

Vivre la pauvreté
et l'insécurité alimentaire

en Gaspésie et aux Îles-de-la-Madeleine

Analyse de récits biographiques



Résultats de recherche

Vivre la pauvreté et l'insécurité alimentaire en Gaspésie et aux Îles-de-la-Madeleine

Analyse de récits biographiques

*Agence de la santé
et des services sociaux
de la Gaspésie –
Îles-de-la-Madeleine*

Québec 

Recherche et rédaction

Jocelyne Côté, agente de planification, de programmation et de recherche

Révision de texte

Christiane Paquet, coordonnatrice en santé communautaire

Claudine Lamontagne, agente administrative

Mise en page

Claudine Lamontagne, agente administrative

Conception graphique

Azentic

Impression

Imprimerie des Anses

Production et diffusion

Direction de santé publique Gaspésie—Îles-de-la-Madeleine

205-1, boulevard de York Ouest

Gaspé (Québec) G4X 2W5

Référence suggérée

CÔTÉ, Jocelyne, 2007. *Vivre la pauvreté et l'insécurité alimentaire en Gaspésie et aux Îles-de-la-Madeleine. Analyse de récits biographiques*. Gaspé, Direction de santé publique Gaspésie—Îles-de-la-Madeleine.

Ce document est un condensé de résultats de recherche tirés du rapport de recherche *Le quotidien de la pauvreté et l'expérience de l'insécurité alimentaire en Gaspésie et aux Îles-de-la-Madeleine*. On peut trouver ce document le site web de l'Agence de la santé et des services sociaux de la Gaspésie—Îles-de-la-Madeleine à l'adresse suivante :

www.agencesssgim.ca

ISBN : 978-2-923129-45-7

Dépôt légal : Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2007

Bibliothèque et Archives Canada, 2007

Note au lecteur

Le genre masculin utilisé dans le texte désigne aussi bien les hommes que les femmes et n'est utilisé qu'aux fins d'alléger le texte.

La réalisation de ce projet est rendue possible grâce à une subvention conjointe du ministère de la Santé et des Services sociaux et de l'Agence de la santé et des services sociaux de la Gaspésie—Îles-de-la-Madeleine dans le cadre du Programme de subventions en santé publique pour projets d'étude et d'évaluation.

Introduction

Les résultats de recherche présentés dans cette brochure sont les faits saillants d'une étude sur l'insécurité alimentaire réalisée entre 2006 et 2007 par la Direction de santé publique Gaspésie—Îles-de-la-Madeleine¹, à l'instigation de la Table de concertation en sécurité alimentaire de la Gaspésie et des Îles-de-la-Madeleine (TCSAGÎM). Ces résultats sont issus de l'analyse d'entrevues de style biographique menées auprès de 36 personnes économiquement défavorisées de la région².

Qu'est-ce que l'insécurité alimentaire? L'insécurité alimentaire correspond à l'incapacité de se procurer de la nourriture par des moyens socialement acceptables, à l'incapacité de consommer des aliments de qualité adéquate en quantité suffisante ou à l'incertitude d'être capable de le faire. On estime qu'environ 7 000 personnes en Gaspésie et aux Îles-de-la-Madeleine sont susceptibles de souffrir d'insécurité alimentaire.

L'insécurité alimentaire est donc essentiellement une problématique sociale et de santé liée à la pauvreté. En poursuivant l'objectif d'éclairer comment se traduit la pauvreté dans le quotidien des personnes défavorisées et de leur famille, les entrevues ont permis de questionner l'impact qu'elle a notamment sur l'alimentation et la santé et d'identifier les circonstances dans lesquelles apparaissent la privation de nourriture, la crainte de manquer de nourriture et la faim. Les entrevues ont aussi fait émerger quelques éléments sur lesquels, en dépit du caractère parfois écrasant de pauvreté, il semble possible d'agir afin d'en atténuer les méfaits.

Méthodologie de la recherche

Type de recherche :

Recherche qualitative basée sur des entrevues.

