux à faible revenu est un sujet qu'il serait certes pertinent d'explorer davantage.

Également, notre étude étaye largement comment le prix des aliments, en plus de moduler l'approvisionnement, influence l'accès alimentaire des femmes sondées. Ces dernières éprouvent des difficultés à se procurer certains types d'aliments qu'elles considèrent comme importants dans le cadre d'une alimentation saine et équilibrée (viandes, poissons, légumes, fruits) à cause de leur prix jugé élevé.

Afin de faire diminuer le coût des aliments et ainsi en favoriser l'accès, on pourrait être tenté de miser sur la vente à rabais ou sur le don d'aliments. Or, nos résultats nous obligent à émettre certaines réserves à cet effet. Le discours des femmes montre bien que de bénéficier des rabais venant des commerçants demande beaucoup de planification et complexifie grandement l'approvisionnement alimentaire. Recueillir des aliments gratuits par le biais de comptoirs alimentaires comporte aussi son lot de désagrément et ce point sera discuté subséquemment.

Par ailleurs, peu de facteurs facilitant financièrement l'accès aux aliments ont été avancés par les femmes rencontrées dans le cadre de la présente étude. Certaines ont nommé tenter de réduire certaines dépenses non-alimentaires en faisant du troc ou en achetant des items usagés. Un point qui mérite l'attention est celui de l'endettement qui fut soulevé par une participante comme une stratégie pour avoir accès à une nourriture suffisante pour sa famille. Retarder le paiement de factures afin d'accroître les ressources financières attribuées à l'alimentation a aussi été nommé dans d'autres études menées auprès de familles à faible revenu (Dupéré et al., 2014; Hamelin, et al., 2002; Kirkpatrick & Tarasuk, 2010; PSFL, 2011). Cette stratégie, bien qu'elle soit apparue de façon marginale au sein de notre échantillon, apparaît comme préoccupante. Effectivement, l'endettement qui peut sembler efficace à court terme pour faciliter l'accès aux aliments, est reconnu pour accroître, à long terme, le fardeau financier des ménages à faible revenu (Gorton et al., 2010). Une participante à cette étude a également expliqué que sa situation d'endettement restreignait ses possibilités de logement. Au final, on peut penser que l'endettement puisse, à longue échéance, défavoriser l'accès aux aliments des familles concernées.

Le rôle controversé des comptoirs alimentaires dans l'accès aux aliments

Comme il a été expliqué précédemment, le recours aux services de dépannage alimentaire est apparu comme une expérience saillante de l'approvisionnement alimentaire des femmes qui ont été rencontrées. Un matériel très riche s'est dégagé des discussions entourant ce thème et comme Hashimoto (2012), on constate que le recours aux comptoirs alimentaires suscite de vives émotions chez les mères de famille monoparentale.

Globalement, les femmes rencontrées observent que les services de dépannage alimentaire n'arrivent pas à répondre à l'ensemble des besoins alimentaires de leur ménage, tant en matière de quantité que de variété. Cette information, par ailleurs, corrobore les résultats d'une récente étude menée auprès de comptoirs alimentaires de 5 villes canadiennes, dont la ville de Québec (Tarasuk et al., 2014). Selon cette étude, les gestionnaires de 67,8% des 90 organisations sondées à Québec affirment que les clients de leur comptoir auraient besoin de plus de nourriture que ce que leur organisation est en mesure de leur offrir.

Il arrive que la mauvaise qualité des aliments distribués, ainsi que l'accueil et l'organisation des services jouent sur le sentiment de dignité des mères rencontrées. Les contacts avec d'autres bénéficiaires génèrent parfois de la peur et les quantités insuffisantes de nourriture distribuée produisent une dynamique de compétition et un climat de tension entre les usagers. Les femmes relèvent que les temps d'attente au moment des distributions sont longs et qu'elles doivent parfois patienter sous le froid, expérience jugée pénible. Notons que les lacunes dans l'organisation des services ainsi que l'insuffisance de l'offre alimentaire des comptoirs ont également été relevées comme des facteurs de non-recours aux ressources d'aide, au sein d'une étude récente menée dans la ville de Québec (Dupéré et al., 2014) .

Devant les inconvénients que rencontrent les utilisatrices de comptoirs alimentaires, on peut certes se demander pourquoi la plupart persistent à y recourir comme l'une des sources principales d'approvisionnement. Suivant nos résultats, il semble que ce soit leurs ressources financières trop limitées qui les y obligent. Elles expriment qu'elles n'ont pas le choix et que les services de dépannage alimentaire leur permettent d'accéder à certains aliments autrement inaccessibles et de dégager une marge de manœuvre financière. Il importe aussi de rappeler que ces femmes ressentent fortement la responsabilité de pourvoir à l'alimentation de leurs enfants. Suivant ce constat, on peut penser qu'elles font preuve d'abnégation en assumant les contraintes liées à l'utilisation des comptoirs alimentaires, contraintes qu'elles jugent cependant comme très éprouvantes.

On peut penser que le recours aux services de dépannage alimentaire facilite dans une certaine mesure et momentanément l'accès aux aliments des mères rencontrées. Cependant, à l'instar de certains auteurs canadiens (Dupéré et al., 2014; Kirkpatrick & Tarasuk, 2009), on peut se questionner sur la pertinence de ce type de ressources pour favoriser, de façon plus globale, la sécurité alimentaire. Rappelons que d'après le Cadre de référence en matière de sécurité alimentaire du Ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec, il y a sécurité alimentaire lorsque les aliments « sont satisfaisants sur le plan nutritionnel et acceptables sur le plan personnel et culturel » et qu'ils « sont obtenus d'une manière qui respecte la dignité humaine » (MSSS, 2008, p. 14). L'expérience des participantes à ce projet montre que certains éléments rencontrés dans les services d'aide alimentaire sont parfois incompatibles avec ces aspects de la définition de la sécurité alimentaire.

L'influence relative des facteurs liés à l'espace

Des efforts ont été faits, au sein de la présente démarche de recherche, pour cerner l'influence potentielle de facteurs spatiaux (distances à parcourir, capacité de se déplacer, présence de SAA dans l'environnement alimentaire local, etc.) sur l'accès aux aliments.

Il en ressort que l'accès alimentaire de toutes les femmes sondées est modulé par des facteurs spatiaux, notamment la distance à parcourir entre le domicile et les SAA convoitées. Cependant, l'impact de la distance est d'autant plus important pour les participantes qui ne possèdent pas de voiture. Il apparaît avec clarté que les possibilités d'approvisionnement alimentaire de ces femmes sont beaucoup plus limitées (SAA moins nombreuses, moins diversifiées, moins étendues géographiquement) que celles des participantes avec voiture. Rappelons que les femmes à la tête de ménages non-motorisés s'approvisionnent essentiellement au sein de SAA qui figurent à l'intérieur des limites de leur quartier.

Ce constat fait écho au modèle proposé par Lytle (2009), lequel se veut une illustration de l'influence des facteurs individuels, environnementaux et sociaux sur les comportements alimentaires des personnes. Selon

l'hypothèse de l'auteure, plus une personne est confrontée à des restrictions, par exemple sur le plan du transport, plus son comportement alimentaire peut s'expliquer par son environnement alimentaire immédiat. Évidemment, notre étude ne permet pas d'appréhender l'ensemble des comportements alimentaires des participantes, en ce sens où l'on ne sait pas ce qu'elles mangent. Or, nous pouvons affirmer que l'approvisionnement alimentaire des femmes sans voiture que nous avons rencontrées se limite effectivement davantage aux SAA disponibles dans leur environnement immédiat que celles qui ont une voiture. Il faut rappeler, toutefois, que cela ne signifie pas pour autant que les choix alimentaires des femmes sans voiture de notre échantillon sont entièrement conditionnés par la présence des SAA à proximité. Rappelons à titre d'exemple que le recours aux commerces de restauration rapide est une pratique marginale au sein de notre échantillon, malgré la présence de tels commerces sur le territoire étudié.

Le temps et l'accès aux aliments : une question à explorer

Notre analyse de la dimension spatiotemporelle de l'accès aux aliments nous indique également qu'à cause des enjeux de conciliation entre les occupations quotidiennes (travail, démarches liées à l'immigration, stages) et la famille, le manque de temps pouvant être octroyé à l'approvisionnement alimentaire constitue un obstacle pour plusieurs des mères monoparentales rencontrées. Ce constat rejoint ceux d'autres auteurs (Law et al., 2011; PSFL, 2011).

D'après les auteurs du cadre conceptuel qui a été ici utilisé (Freedman et al., 2013), le temps est effectivement une composante qui influence l'accès alimentaire, notamment par le temps de transport requis pour accéder aux SAA. Dans le cadre de nos résultats, le temps de transport requis pour se rendre à diverses SAA ne ressort pas avec beaucoup de force comme un obstacle en soi à l'accès alimentaire. Cela peut-être lié au fait qu'une large part de notre échantillon (5/8) se déplaçait en voiture. Cela peut aussi être attribuable au caractère urbain du territoire qui a été étudié – par opposition au milieu rural où les distances à parcourir pour atteindre les SAA sont normalement plus grandes (Dupéré, et al., 2014). Freedman, et al. (2013) considèrent également que les temps d'attente chez les détaillants commerciaux fréquentés influencent l'accès alimentaire. Or, pour les femmes que nous avons rencontrées, cette composante – comme l'ensemble de la prestation des services venant des détaillants commerciaux – apparaît comme très peu significative. À l'instar d'Hashimoto (2012), ce sont plutôt les temps d'attente dans les services d'aide alimentaire qui sont nommés comme un obstacle. Rappelons que pour de nombreuses raisons, ces temps d'attente s'avèrent moralement pénibles pour les mères que nous avons rencontrées. Rappelons aussi que celles qui travaillent ne peuvent généralement continuer à accéder aux comptoirs alimentaires à cause des temps d'attente requis.

À cet effet, les écrits de Harvey & Mukhopadhyay (2007) apportent un éclairage intéressant à notre constat voulant que le manque de temps pose obstacle à l'accès aux aliments des mères ayant une occupation. Selon ces auteurs, les parents monoparentaux canadiens qui prennent part au marché du travail sont défavorisés

par rapport aux autres adultes canadiens du fait qu'ils manquent de ressources en temps. Pour Harvey et Mukhopadhyay (2007), la « pauvreté en temps » devrait être un indicateur de défavorisation au même titre que la pauvreté économique, à cause des conséquences qu'elle induit. Nos résultats montrent que cette idée apparaît comme valable dans une perspective d'accès aux aliments.

Des considérations particulières pour les femmes immigrantes

La présence de trois mères immigrantes au sein de ce projet a permis de mettre en lumière leur expérience et les obstacles spécifiques qu'elles rencontrent sur le plan de l'accès alimentaire. Ces dernières ont souligné éprouver des difficultés à trouver un emploi à la hauteur de leurs qualifications, enjeu qui est déjà bien documenté (Dlamini, Anucha, & Wolfe, 2012; Lessa & Rocha, 2012). Un apport de la présente recherche est certes de montrer comment ces difficultés à intégrer dument le marché du travail nuisent à l'accès alimentaire dans sa dimension économique.

