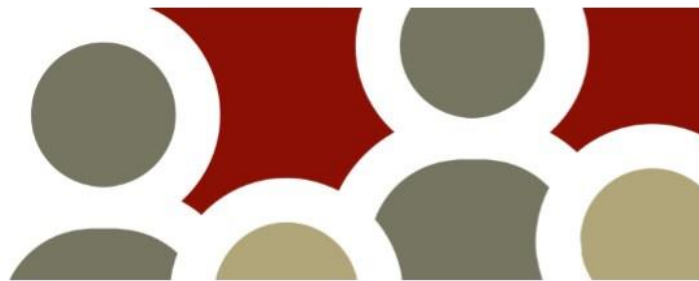




TABLE DES PARTENAIRES
DU DÉVELOPPEMENT SOCIAL
DE LANAUDIÈRE



Mémoire
pour une politique bioalimentaire du Québec
dans le cadre de la démarche
du Sommet de l'alimentation

Rédigé par la Table des partenaires du développement social de Lanaudière

Adopté par son conseil d'administration

Le 14 mars 2017

|

Table des matières

Mise en contexte	1
La saine alimentation comme norme sociale.....	1
Les producteurs la produisent et la transforment	2
Les parents la cuisinent	3
Toute la population y a accès	4
On ne la gaspille pas.....	5
Recommandations : La saine alimentation, une norme sociale	7

Mise en contexte

En 2016, le ministre de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation, M. Pierre Paradis a présenté une démarche entourant le Sommet sur l'alimentation qui mènera à l'élaboration de la future Politique bioalimentaire du Québec en 2017. C'est dans le cadre de cette démarche que la Table des partenaires du développement social de Lanaudière (TPDSL) présente ce mémoire. La TPDSL est un organisme de concertation régional qui coordonne, depuis 2006, le Comité régional en sécurité alimentaire où sont représentés des acteurs de différents secteurs préoccupés par la sécurité alimentaire.

Ce document, qui souhaite faire ressortir l'importance d'une saine alimentation pour toute la population, interpelle la responsabilité de tous : producteurs, transformateurs, familles, écoles, consommateurs, municipalités, ministères, etc. Pour la TPDSL, il est inconcevable qu'en 2017, les gens souffrent encore de la faim ou de la malnutrition. D'un côté, 9 809 personnes utilisent les banques alimentaires¹ et d'un autre côté, 52,3% de Lanaudois et Lanaudoises présentaient un surplus de poids en 2011-2012².

Il n'y a plus de doute, une saine alimentation est synonyme de meilleure santé! Mais il n'est pas toujours facile de bien s'alimenter. Le manque de connaissance, le manque de temps, le manque d'argent, d'accès aux épiceries, aux aliments nutritifs, etc. représentent plusieurs barrières à la saine alimentation. De plus, l'abondance d'information sur la nutrition disponible sur Internet ou ailleurs, donne l'impression que la population est en mesure de faire de meilleurs choix, mais au contraire, elle rend les consommateurs plus vulnérables à la désinformation, ce qui peut avoir des conséquences néfastes sur leur santé.

La saine alimentation comme norme sociale

Heureusement, de plus en plus d'initiatives sont mises en place pour contourner ces barrières et faire en sorte que la saine alimentation devienne de plus en plus la norme. Par contre, plusieurs efforts sont encore nécessaires, car « Les normes sociales étant ancrées socialement, il n'est pas facile de les faire changer. Les interventions mises en oeuvre doivent être menées conjointement par différents acteurs, avec toute l'ampleur requise et sur une période de temps se chiffrant davantage en années qu'en mois ou en semaines³ ».