Objectif principal :

Décrire et comprendre la réalité des personnes de la Gaspésie et des Îles-de-la-Madeleine qui vivent de l'insécurité alimentaire, qu'elles aient ou non recours aux organismes d'aide alimentaire.

Méthode et informateurs :

Entrevues de style biographique réalisées avec 36 adultes.

¹ Côté, Jocelyne, 2007. *Le quotidien de la pauvreté et l'expérience de l'insécurité alimentaire en Gaspésie et aux Îles-de-la-Madeleine. Rapport de recherche.* Gaspé, Direction de santé publique Gaspésie—Îles-de-la-Madeleine.

² Dans ce document, nous désignons les personnes interviewées par le terme « informateurs ».

La réalité budgétaire des personnes pauvres et de leur famille

La pauvreté étant d'abord affaire de contraintes financières et matérielles, aussi est-il primordial d'exposer quelques aspects de cette réalité. Le revenu approximatif moyen disponible dans les ménages auxquels appartiennent nos informateurs est de 1 200 \$ par mois. Les deux tiers de ces ménages vivent toutefois avec un revenu inférieur à cette moyenne, les ménages qui vivent de l'aide sociale devant compter avec un revenu deux fois moins élevé (662 \$ par mois en moyenne) que les autres ménages. En tenant compte du nombre des personnes incluses dans ces ménages, on se rend compte qu'ils se situent globalement en-dessous du seuil de faible revenu. La situation des familles monoparentales apparaît particulièrement frappante, leurs revenus ne s'élevant en moyenne qu'à la moitié du seuil de faible revenu.

Nos 36 informateurs en quelques caractéristiques

32 femmes, 4 hommes

âges variant de 20 à 66 ans

29 ont un diplôme de niveau secondaire ou moins

31 ne travaillaient pas au moment de l'entrevue

21 vivaient de l'aide sociale au moment de l'entrevue

16 avaient reçu du dépannage alimentaire dans la dernière année

14 avaient participé à des cuisines collectives dans la dernière année

Bien que faire un budget soit essentiel à toute bonne gestion d'argent, il est nécessaire aussi de dire que la taille du portefeuille influe directement sur l'éventail des choix de consommation possibles. Gérer un budget très restreint signifie gérer des privations. Dans les ménages de nos informateurs, la part du budget domestique allant à l'alimentation varie de 20 % à 43 %, ce qui est énorme. Le nombre de bouches à nourrir de même que l'âge des enfants affectent également directement la proportion du budget consacrée à l'épicerie.

Outre l'alimentation, on retrouve parmi les dépenses les plus importantes des ménages l'habitation (logement locatif ou maison), le téléphone, le remboursement de dettes et l'électricité. Mises à part les habitations à loyer modique (HLM), les logements bon marché sont rares, de qualité variable, voire de piètre qualité, souvent difficiles à chauffer, ce qui entraîne des frais d'énergie qui, dans certains cas, peuvent s'emballer et devenir incontrôlables. Certains de nos informateurs ne souffrent pas seulement de faim, mais également d'humidité et de froid.

Le transport constitue également un problème important pour qui n'a pas les moyens d'avoir une voiture. En effet, en dehors du taxi et du service d'autocar, il existe peu de moyens de transport public local et régional. Sortir des Îles-de-la-Madeleine, qui sont rattachées au continent par l'avion et le traversier (en saison), présente pour les personnes pauvres encore plus de difficultés. La privation de transport a des conséquences majeures sur la vie quotidienne : confinement à la maison et isolement, dépendance envers l'entourage pour sa mobilité personnelle, accès limité aux services, aux commerces et aux denrées alimentaires. Comme les déplacements courants s'effectuent pour la plupart à pied ou à vélo, l'hiver se traduit par une mobilité encore plus réduite.