On relève également des difficultés à accéder à des aliments propres à la culture d'origine, une entrave qui a également été amenée par Lessa et Rocha (2012) dans une étude menée auprès d'immigrantes nouvellement arrivées à Toronto. Notre recherche cible aussi, comme obstacles à l'accès alimentaire, les coûts en temps et en argent liés au processus d'installation, ainsi que les délais d'accès à des programmes publics comme OLO pour une femme qui ne jouit pas, à son arrivée, de la couverture de la Régie de l'assurance maladie du Québec. Ce dernier point, qui n'a été relevé que par une seule participante, mériterait toutefois attention considérant les impacts potentiels de l'insécurité alimentaire sur la santé de la femme enceinte et de son enfant (Ivers & Cullen, 2011).

Notre recherche met également en lumière le rôle favorable du réseau social dans l'accès aux aliments des mères immigrantes, lesquelles semblent y recourir davantage que les femmes non immigrantes dans le cadre de leur approvisionnement. En ce sens, miser sur le développement d'espaces favorisant la création des réseaux sociaux pourrait être une piste d'intervention à envisager dans le but de favoriser l'accès aux aliments des femmes immigrantes.

Nos résultats entourant l'accès alimentaire des femmes immigrantes semblent d'intérêt pour la santé publique. Il faut savoir que le taux d'insécurité alimentaire au Canada est plus élevé chez les personnes ayant immigré il y a moins de 5 ans (19,6 %) que chez les personnes nées au Canada (12,4%) (Tarasuk et al., 2013). Aussi, il est connu que la santé des immigrants qui arrivent au Canada tend à se détériorer avec les années, et le changement des habitudes alimentaires serait en cause (Sanou et al., 2014). Les auteurs d'une récente revue des écrits identifient de nombreux thèmes qui gagneraient à être étudiés en vue de mieux comprendre cette association, dont les mécanismes jouant sur la sécurité alimentaire des personnes immigrantes (idem).

Somme toute, il apparaît que les particularités de l'accès alimentaire des femmes immigrantes constituent un thème riche qui mériterait assurément d'être exploré davantage.

Le non-recours au réseau social dans l'accès alimentaire : signe de tendances sociales ?

Il fut intéressant de constater que pour les participantes d'origine québécoise, le réseau social et familial jouait un rôle effacé dans l'accès alimentaire. Ces femmes ont relaté ne pas souhaiter trouver chez leurs proches quelque soutien dans le cadre de leur approvisionnement alimentaire. À l'instar de Dupéré et al. (2014) qui ont mené une recherche sur l'autonomie alimentaire à Québec, on peut croire que l'individualisme, le recul de la solidarité, ainsi que l'éclatement des familles et des communautés reconfigurent les stratégies traditionnelles d'entraide et de solidarité, ayant une incidence sur le recours au réseau social et familial pour accéder à des aliments. Une perspective sociologique de l'accès alimentaire permettrait certes une meilleure compréhension de ce lien qui semble se dessiner.

Le rôle équivoque du conjoint sur l'accès alimentaire

Considérant que les taux d'insécurité alimentaire au Canada sont plus élevés chez les ménages monoparentaux que chez les ménages dirigés par un couple (Santé Canada, 2014; Tarasuk et al., 2013), on pouvait s'attendre à ce que la perte ou l'absence d'un conjoint soit perçue par les participantes comme un facteur ayant une incidence négative sur l'accès alimentaire. Or, il fut extrêmement intéressant de constater que pour certaines des femmes rencontrées, le départ d'un conjoint a eu une incidence neutre, voire positive, sur leur accès alimentaire.

Suivant nos résultats, deux pistes semblent expliquer ce phénomène. D'une part, on assume bien souvent que le conjoint apporte une contribution « logistique » (faire des courses, s'occuper des enfants, transporter des denrées) et économique à la mère dans l'approvisionnement alimentaire du ménage. Cependant, l'expérience rapportée par les femmes rencontrées nous montre que cela n'est pas toujours le cas. En ce sens, l'absence d'un conjoint semble pour la plupart n'avoir que très peu d'effet sur l'accès alimentaire.

D'autre part, certaines participantes ont relaté avoir un meilleur accès aux aliments depuis leur rupture. Ces femmes vivaient avec des hommes qui exerçaient sur elles de la violence, notamment sur le plan économique¹⁶. Sur ce point, nos résultats donnent du crédit à l'hypothèse de Power (2006) qui suggère que la violence économique conjugale défavorise la sécurité alimentaire de celles qui en sont victimes. Le témoignage de deux de nos participantes met en lumière les mécanismes inhérents à la violence économique

¹⁶ Les groupes de femmes définissent ainsi la violence économique : « La violence économique vise à contrôler l'autre en limitant son pouvoir financier. Elle se manifeste par un contrôle des ressources financières de l'autre, par des décisions unilatérales concernant l'argent du couple, par des menaces de représailles au plan financier ou peut aller jusqu'au vol. » (http://www.violenceinfo.com/sct_femmes.html)

pouvant influencer l'accès aux aliments, comme le contrôle par le conjoint du budget attribué à l'alimentation, ainsi que le contrôle du choix des articles alimentaires consommés par le ménage.

Les auteurs d'une recherche menée auprès de familles à faible revenu (PSFL, 2011) relevaient que certaines femmes étaient prêtes à demeurer avec un conjoint violent afin de favoriser leur accès aux aliments. Dans le cadre de notre étude, les deux femmes ayant relaté avoir subi de la violence de la part d'un conjoint ont toutes deux exprimé avec beaucoup d'assurance que leur situation alimentaire s'était grandement améliorée depuis qu'elles avaient quitté leur conjoint. Finalement, il apparaît évident que des mécanismes lient la violence conjugale et l'accès alimentaire. Comme Power (2006), nous suggérons que de nouvelles études soient menées dans le but d'élucider l'ampleur et la nature des liens qui existent entre ces deux problématiques.

6.2. Retour sur l'utilisation du cadre multidimensionnel de Freedman et al. (2013)

L'utilisation du cadre multidimensionnel de l'accès à une alimentation nutritive de Freedman et al. (2013) mérite aussi un regard critique. La grande force de ce modèle, avec ses 5 dimensions, est certainement qu'il aura permis d'appréhender de façon globale la question de l'accès alimentaire des femmes rencontrées. Il montre bien la complexité des facteurs qui entrent en ligne de compte et permet de s'affranchir de postulats selon lesquels l'accès alimentaire ne serait qu'une question économique ou géographique. Rappelons à cet effet comment un élément qui peut sembler favoriser l'accès aux aliments sur le plan spatiotemporel (par exemple, la voiture) peut à la fois le défavoriser sur le plan économique. Devant la complexité et la nature non-linéaire des dimensions de l'accès alimentaire aux différents niveaux micro, méso et macro, certains auteurs proposent de considérer l'insécurité alimentaire comme « problème pernicieux » (*wicked problem*) (McNeill, 2011; Signal et al., 2013).

Toutefois, ce modèle omet à notre avis quelques aspects qui sont pourtant fondamentaux dans l'expérience d'accès alimentaire des participantes rencontrées. Rappelons d'abord qu'il a été construit dans une perspective de lutte à l'obésité et qu'il se concentre originellement sur les dimensions de l'accès à une alimentation dite nutritive (*Nutritious Food Acces*). Tel qu'explicité sous notre section méthodologique, on a plutôt choisi d'appréhender l'ensemble de l'approvisionnement alimentaire des femmes, sans égard au caractère nutritif des aliments qu'elles se procurent. Cela nous aura permis de poser un regard réaliste et complet sur l'approvisionnement des femmes rencontrées, en plus de saisir mieux les motifs qui sous-tendent les choix qu'elles opèrent dans le cadre de leur approvisionnement alimentaire.

Souvenons-nous également que le cadre de Freedman et al. (2013) ne considère nullement les sources d'approvisionnement alimentaire qui figurent hors du réseau commercialisé, tels que les services d'aide

alimentaire ou les initiatives à caractère participatif (Pouliot, 2008). Or, nos résultats montrent que le recours à de telles sources d'aide fait partie intégrante de l'expérience d'approvisionnement alimentaire des femmes rencontrées. Dans notre contexte, ne pas considérer ces sources aurait été restrictif.

6.3. Commentaires sur la démarche méthodologique, ses forces et ses limites

Au sein de la présente section, sera exposée une analyse critique de la démarche méthodologique qui a été expérimentée dans le cadre du présent projet.

6.3.1. Choix de la population étudiée, échantillonnage et recrutement

A posteriori, il nous apparaît que la population étudiée demeure pertinente en regard de nos questions de recherche. La diversité de l'échantillon quant à certaines caractéristiques sociodémographiques (le statut d'immigrant, l'occupation, le nombre d'enfants) a permis de saisir des particularités de l'accès aux aliments qui n'auraient pu être mises en relief dans le cadre d'un échantillon très homogène, ceci constituant une force de la présente étude.

Toutefois, force est d'admettre que nos résultats auraient probablement été plus riches si l'échantillon avait été différent en un point. En effet, il aurait été intéressant de parvenir à inclure, au sein de l'échantillon, des participantes n'utilisant pas de services d'aide alimentaire. On constate que cela pose un défi particulier sur le plan du recrutement. Comme mentionné précédemment, les affiches que nous avons posées à l'extérieur de services d'aide alimentaire n'ont mené au recrutement d'aucune participante. La forte proportion de femmes utilisatrices de comptoirs alimentaires dans notre échantillon est, à cet effet, une faiblesse de notre étude que nous n'avons pas manqué de souligner dans la section portant sur les résultats.

Aussi, élargir le secteur étudié à l'ensemble du quartier Limoilou (plutôt qu'au seul secteur de Lairet) aurait certes permis de faciliter le recrutement, augmentant le bassin de population répondant aux critères d'inclusion, ainsi que le nombre d'organisations pouvant contribuer à cette étape. En contrepartie, il faut considérer qu'il était d'intérêt sur le plan social de s'attarder à la situation du secteur de Lairet, lequel fait historiquement l'objet de peu d'attention comparativement au reste du quartier de Limoilou, et qui faisait l'objet de questionnements particuliers de la part de la Direction régionale de santé publique de la Capitale-Nationale.

Pour approfondir la question du recrutement, il faut admettre que deux des stratégies qui ont été déployées furent inefficaces. Il en va ainsi pour l'affichage dans des lieux publics; 3 femmes nous ont contactés après avoir vu notre annonce, mais n'ont pu être admises au projet, faute de correspondre aux critères d'inclusion. Le recrutement par « boule de neige » n'a quant à lui donné aucun résultat. Cela fut surprenant, considérant

que ce type de recrutement s'est avéré efficace dans deux recherches récentes menées auprès de familles en situation de pauvreté (Hashimoto, 2012; PSFL, 2011).