Cependant, selon Baril et Paquette (2012), « le mémoire de l'INSPQ à la Commission sur l'avenir de l'agriculture et de l'agroalimentaire québécois pointait du doigt le manque d'adéquation entre les besoins réels de la population et l'offre alimentaire telle que définie par l'industrie⁴. Or, l'industrie alimentaire ne peut porter seule la responsabilité d'une offre alimentaire saine. Toujours selon Baril et Paquette (2012), « Sans abandonner le travail de sensibilisation de la population aux enjeux nutritionnels, le défi des prochaines années en promotion de la saine alimentation pourrait être de parvenir à un encadrement de l'industrie

¹ Bilan faim 2015

² Service de surveillance, recherche et évaluation, La région de Lanaudière et sa population. État des lieux et perspectives, Joliette, Centre intégré de santé et de services sociaux de Lanaudière, Direction de santé publique, juillet 2015, 32 p.

³ Groupe de travail sur la transformation des normes sociales, 2014. *Les saines habitudes de vie, c'est bien normal!* Rapport, sous la responsabilité de la Coordination conjointe (Québec en Forme-Directions régionales de santé publique-Ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec), Québec en Forme, 46 p.

⁴ Idem 2

qui favoriserait une contribution plus conséquente de celle-ci à l'émergence d'une nouvelle norme sociale en alimentation⁵».

Pour que la saine alimentation devienne la norme, c'est-à-dire la règle ou le modèle de conduite partagé par la société, elle doit correspondre à des valeurs communes et impliquer une action positive en faveur de celle-ci sous peine de réprobation (de la part de la société ou du groupe de référence) si elle n'est pas disponible, possible, offerte, intégrée dans nos comportements.

Une norme sociale qui prône une alimentation à haute valeur nutritive signifie que les producteurs la produisent et la transforment, les parents la cuisinent et que toute la population y a accès physiquement et économiquement et, surtout, on ne la gaspille pas.

Les producteurs la produisent et la transforment

La superficie agricole dans Lanaudière est plus du tiers de la superficie totale de la région, soit 206 564 hectares. On dénombrait 1559 fermes diversifiées en 2015 : volaille, porc, bovins, agneaux et moutons, œufs, fruits et légumes, lait, pomme de terre, miel, sirop. De plus, son climat est favorable à l'agriculture et sa proximité avec Montréal permet aux agriculteurs de développer un marché important pour leurs produits. C'est l'abondance dans la diversité.

La vente de produits agricoles directement à la ferme était autrefois le principal mode de commercialisation. On compte 97 fermes, 33 transformateurs et seulement 28 commerces d'alimentation sur 197 épicerie⁶ qui vendent des produits lanaudois aux consommateurs lanaudois. De nos jours, la grande majorité des aliments circulent entre de nombreux intermédiaires et parcourent des centaines de kilomètres avant d'arriver dans nos assiettes (en moyenne 2400). Pourtant, les circuits courts connaissent un nouvel essor. Avec la montée des coûts de transport et l'intérêt croissant des consommateurs pour les produits locaux, les circuits courts de distribution se révèlent être une avenue gagnante, autant pour les producteurs que pour les consommateurs.

Bien entendu, certains aliments ne sont pas cultivables au Québec, qu'on pense à certains fruits comme les agrumes, les ananas, les bananes ou des produits transformés comme le café, le cacao, le thé, les épices, ainsi que certains produits marins. Toutefois, en suivant le rythme des saisons on peut adapter notre alimentation au gré des semaines. D'ailleurs 53% des produits alimentaires achetés par les Québécois proviennent de fournisseurs (producteurs et transformateurs) du Québec.

Aussi et malgré la forte croissance de la transformation de la production bioalimentaire, Lanaudière fait face à certaines problématiques liées à la mise au point et au développement de produits. Le Cégep régional de Lanaudière à Joliette dispose d'un complexe multifonctionnel de haut niveau pour la transformation des aliments. Les activités du Centre d'innovation en transformation des aliments de Lanaudière (CITAL), issues de la collaboration entre le Cégep et le Conseil de développement bioalimentaire de Lanaudière, permettent aux producteurs et aux transformateurs de la région un accès privilégié aux équipements, à l'expertise et aux ressources spécialisées du complexe agroalimentaire.