Pour les ménages pauvres, les imprévus sont une source d'insécurité d'autant plus importante que les ressources du ménage ne suffisent pas pour couvrir les dépenses prévisibles. Les imprévus sont inévitables, car évidemment tout ne peut être prévu ni contrôlé, mais sans marge de manœuvre pour y faire face, ils deviennent rapidement une source importante de stress. Le sentiment de sécurité s'en trouve affecté puisque celui-ci repose pour beaucoup sur la capacité que l'on a, dans la vie de tous les jours, à assurer la reproduction de nos routines et de nos habitudes censées combler nos besoins. L'insécurité alimentaire vient donc d'un appauvrissement exacerbé à tous les niveaux.

Le budget d'épicerie, les habitudes alimentaires et la faim

Le budget moyen d'épicerie par personne par semaine pour l'ensemble des ménages de nos informateurs est de 28 \$. Il suffit de faire un exercice rapide d'application à la réalité pour se rendre compte de la latitude quasi impossible d'un tel budget. Pour tenter de s'en sortir, un contrôle serré est exercé sur les dépenses : sélection des aliments les moins chers, élaboration de menus pour la semaine ou pour le mois en fonction de ces aliments, confection d'une liste d'épicerie en fonction de ces menus. En conséquence, de nombreux informateurs cuisinent beaucoup, jusqu'à faire leur pain et leurs conserves dans certains cas, et chaque aliment acheté est employé avec le souci du meilleur rendement possible. La « bouffe maison » occupe donc une place importante dans les habitudes alimentaires de ces ménages. Il peut arriver que cuisiner se révèle toutefois infaisable. C'est le cas de quelques informateurs qui n'ont pas même les moyens d'acquérir des aliments de base, qui n'ont pas les connaissances nécessaires pour cuisiner, ou qui ne disposent pas de moyens matériels adéquats pour cuisiner (n'ont pas d'électroménagers ou manquent d'ustensiles de cuisine).

La majorité des informateurs dit prendre trois repas par jour, mais un informateur sur six affirme tout de même n'en prendre que deux (déjeuner genre brunch et souper). Les mets les plus fréquemment consommés proviennent de la cuisine traditionnelle, familiale et populaire québécoise : pâtes alimentaires sous diverses formes, viande de bœuf, de poulet ou de gibier préparée de différentes façons, poissons, riz, bouillis et soupes. Des pratiques « coupe-faim » ont été développées par certaines personnes pour tenter de pallier le manque de nourriture, comme sauter un repas, boire beaucoup d'eau ou se gaver d'un aliment bon marché en guise de repas (pain, riz).

La fréquence de l'épicerie varie en fonction de la composition des ménages et de la source principale du revenu. En effet, la fréquence est moindre pour les personnes vivant seules et les couples, que pour les familles où cette fréquence est d'au moins deux fois par mois à une fois par semaine. Les personnes qui vivent de l'aide sociale dépendent de l'arrivée de leur chèque par la poste, ce qui détermine pour la plupart le moment de faire leur épicerie, soit au début du mois. Les personnes vivant de l'aide sociale et ayant des enfants comptent aussi sur la réception de leur chèque d'allocation familiale, vers le 20^e jour de chaque mois, pour faire une seconde épicerie. La première épicerie du mois est, règle générale, considérée comme la plus importante.

Bien que la majorité des informateurs dit avoir assez à manger, c'est aussi la majorité des informateurs qui dit se priver actuellement de certains aliments. Parmi ces personnes, quelques-unes ont spécifié qu'elles se privaient de certains aliments au regard d'une diète à suivre pour raison de maladie (diabète, maladie du cœur, maladie rénale, etc.). D'autres disent se priver davantage au regard de leurs préférences alimentaires, de la variété et de la qualité des aliments, qu'au niveau de la quantité de nourriture en tant que telle. Soulignons cependant qu'un informateur sur six dit souffrir actuellement de la faim.