6.3.2. Choix entourant la collecte de données

Rappelons ici que la collecte de données s'est déroulée en deux temps. Une entrevue individuelle a été menée avec chacune des 8 participantes au projet, lesquelles entrevues ont été suivies par une entrevue collective menée auprès de 4 de ces 8 participantes.

L'utilisation de la cartographie participative, prise comme méthode de collecte de donnée au moment des entrevues individuelles, fut fructueuse et s'est avérée être une force du présent projet. On a constaté que la carte agissait comme un médium entre l'interviewer et l'interviewée, facilitant la prise de parole de cette dernière; l'attention mise à la construction de la carte par les deux parties permettait à la participante de se dévoiler sans recevoir une attention trop directe, ce qui aurait pu être intimidant.

Puisque cette carte porte naturellement à traiter d'informations à caractère physique (emplacement des SAA, distances à parcourir, moyens de transport empruntés), il importait d'appuyer cette phase de collecte de données par l'utilisation d'une grille d'entrevue semi-dirigée reprenant l'ensemble des 5 dimensions de l'accès alimentaire. On a par ailleurs découvert que certaines informations sur l'approvisionnement alimentaire de participantes (groupes d'achats informels, colis reçus de l'étranger) n'auraient pu être confinées sur des cartes, n'étant néanmoins pas moins dignes d'intérêt. En d'autres mots, la construction d'une carte nous semble être un outil intéressant dans le cadre de l'étude de l'approvisionnement et de l'accès alimentaire, mais doit être complétée par une entrevue de fond pour mener à une compréhension qui dépasse l'unique cartographie.

Entamer la construction de ces cartes par des pages vierges - par opposition à des cartes prédessinées - revêt deux avantages intéressants. Premièrement, cela permet de saisir les frontières de l'environnement alimentaire local de chacune des participantes. Rappelons que l'environnement alimentaire local réfère à un espace subjectif entourant le domicile d'une personne, et à l'intérieur duquel cette dernière retrouve les SAA qu'elle utilise. Après analyse, les limites de cet espace apparaissent comme très variables d'une participante à l'autre. Inviter les femmes à tracer leur carte à partir d'un canevas unique n'aurait certes pas permis de saisir ces écarts. Deuxièmement, l'absence de légende prédéfinie a laissé libre cours aux participantes dans la catégorisation des SAA utilisées. Il fut ainsi intéressant de constater que certains commerces étaient classifiés de « petites épiceries » par certaines, et de « dépanneurs » par d'autres, nous amenant à fusionner ces deux classes de SAA. Également, il fut intéressant de constater qu'un commerce classé de « supermarché » par la Direction régionale de santé publique de la Capitale-Nationale (Guay, 2012) fut plutôt classée d'épicerie de

taille conventionnelle par les participantes. Alors que la Direction régionale de santé publique conférait à ce commerce des prix abordables sur les aliments sains, les participantes lui attribuaient plutôt des prix élevés. Cet écart confirme que « Les perceptions qu'ont les gens de leur environnement alimentaire ne correspondent pas toujours aux mesures objectives des caractéristiques de cet environnement, notamment en ce qui a trait à l'accessibilité géographique aux aliments ou au coût des aliments dans leur quartier. » (Santé Canada, 2013). Cela réaffirme la force de la recherche qualitative en vue de se pencher sur la perception qu'ont les personnes de leur environnement alimentaire local lorsque vient le temps d'appréhender l'accès aux aliments.

Afin d'obtenir un portrait plus exhaustif de l'approvisionnement alimentaire des participantes, il aurait pu être pertinent d'inviter ces dernières à tenir un journal détaillant les sources d'approvisionnement alimentaires fréquentées dans les journées ou les semaines précédant l'entrevue. Or, cette démarche aurait probablement été trop laborieuse pour les cheffes de famille monoparentales que nous avons rencontrées et en aurait certainement découragé plusieurs à participer à l'étude. D'autres méthodes de collecte de données auraient pu enrichir le projet, telles que l'observation participante de l'approvisionnement alimentaire de femmes.

Finalement, il faut souligner l'influence que la désirabilité sociale a pu avoir sur le discours des femmes que nous avons rencontrées et donc, sur nos résultats. Par exemple, les participantes qui se sont prononcées sur le sujet ont déclaré que leurs enfants ne manquaient pas de nourriture, et qu'elles préféreraient se priver pour que ces derniers n'aient pas faim. Puisque cela est un comportement « socialement attendu » des mères, il est possible que les participantes aient donné cette réponse pour répondre aux normes entourant leur rôle. Deuxièmement, bien qu'il ait été précisé aux participantes que cette recherche n'était pas menée dans une perspective de « saine alimentation », il est possible que des participantes aient minimisé leur recours à certains commerces comme les comptoirs de restauration rapide, considérant que cette pratique est contraire à la norme du « bien manger ».

6.4. Pistes de recherche et d'intervention

Les résultats du présent projet de recherche offrent des perspectives pour la santé publique, tant sur le plan de la recherche que sur celui de l'intervention. La présente section présente un aperçu de pistes qui pourraient être poursuivies dans l'un ou l'autre de ces champs.

6.4.1. Pistes de recherche

Premièrement, comme l'insécurité alimentaire au Canada touche les femmes en plus forte proportion que les hommes et que les résultats de ce projet mettent en lumière des discriminations et des inégalités qui touchent les femmes et qui interfèrent dans leur accès aux aliments, on recommande de mener des recherches sur

l'insécurité alimentaire qui mettent en lumière le rôle du genre dans la genèse de cette problématique de santé publique.

Deuxièmement, on remarque qu'il y a prolifération, dans le champ de la santé publique, de recherches qui visent à « évaluer » les environnements alimentaires. Or, il existe peu de données claires sur la fiabilité de ce type de projet et il existe des écarts de perception sur les données utilisées entre les chercheurs et les habitants d'un territoire (écarts que nous relevons aussi au sein de cette recherche). En ce sens, on recommande d'inclure les personnes résidant sur un territoire dans les évaluations de leur environnement alimentaire par le biais de méthodologies participatives, afin d'assurer plus de crédibilité aux résultats obtenus.

Troisièmement, considérant que la présente recherche met en lumière le rôle que les transitions de vie (immigration, déménagement, séparation, périnatalité, perte d'emploi) peuvent jouer dans l'accès alimentaire des femmes rencontrées on croit qu'il serait d'intérêt d'étudier l'accès aux aliments en adoptant une perspective de parcours de vie. Par exemple il pourrait être intéressant d'analyser les trajectoires de vie des femmes monoparentales et d'examiner la place de l'alimentation dans ces trajectoires.

6.4.2. Pistes d'intervention

Tout comme les résultats de cette recherche qui mettent plus souvent qu'autrement en lumière des facteurs structurels de l'accès alimentaire, les pistes d'intervention proposées ici visent surtout à agir en amont, sur « les causes des causes ». Ces pistes d'intervention s'adressent aux acteurs de la santé publique, mais également aux intervenants sociaux (institutionnels et communautaires), ainsi qu'aux décideurs ayant une portée sur certaines mesures socioéconomiques.

Premièrement, on remarque que les participantes rencontrent des difficultés à obtenir une pension alimentaire pour leurs enfants et que malgré les mesures en place par le gouvernement provincial, le non-respect de l'obligation alimentaire par le père est une réalité commune. Considérant l'apport que cette contribution pourrait jouer dans l'accès économique aux aliments des ménages monoparentaux rencontrés, on recommande que les mécanismes interférant dans le système de perception des pensions alimentaires au Québec soient resserrés afin que toutes les personnes ayant une obligation alimentaire l'honorent.

Deuxièmement, on remarque que les participantes portent l'idéal de travailler pour subvenir décemment aux besoins de leur famille mais qu'elles éprouvent des difficultés à accéder à un emploi permettant d'atteindre cet idéal. Ainsi, on recommande que soient soutenues des initiatives visant à favoriser le passage au marché du travail pour les femmes issues de milieux socioéconomiques défavorisés, et d'encadrer mieux le marché du travail afin que ses conditions permettent la conciliation avec les responsabilités parentales ainsi qu'un niveau de vie décent pour tous.

Troisièmement, nos résultats montrent que le soutien social joue un rôle positif dans l'accès alimentaire de certaines des femmes rencontrées, mais que plusieurs semblent, en contrepartie, être isolées. Dans ce contexte, on recommande de développer ou de soutenir des espaces communautaires ayant pour premier objectif de permettre la création de liens, la collectivisation du vécu et le développement d'une solidarité mutuelle entre des mères de conditions semblables.

Finalement, rappelons que les personnes rencontrées dans le cadre de ce projet sont pour la presque totalité dépendantes de sources d'approvisionnement alimentaire dont la mission première est de « dépanner ». Or, le recours aux comptoirs alimentaires est souvent vécu comme une expérience qui entrave le sentiment de dignité des personnes rencontrées. Considérant que le recours à ces sources d'approvisionnement est en hausse au Québec et au Canada, alors que ces États jouissent d'un cadre légal voulant que tous aient accès à l'alimentation dans la dignité, on recommande de faire connaître à la population la prévalence et les impacts moraux du recours aux comptoirs alimentaires. On pense également qu'il faut se pencher sur les failles du marché agroalimentaire à répondre aux besoins de toute la population, et qu'il faut prendre appui sur la législation existante pour amorcer des démarches visant des changements structurels du système alimentaire.

Conclusion

Ce mémoire est le fruit d'une recherche s'intéressant à l'approvisionnement et à l'accès alimentaire de mères de famille monoparentale et à faible revenu de Lairet, quartier urbain de la ville de Québec. Tel qu'illustré dans les pages précédentes, cette recherche s'est voulue collaborative, en ce sens qu'elle est née des préoccupations d'un groupe d'acteurs locaux interpellés par la question de l'autonomie alimentaire dans leur quartier. Cette collaboration aura permis de faciliter le déroulement de ce projet et d'en bonifier la méthodologie, notamment en ce qui a trait au recrutement et à la collecte de données. À présent, on souhaite que les membres de ce groupe de citoyens, de chercheurs et d'intervenants bénéficient tous et chacun, selon leurs besoins, des résultats de cette démarche.

Plus largement, la mise en place du projet exposé dans les dernières pages se justifiait sur le plan scientifique. À notre connaissance, ni l'approvisionnement, ni l'accès alimentaire de mères de famille monoparentale à faible revenu n'avaient encore été étudiés avec une telle exhaustivité. L'approche qualitative déployée, ainsi que l'utilisation de la cartographie participative auront permis une compréhension riche et imagée de la réalité alimentaire des femmes participantes. L'attention portée sur le témoignage direct de ces mères offre une perspective jusqu'alors peu exploitée dans l'étude de l'accès alimentaire. L'analyse multidimensionnelle des résultats permet de saisir à quel l'accès alimentaire ne peut être que le produit d'un tissage fin entre des composantes qui dépassent la simple sphère économique. En effet, si nous ressentons bien, par ce mémoire, les conséquences néfastes de la pauvreté sur l'accès aux aliments, nous percevons également celles de l'isolement, de la violence, de certaines transitions (comme l'immigration et la grossesse), du coût élevé de la vie, de l'exclusion du marché du travail, etc.