⁵ Idem 2

⁶ Goutez Lanaudière, Répertoire 2016

À l'épicerie, il n'est pas toujours facile de s'y retrouver pour connaître la provenance de nos aliments. On trouve sur le site d'Équiterre⁷ quelques trucs pour les reconnaître. Au-delà de l'appellation et le logo Aliments du Québec, il existe aussi des certifications régionales. Lanaudière possède la sienne « Goutez Lanaudière » qui signifie que 50% des ingrédients sont de la région et 80% du produit est transformé dans la région. Il existe plusieurs initiatives pour favoriser l'achat local dans Lanaudière. Il est primordial de continuer de soutenir financièrement ce genre d'initiatives :

- La Grande Tablée : à chaque mois de mai, 6 soirées de repas gastronomiques élaborés à partir de produits lanaudois;
- Les Portes ouvertes sur les fermes du Québec, dont Lanaudière, ont lieu au début du mois de septembre;
- Le projet Bonne Boîte Bonne Bouffe tend à fournir 50% de fruits et légumes locaux dans ses boîtes;
- Neuf fermes, membres d'Équiterre et autres producteurs non-resautés offrent des paniers de produits bios aux citoyens;
- Il existe 6 marchés publics et 2 marchés de solidarité qui offrent des produits locaux pendant l'été;
- Le Conseil de développement bioalimentaire de Lanaudière a produit le Guide de l'achat à la ferme.

Les parents la cuisinent

La perte de compétences culinaires et le manque de connaissances en saine alimentation préoccupe de plus en plus les autorités de santé publique⁸. Au Québec comme dans Lanaudière, sur le plan des connaissances et des habiletés des ménages en matière de nutrition, de budget et de gestion des aliments, des observations indiquent la perte du savoir culinaire. Selon Christina Blais du département de nutrition de l'Université de Montréal⁹, 45% des parents n'ont pas appris à cuisiner à leurs enfants et 60% des moins de 35 ans cuisineraient davantage s'ils avaient plus de connaissances culinaires. La littérature démontre que plus les compétences culinaires d'un individu sont grandes, moins il consomme de mets prêts-à-manger. L'inverse est aussi vrai : les gens qui ont des compétences culinaires limitées consomment davantage de plats prêts-à-manger. Or nous savons que les plats prêts à manger sont souvent plus salés et plus gras.

À l'école, bien que certains enseignants prennent l'initiative d'aborder l'alimentation dans leur classe, au Québec comme ailleurs, de nombreuses voix réclament le retour des cours d'économie familiale à l'école, ou l'organisation d'ateliers culinaires. L'objectif : transmettre aux enfants les connaissances et les compétences alimentaires nécessaires pour cuisiner et faire des choix nutritionnels éclairés¹⁰.

Aujourd'hui, l'alimentation quotidienne est à l'image du rythme de vie effréné; les repas sont préparés et consommés à toute vitesse, souvent sur les lieux de travail ou à l'école. De façon générale, à la maison les repas représentent de moins en moins une occasion de se retrouver en

⁷ <http://www.equiterre.org/solution/exigez-local>

⁸ État de situation (mise à jour 2013), TPDSL, Sabine Roblain, 2012

⁹ Christina Blais, 2007. Département de nutrition de l'Université de Montréal. Présentation : Inquiétudes sur les habiletés culinaires et des connaissances sur les aliments chez les futures diététistes.

¹⁰ COALITION POIDS. Un trio de recommandations pour permettre aux jeunes de développer leurs compétences alimentaires et culinaires à l'école, 2013, p. 3. [Consulté le 11 novembre 2014]

famille, de partager un moment de qualité tant dans leur préparation (très courte, peu élaborée, etc.) que dans leur partage (devant la télé, consommés rapidement, à des heures éparpillées, etc.).