Nos informateurs expriment une différence entre se priver et avoir faim, la faim incarnant une extrémité dans les privations. Se priver d'aliments que l'on aime, de variété et de qualité, se priver de choses autres qu'alimentaires mais dont on aurait besoin, se priver de loisirs, se priver de transport et de vêtements, parfois de téléphone, d'électricité, de certains électroménagers, obligent à se satisfaire avec ce qui est disponible et accessible. Dans la privation, il est encore possible de « se contenter de ce qu'on a » même si on en souffre, même si c'est très difficile. La faim par contre traduit un état de privations devenu inacceptable et qui porte atteinte à la dignité et à l'intégrité physique des personnes. Avoir faim signifie endurer la sensation d'un appétit non satisfait. Avoir faim signifie perdre du poids, avoir moins d'énergie, avoir des étourdissements et des malaises dus à l'inanition.

À la longue, la pauvreté ronge la qualité de la vie

En situation de privations chroniques, plus le temps s'écoule et plus la qualité de la vie s'effrite : on repousse indéfiniment la visite chez le dentiste ou l'optométriste, l'achat des bottes d'hiver, la réparation de la laveuse, le remplacement d'un matelas sans âge, etc. Les besoins insatisfaits s'accumulent ainsi progressivement sans qu'on ait jamais les moyens d'y remédier. Cet effritement de la qualité de la vie signifie le vécu de situations exigeantes pour le corps : on endure son mal de dents, on supporte le froid et l'humidité, on transporte à pied ses sacs de linge sale à la buanderie ou chez des amies, on s'épuise à ne pas trouver le sommeil dans un lit qui occasionne des maux de dos. Avec le temps, l'attention que l'on accorde à sa propre personne diminue, l'image de soi se dégrade et les occasions de développer des relations sociales s'amenuisent. La privation de transport, en plus d'alourdir la vie quotidienne, constitue une souffrance importante pour les personnes démunies, car elle a un impact direct sur les liens affectifs : elle sépare les familles, limite la jouissance des amitiés et contribue à la solitude. À la longue, cette privation de transport peut éloigner les personnes pauvres de leur propre famille.

Les personnes qui ne disposent pas d'un minimum de moyens financiers pour faire face aux dépenses imprévues (visite dans le temps des fêtes, bris d'un électroménager, etc.) et de parer aux coups durs de la vie (incendie, maladie d'un enfant, etc.) en subissent rudement les conséquences. Plus une personne défavorisée a essuyé d'épreuves et d'échecs dans son histoire, plus elle sera susceptible de vivre de l'insécurité dans tous les domaines de sa vie. Dans un tel contexte où le sentiment d'être sans protection domine, il n'est pas étonnant que la préservation des habitudes et des routines devienne un objet majeur de préoccupation, allant parfois même jusqu'à rendre tout changement risqué. Afin de préserver leurs routines le mieux possible ou cédant au fol espoir d'améliorer leur qualité de vie, certaines personnes ne disposant pas des capacités de remboursement appropriées mettent le doigt dans l'engrenage des achats à crédit. L'endettement est une tendance lourde qui touche toutes les couches de la société mais il a des effets dévastateurs parmi les personnes défavorisées, car il peut les acculer à des privations importantes sur une très longue période de temps.

La richesse des savoir-faire traditionnels

Les entrevues ont révélé l'extraordinaire richesse des savoir-faire traditionnels et la vitalité impressionnante des connaissances anciennes chez plusieurs informateurs. Nous entendons par savoir-faire traditionnels différentes tâches manuelles apprises de génération en génération et qui sont encore exercées aujourd'hui sans générer des revenus. Savoir faire du pain, des conserves, un jardin, des vêtements, savoir pêcher et chasser, débiter de la viande, arranger le poisson, bûcher le bois de chauffage... en sont quelques exemples. Ces savoir-faire sont nombreux et ont un impact positif remarquable sur la qualité de vie. Bien que ceux-ci reçoivent peu de reconnaissance et de valorisation dans la société, ils démontrent combien la débrouillardise des gens est développée et combien elle est particulièrement utile dans un contexte de rareté pécuniaire.