Évidemment, ces découvertes sont pertinentes pour le champ de la santé communautaire. Il faut rappeler qu'attendu ses conséquences sur la santé, l'insécurité alimentaire constitue un enjeu de santé publique important. Les familles monoparentales dirigées par une femme qui vivent en forte proportion cette problématique devraient de surcroît faire l'objet d'une attention particulière par les interventions visant à réduire l'insécurité alimentaire. Souhaitons que l'expérience des femmes ici rapportée permette d'aiguiller ces futures interventions et qu'elle bénéficie notamment au système d'aide alimentaire, dont il est amplement question dans ce mémoire.

Finalement, souhaitons que ce mémoire conscientise ses lecteurs à l'insuffisance du système alimentaire actuel à répondre aux besoins de l'ensemble des Québécoises et des Québécois, ainsi qu'aux inégalités socioéconomiques qui entravent la possibilité pour certains d'entre-nous de répondre à leur besoin fondamental qu'est celui de manger. Souhaitons également que ce mémoire suscite chez ses lecteurs un

respect infini envers les mères monoparentales du Québec et d'ailleurs qui luttent pour préserver leur dignité à travers l'acte de nourrir leur famille.

Bibliographie

- Adam, G. (2015). Présence des organismes sur les tables de concertation en sécurité alimentaire à Limoilou. Rapport à l'intention des membres du chantier alimentaire de l'ATI Limoilou. Québec.
- Aitken, S., & Kwan, M. (2010). GIS as qualitative research: Knowledge, participatory politics and cartographies of affect. *The SAGE Handbook of Qualitative Geography* London: SAGE Publications Ltd.
- Ashiabi, Godwin S., & O'Neal, K. (2008). A Framework for Understanding the Association Between Food Insecurity and Children's Developmental Outcomes. *Child Development Perspective*, 2(2), 71–77.
- Barnes-McGuire, J. (1997). The reliability and validity of a questionnaire describing neighborhood characteristics relevant to families and young children living in urban areas. *Journal of Community Psychology*, 25, 551-566.
- Bassuk, E., Browne & Buckner. (1996). Single mothers and welfare. *Scientific American*, 275, 60–67.
- Beaulac, J., Kristjansson, E., & Cummins, S. (2009). A Systematic Review of Food Deserts, 1966-2007. *Preventing Chronic Disease*, 6(3), 1-10.
- Blais, M., & Martineau, Stéphane. (2006). L'analyse inductive générale : description d'une démarche visant à donner un sens à des données brutes. *Recherches qualitatives* 26(2), 1-18.
- Blanchet, C. arole, & Rochette, Louis. (2011). Sécurité et insécurité alimentaire chez les Québécois : une analyse de la situation en lien avec leurs habitudes alimentaires (pp. 73): Institut national de santé publique du Québec.
- Broussard, C. A.. (2010). Research Regarding Low-Income Single Mothers' Mental and Physical Health: A Decade in Review. *Journal of Poverty*, 14(4), 443-451.
- Broussard, C. A., Joseph, A., & Thompson, M. (2012). Stressors and Coping Strategies Used by Single Mothers Living in Poverty. *Affilia: Journal of Women and Social Work*, 27(2), 190-204.
- Cairney, J., Boyle, M., Offord, D. & Racine, Y. (2003). Stress, social support and depression in single and married mothers. *Social Psychiatry & Psychiatric Epidemiology*, 38, 442-449.
- Carter, K., Kruse, K., Blakely, T. & Collings, S. (2011). The association of food security with psychological distress in New Zealand and any gender differences. *Social Science & Medicine*, 72, 1463-1471.
- Carter, M. A., Dubois, L., Tremblay, M., & Taljaard, M. (2012). Local social environmental factors are associated with household food insecurity in a longitudinal study of children. *BMC Public Health*, 12(1), 1038.
- Carter, MA, Dubois, L. & Tremblay, MS. (2014). Place and food insecurity: a critical review and synthesis of the literature. *Public Health Nutrition*, 17(1), 94-112.
- Caspi, CE., Sorensen, G., Subramanian, SV., & Kawachi, I. (2012). The local food environment and diet: A systematic review. *Health & Place*, 18(1172-1187).

- Centre de santé et de services sociaux Vieille-Capitale (CSSSVC). (2011). *Portrait de défavorisation du territoire du Centre de santé et de services sociaux de la Vieille-Capitale*. Québec.
- Chambers, R. (2006). Cartographie participative et systèmes d'information géographique : à qui appartiennent les cartes ? Qui en ressort renforcé, qui en ressort affaibli ? Qui gagne et qui perd ? *The Electronic Journal on Information Systems in Developing Countries*, 25(2), 1-14.
- Charmaz, K. (2001) Grounded theory. Dans: Emerson, RM., editor. *Contemporary field research*.(p.335-352) Long Grove, IL: Waveland.
- Che, J., & Chen, J. (2001). L'insécurité alimentaire dans les ménages canadiens. *Rapports sur la santé*, 12(4), 11-24.
- Chilton, MM, Rabinowich, JR, & Woolf, NH. (2012). Very low food security in the USA is linked with exposure to violence. *Public Health Nutrition*, 17(1), 73-82.
- Clay, E. (2002). Food Security: Concepts and Measurement. In Food and Agriculture Organization of the United Nations (Ed.), *Trade Reforms and Food Security: conceptualising the linkages*. Rome.
- Coleman-Jensen, A., Nord, M., & Singh, A. (2013). Household Food Security in the United States in 2012. In United States Department of Agriculture (Ed.), *ERR: Economic Research Report* (pp. 41).
- Creswell, JW. (2007). *Qualitative Inquiry and Research Design. Choosing Among Five Approaches* (2nd ed.). Thousand Oak, California: Sage Publications Inc.
- Dachner, N., Ricciuto, L., Kirkpatrick, S., & Tarasuk, V. (2010). Food Purchasing and Food Insecurity Among Low-income Families in Toronto. *Revue canadienne de la pratique et de la recherche en diététique*, 71(3).
- Davis, B., & Tarasuk, V. (1994). Hunger in Canada. *Agriculture and Human Values*, 11(4), 50-57.
- DeSchutter, O. (2012). Rapport du Rapporteur spécial sur le droit à l'alimentation, Olivier de Schutter. Assemblée générale des Nations unies (Ed.).
- Dean WR & Sharkey JR. (2011). Food insecurity, social capital and perceived personal disparity in a predominantly rural region of Texas: an individual-level analysis. *Social Science & Medicine*, 72(9), 1454-1462.
- Dinour, LM., Bergen, D., & Yeh, MC. (2007). The Food Insecurity–Obesity Paradox: A Review of the Literature and the Role Food Stamps May Play. *Journal of the American Dietetic Association*, 107(11), 1952-1961.
- Direction régionale de santé publique de la Capitale-Nationale (DRSP). (2012). Qu'est-ce que la sécurité alimentaire? Notions importantes, 2012, de <http://www.vivresansfaim.com/QCQ-notionsImportantes.html>
- Dlamini, N., Anucha, U., & Wolfe, B. (2012). Negotiated Positions: Immigrant Women's Views and Experiences of Employment in Canada. *Affilia: Journal of Women and Social Work*, 27(4), 420-434.

- Dowler, E. (1997). Budgeting for food on a low income in the UK: the case of lone-parent families. *Food Policy*, 22(5), 405–417.
- Drapeau, M. (2004). Les critères de scientificité en recherche qualitative. *Pratiques psychologiques*, 10, 79–86.
- Drewnowski, A. (2009). Obesity, diets and social inequalities. *Nutrition Reviews*, 67 (Suppl.1), S36-S39.
- Drouin, S., Hamelin, A. M., & Ouellet, D. (2009). Economic access to fruits and vegetables in the greater Quebec City: do disparities exist? . *Canadian Journal of Public Health-Revue canadienne de santé publique* 100(5), 361-364.
- Dupéré, S., Gélinau, L., Adam, G., Côté, M., Dufour, É., Dumas, A., . . . Simard, G. (2014). Vers une autonomie alimentaire pour touTEs: Agir et vivre ensemble le changement (AVEC). Rapport scientifique. Québec : FRQSC (Programme Actions concertées). (pp. 39). Québec.
- Éducaloi. (2015). Revenu Québec perçoit la pension alimentaire. 12 juillet 2015 de: <https://www.educaloi.qc.ca/capsules/revenu-quebec-percoit-la-pension-alimentaire>
- Emmel, N., & Clark, A. (2009). *The Methods Used in Connected Lives: Investigating networks, neighbourhoods and communities*. NCRM Working Paper Series. University of Leeds and Salford University.
- Fédération des associations de familles monoparentales et recomposées (FAFMRQ). (2011). Femmes et monoparentalité : Agir sur la pauvreté pour atteindre l'égalité ! (26 p.). Montréal: FAFMRQ
- Fonds international de développement agricole (FIDA). (2009). Cartographie participative et bonnes pratiques (pp. 55). Rome, Italie: FIDA.
- Fonds international de développement agricole (FIDA). (2010). Cartographie participative: l'approche évolutive du FIDA. Conception et exécution des projets de cartographie participative. Rome, Italie: FIDA.
- Food and Agriculture Organisation of the United nations (FAO). (2013). L'état de l'insécurité alimentaire dans le monde 2013. Les multiples dimensions de la sécurité alimentaire. Rome.
- Food and Agriculture Organization. (1996). Déclaration de Rome sur la sécurité alimentaire mondiale et Plan d'action du Sommet mondial de l'alimentation Retrieved 11 juillet 2012, de <http://www.fao.org/DOCREP/003/W3613F/W3613F00.HTM>
- Food and Agriculture Organization. (2006) Sécurité alimentaire. Vol. 2. Notes d'orientation.
- Freedman, DA., Blake, CE., & D.Liese, A. (2013). Developing a Multicomponent Model of Nutritious Food Access and Related Implications for Community and Policy Practice. *Journal of Community Practice*, 21(4), 379-409.
- Furst, T., Connors, M., Bisogni, C. A., Sobal, J. and Winter Falk, L. (1996) Food choice: a conceptual model of the process. *Appetite*, 26, 247–266.
- Gélinau, L. (date inconnue). *Standards de transcription de verbatims*.
- Gorton, D., Bullen, CR, & Mhurchu, CN. (2010). Environmental influences on food security in high-income countries. *Nutrition Reviews*, 68(1), 1-29.