Même si on travaillait assidument à développer le savoir-faire culinaire dans divers milieux de vie pour que la saine alimentation devienne une norme sociale, la population en générale a besoin d'être exposée, et selon le cas, de se réapproprier des comportements favorisant de saines habitudes alimentaires tels que cuisiner et manger en famille¹¹. Une Campagne de sensibilisation public cible et grand public telle que « *Bien manger, c'est pas si compliqué* » permettrait de faire changer les pratiques et le regard que l'on porte sur l'alimentation en général. Il serait pertinent de faire valoir l'importance du transfert et de l'acquisition de compétences culinaires, les bienfaits et le plaisir de manger en famille, et des pratiques de conciliation famille-travail pour aider les familles à avoir du temps pour soutenir de meilleures pratiques alimentaires.

Toute la population y a accès

En plus de sensibiliser la population à la saine alimentation, il est primordial d'en favoriser son accessibilité. L'accessibilité physique : accès aux commerces d'alimentation, aliments sains disponibles dans l'offre alimentaire (aréna, restaurants, cafétéria, banque alimentaire, etc.), et l'accessibilité économique : prix des aliments, revenu suffisant pour se nourrir, contribuent à faciliter les choix sains pour la population.

Près de la moitié de la population québécoise vit dans des secteurs urbains ou ruraux offrant un faible accès géographique aux commerces d'alimentation, et environ 5% de la population habite des secteurs pouvant être considérés comme des déserts alimentaires¹², c'est-à-dire « un secteur qui procure un faible accès à des commerces pouvant favoriser une saine alimentation et qui est défavorisé sur le plan socioéconomique¹³ ».

Certaines municipalités de notre région n'ont plus d'épicerie. Les citoyens doivent franchir de longues distances afin de s'approvisionner. Dans certaines municipalités, seuls des dépanneurs sont encore disponibles et l'offre alimentaire est souvent de faible qualité et plus dispendieuse.

En janvier 2016, le coût minimum d'une alimentation nutritive était de 8,70\$ par personne par jour pour une famille de quatre : un homme (31-50 ans), une femme (31-50 ans), un garçon (14-18 ans) et une fille (9-13 ans)¹⁴. En 2013, dans Lanaudière, l'analyse du coût du panier à provisions nutritif (PPN) a révélé que la proportion du coût du PPN variait de 13,5% du revenu médian après impôt (en 2010) jusqu'à 46% pour des familles à faible revenu. Il est donc facile d'imaginer que les familles à faible revenu n'ont pas le pouvoir d'achat nécessaire pour bien se nourrir, même à partir d'aliments de base économiques. Par conséquent, la santé et la qualité de vie de ces familles se voient compromises. Selon le MAPAQ, les dépenses liées à l'alimentation des ménages sont d'environ 9 000\$ par an (13% des dépenses totales).

11 http://www.quebecenforme.org/media/37101/tlmat_lanaudie_re.pdf, Rapport d'Extenso, Tout le monde à table

12 Parent M-P. et Leblond A. (2016). Implanter un supermarché, une épicerie ou une fruiterie dans un secteur qualifié de « désert alimentaire », MSSS, 28p.

13 Robitaille E. et Bergeron P. (2013). Accessibilité géographique aux commerces alimentaires au Québec : analyse de situation et perspectives d'interventions, Institut national de santé publique du Québec, 47 p

14 <http://www.dispensaire.ca/app/uploads/16-01-Co%C3%BBt-PPN-FR.pdf> consulté en février 2017.