Le fait de posséder des connaissances et des habiletés étendues en matière de production, de préparation et de conservation de la nourriture permet de tirer le meilleur parti possible d'un très petit budget d'épicerie. Cela permet aussi de procurer le plus souvent une alimentation agréable, saine et suffisante qu'il serait difficile d'obtenir autrement, c'est-à-dire seulement avec de l'argent. De tels savoir-faire traditionnels s'appuient sur des pratiques d'entraide variées, basées pour beaucoup sur des formes de troc, et grâce auxquelles il circule de manière informelle toute une gamme de denrées. Le partage des fruits de la chasse, de la pêche, de la récolte (jardinage et cueillette de fruits sauvages), les échanges de services et de produits faits maison, sont autant de moyens d'assurer la variété et la qualité de l'alimentation tout en procurant, à des personnes souvent isolées, des occasions de participer à la vie sociale.

Le recours à l'aide alimentaire

Au Québec, il existe plusieurs formes organisées d'aide alimentaire pour les personnes démunies, dont certaines sont dispensées par des œuvres de charité. Au sein des organismes communautaires liés au réseau de la santé, la lutte à l'insécurité alimentaire passe essentiellement par deux pratiques : l'aide alimentaire d'urgence, appelée aussi dépannage alimentaire, et les cuisines collectives qui permettent des économies d'échelle par l'achat et la préparation de mets en groupe.

La moitié des personnes interviewées déclare avoir reçu du dépannage alimentaire au cours de l'année précédant l'entrevue. On retrouve parmi elles une portion importante de personnes vivant de l'aide sociale, mais également des travailleurs précaires et des étudiants. Nombreux sont les informateurs à raconter comment ils ont tout fait pour éviter d'en être réduits à demander de l'aide alimentaire d'urgence. C'est qu'il existe face au dépannage une gêne difficile à surmonter et un sentiment de misère que l'on compare volontiers à la mendicité.

Devoir demander de l'aide alimentaire d'urgence est souvent vécu comme un constat d'échec par rapport à sa capacité de s'en sortir tout seul et par rapport à sa responsabilité de veiller à la satisfaction de ses besoins et ceux de ses enfants. Certaines personnes vont endurer de très grandes privations parce qu'elles ne peuvent pas se résoudre à demander à manger. L'état de vulnérabilité physique et psychologique d'une personne au moment de sa première demande d'aide est donc souvent extrême. C'est pourquoi la qualité de l'accueil des organismes de dépannage alimentaire et la sollicitude des intervenants apparaissent aussi importantes que la nourriture qui y est distribuée.

La stigmatisation sociale dont souffrent les usagers du dépannage alimentaire est beaucoup moins présente chez les participants des cuisines collectives qui perçoivent en grande partie leurs activités comme une forme d'*entraide*. Ces cuisines collectives sont aussi, en quelque sorte, des regroupements de consommateurs ayant de très faibles moyens. Un peu moins de la moitié des informateurs déclarent avoir fait partie de cuisines collectives au cours de l'année précédant l'entrevue. On y dénombre une portion importante de mères monoparentales vivant de l'aide sociale, mais également des travailleurs précaires ainsi que des femmes vivant en couple et dont l'activité principale est d'être mère au foyer. Il faut dire que la quasi-totalité des personnes inscrites aux cuisines collectives sont des femmes.

Les cuisines collectives favorisent l'autonomie alimentaire à moyen terme en mettant l'accent sur le développement de connaissances et de compétences pratiques dans différents domaines rattachés à l'alimentation (cuisine, saine alimentation, gestion du budget domestique). En général, les personnes qui participent à des cuisines collectives ne recourent que très peu au dépannage alimentaire, mais les cuisines collectives ne les mettent pas nécessairement à l'abri de difficultés imprévues et de besoins accrus commandant une intervention d'urgence.