- Gould, AC., Apparicio, P & Cloutier, MS (2012). Classifying neighbourhoods by level of access to stores selling fresh fruit and vegetables and groceries: identifying problematic areas in the city of Gatineau, Quebec. *Canadian Journal of Public Health-Revue canadienne de santé publique*, 103(6), 433-437.
- Gouvernement du Canada. (1998). *Plan d'action du Canada pour la sécurité alimentaire: Une réponse au Sommet mondial de l'alimentation*. Ottawa.
- Guay, P., Lepage, C. , & Morrow, C. . (2013). Portrait du réseau d'aide alimentaire de la région de la Capitale-Nationale 2009-2010 (pp. 102). Québec: Direction régionale de santé publique, Agence de la santé et des services sociaux de la Capitale-Nationale.
- Guay, P. (2012). *Analyse géographique des inégalités d'accès aux aliments sains et nutritifs dans la région de la Capitale-Nationale*. Paper presented at the 16e colloque régional en sécurité alimentaire de la Direction régionale de santé publique de la Capitale-Nationale, Québec.
- Gundersena, C, & Kreiderb, B. (2009). Bounding the effects of food insecurity on children's health outcomes *Journal of Health Economics*, 28, 971-983.
- Hamelin, AM, Beaudry, M, & Habicht, JP. (2002). Characterization of household food insecurity in Quebec: food and feelings. *Social Science & Medicine*, 54(1), 119-132.
- Hamelin, AM, Habicht, JP, & Beaudry, M. (1999). Food Insecurity: Consequences for the Household and Broader Social Implications. *The Journal of Nutrition*, 129(2S Sup), 525S-528S.
- Hamelin, AM, Mercier, C., & Gauthier, J. (2007). Lutte contre la pauvreté et sécurité alimentaire au Québec : Comparaison de la logique d'intervention gouvernementale et du discours des acteurs du terrain. *Canadian Review of Social Policy*, 60/61, 52-75.
- Harvey, AS., & Mukhopadhyay, AK. (2007). When Twenty-Four Hours Is Not Enough: Time Poverty of Working Parents. *Social Indicators Research*, 82, 57-77.
- Hashimoto, Y. (2012). *Understanding experiences of food insecurity for lone mothers in Hamilton, Ontario*. (Master of Arts), McMaster University, Hamilton, Ontario. (153p.)
- Hernandez, D., Marshall, A., & Mineo, C. (2014). Maternal Depression Mediates the Association Between Intimate Partner Violence and Food Insecurity. *Journal of Women's Health*, 23(1).
- Ivers, LC, & Cullen, KA. (2011). Food insecurity: special considerations for women. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 94(suppl), 1740S-1744S.
- Justice Québec. (2014). Le modèle québécois de fixation des pensions alimentaires pour enfants, 22 août 2014, from <http://www.iustice.gouv.qc.ca/francais/publications/generale/modele.htm>
- Kindon, S. (2010). Participatory Action Research. In Oxford University Press Canada (Ed.), *Qualitative Research Methods in Human Geography*. Canada: Oxford University Press Canada.
- Kirkpatrick, S. I. , & Tarasuk, V. (2007). Adequacy of food spending is related to housing expenditures among lower-income Canadian households. *Public Health Nutrition*, 10(12), 1464-1473, 10(12), 1464-1473.

- Kirkpatrick, S. I. , & Tarasuk, V. (2011). Housing Circumstances are Associated with Household Food Access among Low-Income Urban Families. *Journal of Urban Health: Bulletin of the New York Academy of Medicine*, 88(2), 284-296.
- Kirkpatrick, SI, & Tarasuk, V. (2010). Assessing the relevance of neighbourhood characteristics to the household food security of low-income Toronto families. *Public Health Nutrition* 13, 1139-1148.
- Kirkpatrick, SI., & Tarasuk, V. (2009). Food Insecurity and Participation in Community Food Programs among Low-income Toronto Families. *Canadian Journal of Public Health*, 100(2), 135-139.
- Krebs-Smith SM & Kantor, LS. Choose a variety of fruits and vegetables daily: understanding the complexities. *Journal of Nutrition*, 131(2), 487S-501S.
- Kwan, MP. (2002). Feminist Visualization: Re-envisioning GIS as a Method in Feminist Geographic Research. *Annals of the Association of American Geographers*, 92(4), 645-661.
- Larson, NI., & Story, MT. (2011). Food Insecurity and Weight Status Among U.S. Children and Families [Review of literature]. *American Journal of Preventive Medicine*, 40(2), 166-173.
- Law, LR., Ward, PR., & Coveney, J. (2011). Food insecurity in South Australian single parents: an assessment of the livelihoods framework approach. *Critical Public Health*, 21(4), 455-469.
- Lessa, L. & Rocha, C. (2012). Food insecurity in the lives of new immigrant Women. *Canadian Social Work Review*, 29(2), 187-203.
- Lincoln, YS, & Guba, EG. (1985). *Naturalistic Inquiry*. Newbury Park, CA: Sage Publications.
- Loopstra, R., & Tarasuk, V. (2013). Severity of Household Food Insecurity Is Sensitive to Change in Household Income and Employment Status among Low-Income Families *The Journal of Nutrition*, 10.3945/jn.113.175414.
- Loopstra, R. & Tarasuk, V. (2013). Perspectives on Community Gardens, Community Kitchens and the Good Food Box Program in a Community-based Sample of Low-income Families. *Canadian Journal of Public Health*, 104(1), e55-e59.
- Lytle, LA. (2009). Measuring the Food Environment.State of the Science. *American Journal of Preventive Medicine*, 36(4), 134-144.
- Martin, MA., & Lippert, AM. (2012). Feeding her children, but risking her health: The intersection of gender, household food insecurity and obesity. *Social Science & Medicine* 74, 1754-1764.
- Mason, R. (2003). Listening to lone mothers: Paid work, family life, and childcare in Canada. *Journal of Children and Poverty*, 9(1), 41-54.
- McIntyre, L., Bartoo, AC., & Emery, JH. (2012). When working is not enough: food insecurity in the Canadian labour force. . *Public Health Nutrition*, 17(1), 49-57.
- McIntyre, L., Glanville, N. Theresa, R., Kim D., Dayle, JB., Anderson, B. & Battaglia, N. (2003). Do low-income lone mothers compromise their nutrition to feed their children? *Canadian Association Medical Journal* 168(6), 686-691.

- McIntyre, L., Officer, S. & Robinson, LM. (2003). Feeling Poor: The Felt Experience Low-Income Lone Mothers. *Affilia*, 18(3), 316-331.
- McIntyre, L. & Rondeau, K. (2009). Food Insecurity. In Canadian Scholars' press (Ed.), *Social Determinants of Health: Canadian Perspectives, 2nd Edition* (pp. 188-204).
- McIntyre, L. & Tarasuk, V. (2002). *La sécurité alimentaire comme facteur déterminant de la santé*. Paper presented at the Les déterminants sociaux de la santé pendant toute la durée de vie, Toronto. http://www.phac-aspc.gc.ca/ph-sp/oi-ar/08_aliments-fra.php
- McLellan, E., MacQueen, KM., & Neidig, JL. (2003). Beyond the Qualitative Interview: Data Preparation and Transcription. *Field Method*, 15(1), 63-84.
- McNeill, K. (2011). *Talking with Their Mouths Half Full: food insecurity in the Hamilton community*. (Doctor of Philosophy (PhD)), University of Waikato, New Zealand.
- Mikkonen, J., & Raphael, D. (2011). Déterminants sociaux de la santé : les réalités canadiennes (pp. 62). Toronto: École de gestion et de politique de la santé de l'Université York.
- Ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec (MSSS). (2008). *Cadre de référence en matière de sécurité alimentaire. Mise à jour 2008*. La Direction des communications du ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec.
- National Council for Voluntary Organisations (NCVO). (2010). Using participatory mapping to explore participation in three communities - Pathways through Participation project (pp. 15). Royaume-Uni.
- Neff, R., Palmer, AM., McEnzie, SE. & Lawrence, RS. (2009). Food Systems and Public Health Disparities. *Journal of Hunger and Environmental Nutrition*, 4(3-4), 282-314.
- Nepomnyaschy, L, Miller, DP., Garasky, S. & Nanda, N. (2014). Nonresident Fathers and Child Food Insecurity: Evidence from Longitudinal Data *Social Service Review*, 88(1), 92-133.
- Nie C. & Iepeda L. (2011). Lifestyle segmentation of US food shoppers to examine organic and local food consumption. *Appetite*, 57(1), 28-37.
- Nord, M., & Parker, L. (2010). How adequately are food needs of children in low-income households being met? *Children and Youth Services Review*, 32, 1175-1185.
- Organisation internationale des Nations Unies (ONU). (1948). Déclaration universelle des droits de l'homme *Article 25*. Paris.
- Pacte international relatif aux droits économiques, sociaux et culturels (PIDESC) 2 200 A (XX1) C.F.R. (1966).
- Paillé, P. & Mucchielli, A. (2011). *L'analyse qualitative et sciences humaines et sociales, 2e édition*. Paris: Éditions Armand Colin.
- Pampalon, R., Hamel, D., Raymond, G. (2001). *Indice de défavorisation pour l'étude de la santé et du bien-être au Québec - Mise à jour 2001*. Tiré de: http://www.inspq.qc.ca/pdf/publications/295-IndiceDefavorisation_2001.pdf

- Partenariat Solidarité-Famille-Limoilou (PSFL). (2011). « Nous sommes riches d'être pauvres ». Expertises de familles en situation de pauvreté sur les saines habitudes alimentaires et propositions aux acteurs de la santé publique (pp. 58). Québec.
- Pires, A. (1997). Échantillonnage et recherche qualitative: essai théorique et méthodologique. In Éditeur Gaëtan Morin (Ed.), *La recherche qualitative. Enjeux épistémologiques et méthodologiques*. (pp. 113-169). Montréal.
- Pouliot, N. (2008). *Étude exploratoire de l'accessibilité physique aux aliments dans la région de la Capitale-Nationale*. (Mémoire présenté pour l'obtention du grade de maître es sciences Mémoire par article), Université Laval, Québec.
- Pouliot, N, & Hamelin, AM. (2009). Disparities in fruits en vegetables supply: a potential health concern in the greater Québec city area. *Public Health Nutrition*, 12(11), 2051-2059.
- Power, E. (2004). The determinants of healthy eating among low-income Canadians. Scoping paper prepared for The Office of Nutrition Policy and Promotion Health Canada.
- Power, E. (2005a). Determinants of Healthy Eating Among Low-income Canadians. *Canadian Journal of Public Health*, 96(Supplement 3), S37-S42.
- Power, E. (2005b). Individual and Household Food Insecurity in Canada: Position of Dietitians of Canada. *Canadian Journal of Dietetic Practice and Research*, 66(1), 43-46.
- Power, E. (2006). Economic Abuse in Intra-household Inequities in Food Security. *Canadian Journal of Public Health/ Revue Canadienne de Santé Publique*, 97(3), 258-260.
- Quandt, S., Acury, TA., Bell, R. (1998). Self-management of nutritional risk among older adults: A conceptual model and case studies from rural communities. *Journal of Aging Studies*. 12 (4), 351-368.
- Racine, S. (2007). L'insécurité et la sécurité alimentaire. Une analyse critique. In Presses de l'Université du Québec (Ed.), *Problèmes sociaux: Théories et méthodologies de la recherche* (Vol. Tome III, pp. 19-48). Québec: Presses de l'Université du Québec.
- Revenu Québec. (2015). Débiteur alimentaire insolvable, introuvable ou prestataire de l'assistance sociale. 12 juillet 2015 de : www.revenuquebec.ca/fr/citoyen/pens_alim/versement/situations/casparticuliers.aspx
- Rose, D., Bodor, N., Hutchinson, PL. & Swalm CM. (2010). The Importance of a Multi-Dimensional Approach for Studying the Links between Food Access and Consumption. *The Journal of Nutrition*, 140 (6), 1170-1174.
- Roshanafshar, S. & Hawkins, E. (2015). L'insécurité alimentaire au Canada. In Statistique Canada (Ed.), *Coup d'oeil sur la santé* (pp. 8): Ministère de l'Industrie.
- Sanou, D, O'Reilly, E., Ngnie-Teta, I., Batal, M., Mondain, N., Andrew, C., . . . Bourgeault, IL. (2014). Acculturation and Nutritional Health of Immigrants in Canada: A Scoping Review. *Journal of Immigrant Minority Health*, 16, 24-34.
- Santé Canada. (2010). Surveillance de l'insécurité alimentaire des ménages au fil du temps. Récupéré le 14 juillet 2012 de: <http://www.hc-sc.gc.ca/fn-an/surveill/nutrition/commun/insecurit/time-temps-fra.php>