Aux États-Unis, des chercheurs ayant suivi le prix des aliments de l'année 1985 à 2000, ont trouvé que le prix des aliments transformés, contenant des sucres et gras, avait tendance à beaucoup moins augmenter que les aliments moins transformés tels que les fruits et légumes. Les aliments ultra-transformés sont une tendance du système alimentaire mondiale. Malheureusement, les régimes à plus faibles coûts sont plus riches en calorie, en sucre et en gras. Ainsi, pour les populations plus défavorisées, choisir des aliments riches en énergie (et faible en éléments nutritifs) devient un « choix judicieux », pour nourrir la famille, du point de vue économique¹⁵. De plus, l'analyse de 19 études a permis de constater que chaque réduction de 10 % du prix des aliments sains faisait augmenter leur consommation de 12 %. Dans le cas des fruits et des légumes, l'augmentation atteignait 14 %. Les auteurs considèrent que le niveau de preuve de l'efficacité de cette mesure est excellent¹⁶.

Rendre la saine alimentation accessible c'est vendre à moindre coût des produits alimentaires de base tels que le lait, le pain, les fruits et légumes, la farine et les viandes, et de favoriser l'implantation de commerces d'alimentation dans tous les milieux, incluant les milieux défavorisés.

Finalement, une politique agroalimentaire agissant sur la production agricole (politiques commerciales, subvention, soutien des prix et des revenus, etc.), la transformation (programme de recherche et de développement valorisant la qualité nutritionnelle, les taxes et subventions sur les ingrédients comme le sucre, le sel, ..., etc.) et le détail (taxes et subvention sur les aliments, réglementation sur l'étiquetage, etc.) serait une solution, car elle pourrait influencer le prix des aliments, la disponibilité et la qualité nutritionnelle (INSPQ 2011).

On ne la gaspille pas

Il est inconcevable dans un pays riche comme le nôtre que bons nombres de citoyens jettent leur nourriture pendant que d'autres ne mangent pas assez et ont recours aux banques alimentaires.

Au Québec, plus d'un enfant sur trois est touché par la faim¹⁷. Dans Lanaudière, en 2013-2014, environ 24 000 personnes vivent de l'insécurité alimentaire.¹⁸ Par conséquent, les organismes d'aide alimentaire de la région sont fortement sollicités et mentionnent qu'ils manquent régulièrement de nourriture pour répondre aux besoins. En effet, depuis la hausse du panier d'épicerie, de plus en plus de gens souffrent d'insécurité alimentaire dans Lanaudière.

La lutte contre le gaspillage alimentaire est plus que jamais un sujet d'actualité. Au Canada, c'est 27 milliards de dollars en nourriture qui disparaissent chaque année, selon une étude du Value Chain Management Center (VCVM) publiée en 2010. D'après Gooch et Felfel (2014), la plus grande part du gaspillage alimentaire, soit 47 %, est attribuable aux consommateurs canadiens, à domicile. Par ailleurs, 20 % est associé à la transformation, 10 % à la vente au

¹⁵ Batal, M. et coll. *Les systèmes alimentaires, module 2*. Certification universitaire en nutrition en santé publique. Groupe de travail multi-universitaire, 2015.

¹⁶ Afshin, A. et coll. The prospective impact of food pricing on improving dietary consumption: A systematic review and meta-analysis. *PLOS ONE*. March 1, 2017, Veille Action, pour les saines habitudes de vie, 7 mars 2017

¹⁷ Guide pour la récupération alimentaire auprès des petits et moyens commerces de Montréal, Ville en vert et Chantier sécurité alimentaire de solidarité Ahuntsic, 2016, 12p.

¹⁸ On surveille pour vous, Bulletin d'information lanauchois, Août 2016, N°49, Centre intégré de santé et de services sociaux de Lanaudière, Direction de santé publique, Service de surveillance, recherche et évaluation.

détail, 10 % à la ferme, 9 % aux secteurs de la restauration et de l'hôtellerie et 4 % au transport et à la distribution.

Le Comité régional en sécurité alimentaire (CRSÉA), coordonné par la TPDSL a actualisé son plan d'action 2015-2018, lequel a pour mission de créer des conditions favorables à la sécurité alimentaire et réfère à la mise sur pied d'initiatives visant la lutte au gaspillage alimentaire et à la recherche de solutions durables au problème de précarité alimentaire. S'inspirant des meilleures pratiques, telles La Carotte Joyeuse à Nicolet, ou encore la distribution des surplus des supermarchés par les organismes Moisson du Québec, le CRSÉA compte mettre de l'avant des actions visant l'éducation, la récupération et la transformation alimentaire.