Faire partie de cuisines collectives comporte de nombreux avantages pour les personnes qui y participent ainsi que leur famille. Même une seule journée de cuisine en groupe par mois permet de rapporter à la maison plusieurs repas préparés d'avance, d'étirer l'épicerie ou de reporter à plus tard la nécessité d'aller faire l'épicerie. Mais les retombées positives des cuisines collectives vont bien au-delà de l'aspect économique. Pour bon nombre des personnes qui y participent, elles représentent la seule occasion de sortie et de se faire des amies, le seul loisir, le seul endroit significatif en dehors de la maison. Elles sont un moyen simple et efficace de lutter contre quelques-uns des plus grands méfaits de la pauvreté : la résignation, l'isolement et le désespoir.

Pauvreté et problèmes de santé

Plusieurs des informateurs souffrent de fatigue et ont noté une relation entre leur manque d'énergie (fatigue, apathie, problèmes de glycémie, étourdissements) et leur alimentation déficiente ou insuffisante. Certains ont noté également une relation entre leurs difficultés à maintenir leur santé ou à se rétablir d'un problème de santé et la mauvaise qualité de leur alimentation. Tous les informateurs qui doivent suivre un régime sévère pour des questions de santé affirment qu'ils ne peuvent s'offrir la diète recommandée par leur médecin par manque de ressources financières.

Le nombre de problèmes de santé répertoriés chez les informateurs et les membres de leur famille est important (près de deux problèmes de santé par personne en moyenne) et ce sont les personnes et les familles qui vivent de l'aide sociale qui présentent globalement le plus de problèmes de santé (à noter d'ailleurs que toutes les personnes recevant une rente d'invalidité sont incluses dans ce dernier groupe). Ces problèmes de santé sont variés mais les deux plus fréquents sont les problèmes circulatoires (maladies du cœur) et les problèmes respiratoires.

En plus d'affecter l'énergie, une alimentation déficiente ou insuffisante engendre de l'insécurité permanente face au lendemain. La crainte de vivre des privations peut générer un surcroît d'activité (allonger les journées de travail, exercer plus d'une activité rémunératrice, exécuter soi-même des tâches qui demandent des capacités physiques importantes, etc.) et contribuer à l'épuisement et aux risques de blessure. Les travailleurs pauvres sont particulièrement vulnérables à ces risques et on peut constater dans certaines histoires personnelles qu'avant de « tomber sur l'aide sociale », ces travailleurs pauvres ont travaillé beaucoup et souvent dans des conditions difficiles, ce qui eut ensuite un impact déterminant sur leur santé puis sur leur situation socioéconomique.

Le manque d'énergie et ses effets, à savoir une capacité moindre d'exécuter des tâches et une résistance diminuée au stress, conduisent parfois à des états dépressifs. Quand la pauvreté dure depuis des années, la maladie survient souvent alors que la personne est dans un état d'épuisement physique et moral avancé. Les informateurs disent être stressés, souffrir périodiquement de déprime, avoir des problèmes importants de fatigue et éprouver des problèmes de sommeil. Un informateur sur cinq affirme avoir subi une perte de poids dans la dernière année et un informateur sur cinq révèle avoir déjà eu des idées suicidaires ou avoir déjà posé un geste suicidaire.

La pauvreté affecte la condition physique des personnes de manière considérable et cette situation entraîne également des conséquences négatives sur le développement et l'adoption de saines habitudes de vie. Par exemple, le haut niveau de stress influence la consommation de tabac et le manque d'énergie pèse sur la motivation de pratiquer une activité sportive. Aux prises avec les multiples problèmes quotidiens générés par la pauvreté, plusieurs informateurs ont fait passer leurs besoins personnels au second plan et se sont habitués à « endurer » les moments difficiles et à « attendre que ça passe ». Cette attitude de résistance les a également habitués à ne pas accorder trop d'importance à leurs malaises physiques et psychologiques, ce qui contribue généralement à ce qu'ils négligent leur santé ou tardent à se faire soigner. La maladie est ainsi souvent précédée d'une histoire plus ou moins longue de malaises auxquels on avait prêté peu d'attention.