- Santé Canada. (2011). Insécurité alimentaire des ménages au Canada en 2007-2008 : statistiques et graphiques clés. Récupéré le 2 mai 2012, 2012, de: <http://www.hc-sc.gc.ca/fn-an/surveill/nutrition/commun/insecurit/key-stats-cles-2007-2008-fra.php - c>
- Santé Canada. (2012). Évaluation de la sécurité alimentaire, récupéré en 2014, de: <http://www.hc-sc.gc.ca/fn-an/surveill/nutrition/commun/insecurit/status-situation-fra.php>
- Santé Canada. (2013). *Mesure de l'environnement alimentaire au Canada*. Ottawa: Publications Santé Canada.
- Santé Canada. (2014). Insécurité alimentaire des ménages, 2011-2012, récupéré en 2014, de: <http://www.statcan.gc.ca/pub/82-625-x/2013001/article/11889-fra.htm>
- Seligman, HK., Laraia, BA., & Kushel, MB. (2010). Food Insecurity Is Associated with Chronic Disease among Low-Income NHANES Participants. *The Journal of Nutrition*, 140, 304-310.
- Shannon, J. (2013). Food deserts: Governing obesity in the neoliberal city. *Progress in Human Geography*, 1-19.
- Sharkey, JR., Horel, S., Dean, WR. (2010). Neighborhood deprivation, vehicle ownership, and potential spatial access to a variety of fruits and vegetables in a large rural area in Texas. *International Journal of Health Geographics*, 9(26), 1-27.
- Signal, LN., Walton, MD., Ni Mhurchu, C., Maddison, R., Bowers, SG., Carter, KN., . . . Pearce, J. (2013). Tackling 'wicked' health promotion problems: a New Zealand case study. *Health Promotion International*, 28(1), 84-94.
- Sobal J. & Bisogni CA. Constructing food choice decisions. *Ann. Behav. Med.* (2009) 38 (Suppl 1):S37-S46.
- Statistique Canada. (2010). Bien-être économique *Femmes au Canada : rapport statistique fondé sur le sexe*. Ottawa: Statistique Canada.
- Statistique Canada. (2012). Module d'enquête sur la sécurité alimentaire des ménages (MESAM), récupéré en 2012, de: <http://www.hc-sc.gc.ca/fn-an/surveill/nutrition/commun/insecurit/hfssm-mesam-fra.php>
- Statistique Canada. (2013). *Les lignes de faible revenu, 2011-2012*. Ottawa: Statistique Canada.
- Stuff, JE., Casey, PH., Szeto, KL., Gossett, JM., Robbins, JM., Simpson, PM., . . . Bogle, ML. (2004). Household food insecurity is associated with adult health status. *The Journal of Nutrition*, 134(9), 2330-2335.
- Tarasuk, V. (2001). Document de travail sur l'insécurité alimentaire individuelle et des ménages.
- Tarasuk, V., Dachner, N., Hamelin, AM, Ostry, Aleck, WP., Bosckei, E., . . . Raine, K. (2014). A survey of food bank operations in five Canadian cities. *Biomed Central Public Health*, 14(1234), 1-11.
- Tarasuk, V., Mitchell, A. & Dachner, N. (2013). Insécurité alimentaire des ménages au Canada, 2012. Toronto.

- Thomas, David R. (2006). A General Inductive Approach for Analyzing Qualitative Evaluation Data. *American Journal of Evaluation*, 27(2), 237-246.
- Townley, G., Kloos, B. & Wright, PA. (2009). Understanding the experience of place: Expanding methods to conceptualize and measure community integration of persons with serious mental illness. *Health&Place*, 15(2), 520-531.
- Travers, KD. (1996). The social organization of nutritional inequities. *Social Science & Medicine*, 43(4), 543-553.
- Vozoris, NT.& Tarasuk, VS. (2003). Household Food Insufficiency Is Associated with Poorer Health. *The Journal of Nutrition*, 133(1), 120-126.

Annexe 1 : Affiche utilisée dans le cadre du recrutement

Participant^{es} recherchées

« L'approvisionnement alimentaire et l'accès aux aliments de mères de famille monoparentale du quartier Limoilou à Québec »



Vous êtes une mère de famille monoparentale habitant Limoilou ?

Vous avez envie de partager sur l'accès aux aliments dans votre quartier ?

Contactez-moi!

Elise Landry, étudiante à la maîtrise en santé communautaire
581-741-6883 elise.landry.1@ulaval.ca

Ceci est une recherche qui vise à mieux comprendre comment les mères monoparentales du quartier s'approvisionnent en nourriture, et ce qui facilite ou nuit à leur accès aux aliments.

Pour pouvoir participer, il faut :

- Être majeure ;
- Parler français ;
- Faire partie d'un ménage à faible revenu ;
- Être le parent d'un ou de plusieurs enfants mineurs et habiter avec ces derniers ;
- Habiter le secteur de Lairet dans Limoilou ;
- Souhaiter partager votre vécu.

Votre participation impliquera une entrevue individuelle et une entrevue de groupe d'une durée de 60 à 90 minutes chacune.

Compensation de 20\$ par rencontre

Projet sous la direction de Sophie Dupré, professeure adjointe à la Faculté des sciences infirmières à l'Université Laval. Tel : 418-656-2131, poste 7451

Projet approuvé par le Comité d'éthique de la recherche de l'Université Laval (N° d'approbation 2013-205 / 17-10-2013).

Elise Landry
581-741-6883
elise.landry.1@ulaval.ca

Elise Landry
581-741-6883
elise.landry.1@ulaval.ca

Elise Landry
581-741-6883
elise.landry.1@ulaval.ca

Elise Landry
581-741-6883
elise.landry.1@ulaval.ca

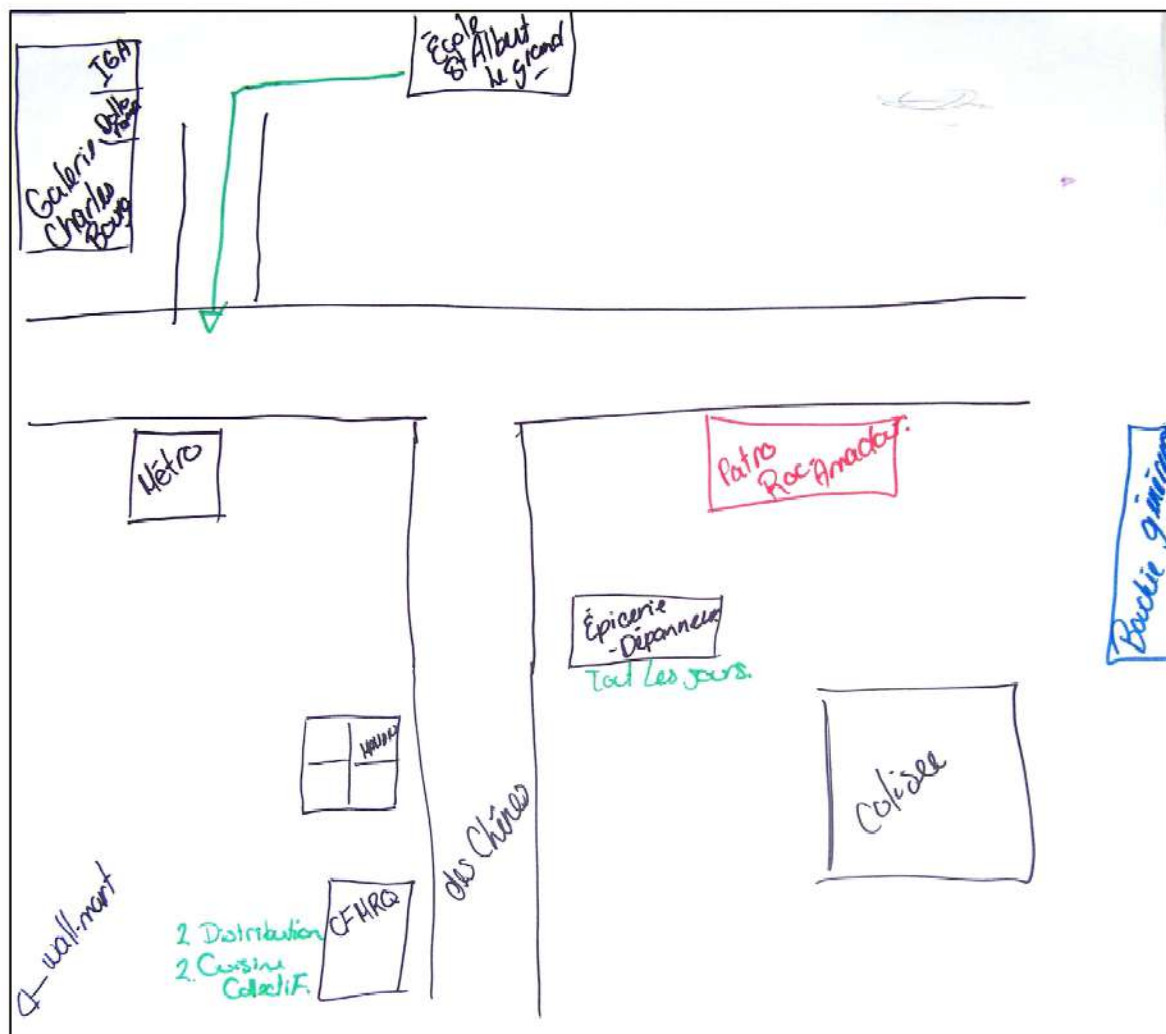
Elise Landry
581-741-6883
elise.landry.1@ulaval.ca