Le gaspillage alimentaire reste l'affaire de tous. Du producteur dans son champ en passant par le transformateur, le distributeur, le restaurateur ou le consommateur, chacun a un rôle à jouer dans la chaîne de production afin de redistribuer les surplus de denrées plutôt que de les gaspiller. Québec en forme propose des solutions pour éviter le gaspillage¹⁹ :

- Redistribuer les surplus de production aux organismes communautaires qui viennent en aide aux populations vulnérables;
- commercialiser les aliments moches, réduire les prix de ceux qui approchent la date de péremption et collaborer avec les organismes locaux pour redistribuer les invendus;
- réduire les grosseurs des assiettes dans les restaurants et voir à offrir du pain sur demande seulement;
- Donner les surplus alimentaires à des organismes communautaires qui viennent en aide aux populations vulnérables;
- sensibiliser et éduquer les consommateurs aux mesures pouvant être prises pour réduire le gaspillage alimentaire;
- sensibiliser la population à l'importance d'utiliser le système de collecte des déchets alimentaires et de compostage;
- sensibiliser et éduquer les usagers des organismes communautaires pour réduire le gaspillage alimentaire : améliorer les habiletés culinaires, jardinage, achats groupés, etc.
- s'outiller et s'inspirer des divers initiatives visant la réutilisation des aliments : Second Life, Sauve ta bouffe, À vos Frigos, Bon Appétit.

¹⁹ Veille action sur les saines habitudes de vie, Québec en forme, Système alimentaire Montréalais

Recommandations : La saine alimentation, une norme sociale

L'alimentation est un besoin de base pour exister. Si on n'a pas accès à une alimentation saine, notre santé est en danger. Le MAPAQ, étant le ministère responsable de l'alimentation devrait jouer un rôle de leader dans une mobilisation qui interpelle les ministères de la Santé, de l'Éducation, de l'Économie, de l'Innovation et de l'Exportation, de la Famille, du Travail, de l'Emploi et de la Solidarité sociale, de l'Immigration, de la Diversité et de l'inclusion et des Affaires municipales pour développer des actions concertées visant la saine alimentation qui favorisent :

- le développement et le maintien d'une bonne santé
- une meilleure concentration des élèves à l'école
- le développement de compétences culinaires et alimentaires
- des horaires de travail permettant de cuisiner et manger en famille
- la production et la transformation de produits alimentaires à l'échelle locale
- la présence de commerces d'alimentation (épiceries) à proximité
- une saine compétitivité avec les produits qui viennent d'autres pays

Pour ce faire, ça prend :

- des prestations ou des emplois permettant d'avoir des revenus qui permettent de sortir de la pauvreté;
- des programmes de conciliation famille-travail;
- des lieux de formation en cuisine : écoles, organismes communautaires, etc.
- des politiques alimentaires dans les services publics;
- des subventions pour soutenir les agriculteurs et les transformateurs;
- des campagnes de sensibilisation à la saine alimentation et à l'achat local;
- des ententes de gestion de l'offre et des ententes de libre-échange respectueuses de nos producteurs;
- des subventions pour le transfert des fermes;
- des services de proximité;
- des politiques d'immigration qui permettent à des étrangers qui veulent venir travailler dans nos champs;
- etc.

Pour faire de la saine alimentation une norme sociale, il faut que ce soit normal qu'on s'en préoccupe tous.

La Table des partenaires du développement social de Lanaudière est une structure de concertation qui réunit et mobilise différents partenaires afin qu'ils joignent leurs forces respectives pour permettre l'amélioration de la qualité de vie de tous les lanaudoises et lanaudois (www.tpdsl.org).