Une pauvreté inscrite dans les parcours de vie

La plupart des informateurs sont issus de familles nombreuses qui vivaient modestement. Certains informateurs connaissent la pauvreté depuis leur enfance et n'ont jamais vécu une vie confortable sur le plan économique, alors que d'autres sont devenus pauvres, parfois subitement, alors qu'ils n'avaient jamais vécu dans la pauvreté par le passé. Certains informateurs, sans avoir vécu dans l'abondance, ont eu une enfance relativement choyée. Ainsi, certaines personnes ayant grandi à la campagne dans une famille modeste n'ont jamais souffert de la faim durant leur enfance grâce à l'agriculture de subsistance pratiquée par leurs parents.

Certains informateurs ont vécu leur enfance, en tout ou en partie, dans une famille vivant d'aide sociale. Dans la plupart des cas, il s'agissait de familles monoparentales, c'est-à-dire de mères qui n'avaient pas de métier et qui, après un divorce, une séparation ou un abandon, ont dû seules prendre en charge la famille. Les enfants qui grandissent dans une famille vivant de l'aide sociale abrègent plus souvent leurs études, entrent tôt sur le marché du travail sans métier et sans beaucoup de scolarité, se mettent prématurément en ménage. On voit alors se profiler la perpétuation de situations de pauvreté d'une génération à l'autre et la répétition de la situation d'assisté social.

Plusieurs départs chancelants dès l'enfance ou l'adolescence, comme le placement en famille d'accueil, une grossesse précoce ou le décrochage scolaire, exposent les individus à vivre des difficultés familiales et financières avec moins de possibilités ou de capacité de rétablissement, ce qui peut au bout du compte affecter aussi la santé et fermer encore davantage de portes pour s'en sortir. Il est difficile de sortir d'une situation de pauvreté, et cela est encore plus vrai pour les personnes qui vivent dans la pauvreté depuis l'enfance, qui ont connu un mauvais départ dans la vie ou qui ont grandi dans la violence. Avec l'âge et les responsabilités familiales, il devient de plus en plus difficile pour ces personnes de trouver l'énergie de retourner aux études, de changer d'emploi ou de réintégrer le marché du travail.

La détresse vécue et l'espoir donné par les organismes d'aide alimentaire

Les personnes qui vivent de l'insécurité alimentaire de manière récurrente ont un parcours de vie jalonné d'épreuves et de difficultés de toutes sortes. Une longue histoire de souffrance ajoute au caractère dramatique de leur détresse car elle contribue souvent à détruire leur espoir de connaître des jours meilleurs. Lorsque l'on vit de l'insécurité alimentaire de manière chronique, depuis des années, on a l'impression que le présent ne changera jamais. Cette impression désespérante provoque un fort sentiment d'impuissance, de résignation et d'abattement. Les personnes qui ont vécu l'échec répété de leur volonté à améliorer leurs conditions de vie et dont l'état de santé dégradé limite l'accès au marché du travail ont besoin par-dessus tout d'une aide dépourvue de jugement. Plusieurs informateurs ont trouvé celle-ci auprès des organismes d'aide alimentaire. Pour certains parmi les plus démunis d'entre eux, la main généreuse ainsi tendue par ces organismes représente toute la différence entre se sentir encore liés au monde malgré leur détresse et sombrer dans le désespoir total.

La fragilité particulière des démunis anglophones

Être unilingue anglophone ou maîtriser mal le français dans un milieu à majorité francophone peut signifier une plus grande vulnérabilité des personnes dans un contexte socioéconomique déjà difficile. C'est une réalité qui affecte une fraction souvent invisible de la population de la Gaspésie et des Îles-de-la-Madeleine. Elle a pour conséquence, par exemple, d'amplifier les problèmes de l'isolement et de la rareté du travail. L'information en anglais circule plus difficilement que celle diffusée en français, que ce soit en raison de moyens de communication limités (peu de médias anglophones locaux et régionaux) ou à cause de la faible préoccupation des différentes instances publiques pour la traduction des feuillets d'information dirigés vers le public. Cette situation défavorise la participation à la vie sociale et culturelle et contribue à une méconnaissance des sources d'aide et des services existants. Par ailleurs, la rareté des services professionnels, notamment médicaux et psychologiques, disponibles en anglais, renforce les sentiments d'insécurité et d'impuissance au sein de cette catégorie de la population. Elle peut freiner le recours à la consultation et entraîner consécutivement des effets négatifs sur la santé et le bien-être.