Elise Landry
581-741-6883
elise.landry.1@ulaval.ca

Annexe 2 : Feuillet utilisé dans le cadre du recrutement

Participant^{es} recherchées  Vous êtes une mère de famille monoparentale habitant Limoilou? Vous avez envie de partager sur l'accès aux aliments dans votre quartier? Contactez-moi! Elise Landry étudiante à la maîtrise en santé communautaire 581-741-6883 elise.landry.1@ulaval.ca	«L'approvisionnement alimentaire et l'accès aux aliments de mères de famille monoparentale du quartier Limoilou à Québec» Ceci est une recherche qui vise à mieux comprendre comment les mères monoparentales du quartier s'approvisionnent en nourriture, et ce qui facilite ou nuit à leur accès aux aliments. Pour pouvoir participer, il faut: - Être majeure ; - Parler français ; - Faire partie d'un ménage à faible revenu ; - Être le parent d'un ou de plusieurs enfants mineurs et habiter avec ces derniers ; - Habiter le secteur de Lairet ; - Souhaiter partager son vécu. Votre participation impliquera une entrevue individuelle et une entrevue de groupe d'une durée de 60 à 90 minutes chacune. Vous recevrez une compensation financière de 20\$ par rencontre. Projet sous la direction de Sophie Dupéré, professeure adjointe à la Faculté des sciences infirmières à l'Université Laval. Tel : 418-656-2131, poste 7431 Approuvé par le Comité d'éthique de la recherche de l'Université Laval (N° d'approbation 2013-205 / 17-10-2013)
--	---

Annexe 3 : Carte réalisée par une participante



Annexe 4 : Grille d'entrevue individuelle

L'approvisionnement alimentaire et l'accès aux aliments de mères de famille
monoparentale du quartier Limoilou à Québec

12 septembre 2013

Guide d'entrevues individuelles

Étape 1 : Introduction

- Présentation de l'étudiante-chercheure
- Présentation du devis de recherche
- Formulaire de consentement
- Rémunération de la participante
- Questionnaire sociodémographique

Étape 2 : Création de la carte de l'approvisionnement alimentaire

- 1) D'abord, prenez quelques minutes pour penser aux endroits où vous vous approvisionnez habituellement en aliments. Au besoin, notez ces endroits sur une feuille. Ces endroits peuvent inclure : (présentation de la liste des SAA).
- 2) Avant de placer ces endroits sur une carte, commençons par tracer quelques repères géographiques (lieu de domicile, routes, lieux publics). **RAPPEL** : Des précautions seront prises pour qu'aucune donnée personnelle (par exemple, le lieu de domicile) ne soit repérable lors de la diffusion des résultats.
- 3) Nous allons à présent placer sur la carte :
 - A) Les endroits où vous vous approvisionnez en aliments. En plaçant ces points, j'aimerais que vous me racontiez comment ça se passe (trajet emprunté, moyen de transport utilisé, présence des enfants, recours à un service de livraison, services reçus, etc.).
 - B) Les endroits où vous vous êtes déjà approvisionnée, mais que vous ne fréquentez plus, en me racontant pourquoi vous ne les fréquentez plus.
 - C) Les endroits que vous aimeriez fréquenter, mais que vous ne fréquentez pas, en me racontant pourquoi vous ne les fréquentez pas.

L'approvisionnement alimentaire et l'accès aux aliments de mères de famille
monoparentale du quartier Limoilou à Québec

12 septembre 2013

Étape 3 : Thèmes à approfondir sur l'accès aux aliments

À l'aide de la grille qui suit, l'étudiante pose des questions à la participante afin d'approfondir les thèmes qui ont peu ou qui n'ont pas été abordés lors de l'étape 2.

Dimension spatiotemporelle	- Transport - Disponibilité des SAA - Distances à parcourir - Obstacles liés au territoire - Horaire (personnel vs SAA) - Variations dans le mois - Variations dans l'année
Dimension économique	- Prix des aliments - Ressources financières personnelles
Dimension sociale	- Sexisme et racisme perçus - Préférences culturelles - Respect du sentiment de dignité - Aide des réseaux personnel et familial
Dimension liée à la prestation des services	- Appréciation des services reçus au sein des SAA - Appréciation de la relation avec le personnel (ou les bénévoles) au sein des SAA - Qualité perçue des aliments et de leur présentation
Dimension personnelle	- Le fait d'être parent - Le fait d'être mère monoparentale - Préférences alimentaires (ou exigences liées à l'état de santé) - État de santé

Étape 4 : Conclusion

- Aimeriez-vous ajouter quelque chose ?
- Avez-vous des questions?

Annexe 5 : Questionnaire sociodémographique

L'approvisionnement alimentaire et l'accès aux aliments de mères de famille
monoparentale du quartier Limoilou à Québec

23 octobre 2013

Code de la participante	
------------------------------------	--

Questionnaire

J'ai

- ☐ 18 à 35 ans
- ☐ 36 à 45 ans
- ☐ 46 à 55 ans
- ☐ 56 à 64 ans
- ☐ 65 et +

Ma famille

- ☐ Je vis seule avec mon ou mes enfants
- ☐ Je vis seule avec mon ou mes enfants mais en garde partagée
- ☐ Je vis avec mon ou mes enfants et avec un colocataire
- ☐ Je vis avec mon ou mes enfants et avec un membre de ma parenté
- ☐ Autres

J'ai _____ enfant(s)

Mes enfants ont (âge)

Scolarité

J'ai quitté l'école lorsque j'étais en _____ année du _____

L'approvisionnement alimentaire et l'accès aux aliments de mères de famille
monoparentale du quartier Limoilou à Québec

23 octobre 2013

Je suis présentement aux études :

- ☐ Oui
☐ Non

J'ai obtenu les(s) diplôme(s) suivants (cocher la case) :

- ☐ Diplôme d'études secondaires – DES
☐ Diplôme d'études professionnelles – DEP
☐ Diplôme d'études collégiales général - DEC
☐ Diplôme d'études collégiales techniques – Dec technique
☐ Certificat
☐ Bacc ou Dr professionnel
☐ Maîtrise ou DESS
☐ Doctorat (Ph.D)
☐ Pas de diplôme

Statut d'immigrant ou autochtone

- ☐ Je suis arrivé(e) au Canada depuis moins de 10 ans
☐ Mon peuple était ici avant l'arrivée des européens (Statut d'indien)

Principale source de revenu au moment de l'entretien

- ☐ Aide sociale
☐ Solidarité sociale
☐ Assurance emploi
☐ Mon travail est saisonnier
☐ Indemnités d'accident du travail (dont CSST)
☐ Prêts et bourses
☐ Régimes de pensions, rentes, sécurité de la vieillesse et autres prestations aux aînés
☐ Revenu de travail
☐ Je travaille au salaire minimum
☐ Je travaille à temps partiel
☐ Mon travail est saisonnier
☐ Autres sources de revenu (ex. pensions alimentaires ; crédit d'impôt pour enfants...)

L'approvisionnement alimentaire et l'accès aux aliments de mères de famille
monoparentale du quartier Limoilou à Québec

23 octobre 2013

Type de logement

- ☐ Je demeure chez un parent
☐ Je suis locataire
 ☐ Je vis en colocation
 ☐ Mon loyer est subventionné
☐ Je suis propriétaire

J'habite le quartier depuis _____ ans/mois (encerclez)

Niveau de revenu

Mon revenu annuel avant impôts est de

- ☐ Moins de 10 000 \$
☐ 10 000 \$ à 14 999 \$
☐ 15 000 \$ à 19 999 \$
☐ 20 000 \$ à 29 999 \$
☐ 30 000 \$ et plus

Transport

- ☐ J'ai (ou une personne qui demeure avec moi) a une voiture
☐ Je (ou une personne qui demeure avec moi) suis abonné(e) à Communauto
☐ J'ai une passe d'autobus mensuelle
☐ J'ai une passe avec quelques billets
☐ Je paie mon passage à l'unité
☐ Je me déplace essentiellement à pied
☐ J'utilise le transport adapté
☐ Autre :

Des personnes sur qui compter

Il y a des personnes sur qui je peux compter pour m'aider en cas de besoin (moral, financier, alimentaire, ou autre).

- ☐ Souvent
☐ Parfois
☐ Jamais

23 octobre 2013

Manger à notre faim

1. Je m'inquiète de manquer de nourriture avant la prochaine rentrée d'argent.

- ☐ Souvent
- ☐ Parfois
- ☐ Jamais

2. Je me demande si la nourriture que je peux me permettre d'acheter pour ma famille sera suffisante.

- ☐ Souvent
- ☐ Parfois
- ☐ Jamais

3. J'épuise toute la nourriture que j'achète et je n'ai pas d'argent pour en racheter.

- ☐ Souvent vrai
- ☐ Parfois vrai
- ☐ Jamais vrai

4. J'épuise les aliments nécessaires pour préparer un repas et je n'ai pas d'argent pour en racheter.

- ☐ Souvent vrai
- ☐ Parfois vrai
- ☐ Jamais vrai

5. Nous mangeons la même chose plusieurs jours de suite parce que nous avons seulement quelques types d'aliments sous la main et n'avons pas d'argent pour en acheter d'autres.

- ☐ Souvent vrai
- ☐ Parfois vrai
- ☐ Jamais vrai

Annexe 6 : Grille d'entretien de groupe

«L'approvisionnement alimentaire et l'accès aux aliments de mères de famille monoparentale du quartier Limoilou à Québec»
13 mai 2014 - Elise Landry

Guide de l'entretien de groupe

Durée approximative : 90 minutes

Introduction

- Rémunération des participantes
- Présentation (rappel) du projet de recherche
- Rappel des points importants du formulaire de consentement déjà signé par les participantes lors de l'entrevue individuelle
- Présentation de l'objectif de l'entretien de groupe
- Présentation des règles spécifiques à l'entretien de groupe (confidentialité quant aux propos échangés, fonctionnement des droits de parole, respect des autres participantes même si propos divergents, toutes les réponses sont bonnes, nous ne sommes pas à la recherche de consensus)

Questions ouvertes

Thèmes	Résultats préliminaires présentés par l'étudiante-chercheure	Questions adressées aux participantes
Lairet	- La plupart des femmes habitent Lairet depuis peu de temps et ont connu d'autres quartiers	- Pourquoi avez-vous choisi Lairet comme quartier ? - Est-ce plus facile ou plus difficile d'avoir accès à de la nourriture ici, en comparaison avec les autres quartiers où vous avez habité ?
La voiture	- Présenter les cartes produites aux participantes et dégager les grandes tendances ?	- Quelles sont vos réactions face à ces cartes ? - Est-ce que ça prend une voiture lorsqu'on habite Lairet et qu'on a des enfants ?

«L’approvisionnement alimentaire et l’accès aux aliments de mères de famille monoparentale du quartier Limoilou à Québec»

13 mai 2014 - Elise Landry

Recours aux ressources	- Recourir aux ressources d’aide alimentaire semble parfois être une voie difficile, mais toutes y recourent.	- Est-ce que c’est essentiel ? Seriez-vous capable d’arriver sans ?
L’accès à l’information	- La plupart des femmes ont recours à des ressources qui leur ont été recommandés par d’autres personnes.	- Qu’est-ce qui est le plus aidant pour connaître les ressources disponibles ? - Le réseau social ? Internet ? Le 211 ? Des feuillets d’information ?
La pension alimentaire	- J’ai remarqué que plusieurs femmes ne bénéficiaient pas de pension alimentaire pour leurs enfants même si elles en avaient la garde complète	- Est-ce facile d’avoir accès à une pension alimentaire de la part du père de son enfant ?
Emploi et accès aux aliments	- L’entrée en emploi semble être appréhendée par la plupart des femmes qui ne travaillent pas. Pour celles qui travaillent, l’emploi ne semble pas nécessairement être synonyme d’un meilleur accès aux aliments.	- Est-ce qu’on améliore vraiment ses conditions de vie lorsqu’on est en emploi ? - Est-ce que l’accès aux aliments en est facilité ?
Le plaisir et la nécessité	- Certaines participantes m’ont dit qu’elles étaient un peu «en survie». - Plusieurs se privent de plaisirs alimentaires pour arriver financièrement. - Cependant, toutes veulent faire plaisir à leurs enfants.	- Qu’est-ce qui motive votre approvisionnement alimentaire ? (par ex. : la survie ? le plaisir ?)
OLO	- OLO est un programme qui vise à aider les femmes à faible à avoir accès à des aliments, mais nous en avons peu parlé en entrevues individuelles.	- Est-ce que certaines d’entre vous y ont eu recours ? Est-ce que cela a facilité votre accès aux aliments ?
Facteurs facilitant	Plusieurs d’entre vous m’ont dit qu’elles participaient à la recherche pour rencontrer d’autres femmes afin d’échanger des trucs.	Quels-sont les trucs que aimeriez-vous échanger ? Y a-t-il des incontournables dans votre approvisionnement alimentaire ?

Y a-t-il des choses que vous aimeriez ajouter ? Avez-vous des questions ?

Fin de l’entretien

- Remerciements

Annexe 7 : Formulaire de consentement

Titre de la recherche : L'approvisionnement alimentaire et l'accès aux aliments de mères de familles monoparentales du quartier Limoilou à Québec

1 de 3

Formulaire de consentement

Présentation du chercheur

Cette recherche est réalisée dans le cadre du projet de maîtrise de Elise Landry, dirigé par Sophie Dupéré, professeure adjointe à la Faculté des sciences infirmières à l'Université Laval.

Avant d'accepter de participer à ce projet de recherche, veuillez prendre le temps de lire et de comprendre les renseignements qui suivent. Ce document vous explique le but de ce projet de recherche, ses procédures, avantages, risques et inconvénients. Nous vous invitons à poser toutes les questions que vous jugerez utiles à la personne qui vous présente ce document.

Nature de l'étude

La recherche a pour objectifs de :

- 1) Mieux comprendre comment les mères de familles monoparentales à faible revenu du quartier Limoilou s'approvisionnent en aliments;
- 2) Comprendre ce qui facilite ou ce qui nuit à leur accès aux aliments.

Déroulement de la participation

Votre participation à cette recherche consiste à participer à une entrevue individuelle d'une durée d'environ une heure à une heure trente et à une entrevue de groupe de la même durée.

L'entrevue individuelle portera sur les éléments suivants :

- Comment vous vous approvisionnez en aliments;
- Ce qui vous aide et ce qui vous nuit dans votre accès aux aliments.

Lors de cette entrevue individuelle, vous serez invitée, si vous le souhaitez, à dessiner, avec l'aide de l'étudiante, une carte qui illustre les façons dont vous vous approvisionnez en aliments. On discutera de ce qui vous aide et de ce qui vous nuit dans votre accès aux aliments. Cette première phase durera environ 45 minutes. Vous prendrez ensuite environ 5 minutes pour remplir un court questionnaire sociodémographique.

L'entrevue de groupe se déroulera environ trois mois plus tard. L'étudiante vous présentera les premiers résultats obtenus suite aux entrevues individuelles. Vous serez invitée à confirmer ou non ces résultats, à faire des ajouts ou des modifications.

Les deux entrevues seront enregistrées à l'aide d'un magnétophone et seront ensuite transcrites sur papier. Les cartes produites seront la propriété de l'étudiante qui pourra vous en laisser une copie, si vous en faites la demande.

Projet approuvé par le Comité d'éthique de la recherche de l'Université Laval (no d'approbation 2050-729), le 30 février 2050
initiales _____

Avantages, risques ou inconvénients possibles liés à votre participation, (compensation, le cas échéant)

Le fait de participer à cette recherche vous offre une occasion de réfléchir et de discuter en toute confidentialité à propos de vos pratiques d'approvisionnement alimentaire ainsi que de l'accès aux aliments dans votre quartier. L'entrevue groupe vous permettra de mettre en commun votre expérience et vos connaissances à ce sujet. Ultimement, on souhaite que cette recherche permette de favoriser l'accès aux aliments dans votre quartier.

Un montant de 20\$ par entrevue vous sera remis afin de compenser les frais encourus par votre participation à ce projet de recherche et afin de vous remercier de votre collaboration.

Il est possible que le fait de raconter votre expérience suscite des réflexions ou des souvenirs émouvants ou désagréables. Si cela se produit, n'hésitez pas à en parler avec la personne qui mène l'entrevue. Celle-ci pourra vous mentionner le nom d'une ressource en mesure de vous aider, au besoin. Vous serez libre de ne pas répondre à certaines questions, sans avoir à vous justifier.

Participation volontaire et droit de retrait

Vous êtes libre de participer à ce projet de recherche. Vous pouvez aussi mettre fin à votre participation sans conséquence négative ou préjudice et sans avoir à justifier votre décision. Si vous décidez de mettre fin à votre participation, il est important d'en prévenir le chercheur dont les coordonnées sont incluses dans ce document. Tous les renseignements personnels vous concernant seront alors détruits.

Confidentialité et gestion des données

La confidentialité des renseignements fournis par les participantes est assurée à l'intérieur des limites prescrites par les lois québécoises et canadiennes. Les mesures suivantes seront appliquées afin de s'en assurer :

- Les noms des participantes ne paraîtront dans aucun rapport;
- les divers documents de la recherche seront codifiés et seule l'étudiante aura accès à la liste des noms et des codes;
- les résultats individuels des participantes ne seront jamais communiqués;
- les matériaux de la recherche, incluant les données et les enregistrements audio, seront conservés sur un ordinateur et protégés par un mot de passe. Les cartes format papier produites par les participantes seront conservées dans une filière sous-clé, dans le bureau de la directrice de l'étudiante. Tous ces documents seront détruits un an après la fin de la recherche, approximativement en juin 2015 ;
- la recherche fera l'objet de publications scientifiques, et aucun participant ne pourra y être identifié ou reconnu;
- si une carte géographique est produite afin de confiner certains résultats, aucune information s'y trouvant ne permettra d'identifier les participantes ou de retracer leur domicile;
- un court résumé des résultats de la recherche sera expédié aux participants qui en feront la demande en indiquant l'adresse où ils aimeraient recevoir le document, juste après l'espace prévu pour leur signature ;
- lors du partage des résultats préliminaires (entrevue de groupe), les mesures seront prises afin que l'anonymat soit gardé quant aux propos recueillis lors des entrevues individuelles.

Dans un souci de protection, le ministère de la Santé et des Services sociaux demande à tous les comités d'éthique désignés d'exiger que le chercheur conserve, pendant au moins un an après la fin du projet, la liste des participants de la recherche ainsi que leurs coordonnées, de manière à ce que, en cas de nécessité, ceux-ci puissent être rejoints rapidement.

Renseignements supplémentaires

Si vous avez des questions sur la recherche ou sur les implications de votre participation, veuillez contacter Elise Landry, étudiante-chercheuse, au numéro de téléphone suivant : 581-741-6883 ou à l'adresse courriel suivante : elise.landry.1@ulaval.ca .

Remerciements

Votre collaboration est précieuse pour nous permettre de réaliser cette étude et nous vous remercions d'y participer.

Signatures

Je soussigné(e) _____ consens librement à participer à la recherche intitulée : « titre complet de la recherche ». J'ai pris connaissance du formulaire et j'ai compris le but, la nature, les avantages, les risques et les inconvénients du projet de recherche. Je suis satisfait(e) des explications, précisions et réponses que le chercheur m'a fournies, le cas échéant, quant à ma participation à ce projet.

Signature du participant, de la participante

Date

Un court résumé des résultats de la recherche sera expédié aux participants qui en feront la demande en indiquant l'adresse où ils aimeraient recevoir le document. **Les résultats ne seront pas disponibles avant le 30 juin 2014. Si cette adresse changeait d'ici cette date, vous êtes invité(e) à informer la chercheuse de la nouvelle adresse où vous souhaitez recevoir ce document.**

L'adresse (électronique ou postale) à laquelle je souhaite recevoir un court résumé des résultats de la recherche est la suivante :

J'ai expliqué le but, la nature, les avantages, les risques et les inconvénients du projet de recherche au participant. J'ai répondu au meilleur de ma connaissance aux questions posées et j'ai vérifié la compréhension du participant.

Projet approuvé par le Comité d'éthique de la recherche de l'Université Laval (no d'approbation 2050-729), le 30 février 2010
initiales _____

Signature du chercheur

Date

Plaintes ou critiques

Toute plainte ou critique sur ce projet de recherche pourra être adressée au Bureau de l'Ombudsman de l'Université Laval :

Pavillon Alphonse-Desjardins, bureau 3320
2325, rue de l'Université
Université Laval
Québec (Québec) G1V 0A6
Renseignements - Secrétariat : (418) 656-3081
Ligne sans frais : 1-866-323-2271
Courriel : info@ombudsman.ulaval.ca

Copie du participant

Annexe 8 : Types d'aliments présents, peu présents ou absents des comptoirs alimentaires selon les participantes

Aliments présents	Aliments peu présents ou absents
Aliments secs (biscuits, chips, gâteaux, bonbons)	Viande (viande rouge, volaille, charcuteries)
Boîtes de conserve (tomates, fruits, pois, soupe)	Poisson
Légumes (patates, chou, carottes, oignons, betteraves)	Produits laitiers (lait, yogourt, fromage)
Condiments (beurre d'arachides, sauces)	Œufs
Fruits	Fruits
Pain	Ingrédients pour cuisiner (huile, épices, sucre)

Ce tableau fait état des catégories d'aliments que les participantes disent retrouver dans les comptoirs alimentaires qu'elles fréquentent (Aliments présents) et de ceux qu'elles ne retrouvent jamais ou que rarement (Aliments peu présents ou absents). Fait à noter, les femmes rencontrées rapportent des différences dans la variété d'aliments distribués au sein des différents comptoirs alimentaires qu'elles fréquentent ou ont fréquentés. C'est ce qui explique que la catégorie «Fruits» se retrouve dans l'une et l'autre des colonnes.