La rareté et la précarité du travail dans la région

Les informateurs qui ont une expérience du marché du travail sont nombreux à évoquer les mauvaises conditions de travail et les bas salaires qui sont le lot des travailleurs sans diplôme d'études secondaires et sans véritable métier. Ces « petits travailleurs » ont un parcours sur le marché du travail marqué par une suite d'engagements contractuels ou de petits boulots et des épisodes de travail en alternance avec le chômage et/ou l'aide sociale. La rareté du travail en Gaspésie et aux Îles-de-la-Madeleine contribue certainement à la pauvreté d'une proportion importante de sa population. Elle force en outre nombre de travailleurs actuels et futurs (les jeunes) à quitter la région, de manière saisonnière ou permanente, pour aller gagner leur vie « en ville ».

Il arrive que la situation de pauvreté ait pour origine la faillite ou la vente à perte d'une entreprise, mais en général elle s'inscrit plutôt dans une histoire plus ou moins longue de précarité ou de problèmes d'insertion au marché du travail. Dans cette catégorie de travailleurs où le chômage périodique est la norme et où les revenus sont faibles, on vit en réalité constamment au bord de la pauvreté. Les travailleurs saisonniers, qui sont soumis aux aléas d'une économie régionale en difficulté, sont toujours susceptibles de glisser à l'aide sociale si leur situation, déjà fragile, se dégrade subitement.

Éléments à souligner

Il est important de rappeler les deux principaux biais de cette étude : elle reflète surtout la réalité des femmes et exclut la réalité des personnes les plus vulnérables (les personnes atteintes de maladie mentale, par exemple). Un portrait qui aurait mieux représenté les hommes et les personnes les plus vulnérables aurait sans doute été différent. On peut supposer, par exemple, qu'un tel portrait aurait témoigné de plus de solitude et de plus de détresse, faisant apparaître avec encore plus de force la nécessité d'aider les personnes dont les capacités à prendre soin d'elles-mêmes sont extrêmement diminuées.

Même en tenant compte de ces limites, des éléments particulièrement saisissants émergent au terme de l'analyse des récits de vie. Tout d'abord, il ressort que, malgré leur pauvreté, les personnes font preuve d'une très grande débrouillardise. Les entrevues montrent qu'elles ont un haut sens des responsabilités et une sensibilité aiguisée aux besoins des autres. On peut penser par exemple aux femmes qui sont préoccupées non seulement par les besoins primordiaux de leurs enfants (nourriture, vêtement, logement) mais également par leurs besoins de développement affectif et d'intégration sociale.

Les entrevues nous font découvrir des gens réalistes et pragmatiques qui présentent une capacité remarquable de planification et d'organisation au regard de l'alimentation. Il nous semble particulièrement digne de mention que la survivance de certains modes de subsistance (chasse, pêche, agriculture, etc.) contribue à la subsistance des plus pauvres de manière capitale. La vitalité de certaines pratiques d'entraide, comme le troc, contribue également à la subsistance tout en offrant une certaine protection contre l'isolement et la détresse.

Il est frappant de constater les ravages des préjugés sociaux concernant les bénéficiaires de l'aide sociale et les utilisateurs des banques alimentaires, notamment sur l'estime des personnes et sur leurs liens sociaux. L'intériorisation de ces préjugés par les personnes pauvres elles-mêmes joue un rôle dans leur isolement et parfois même dans leurs difficultés quotidiennes, en les poussant par exemple à endurer de grandes privations plutôt que de demander de l'aide.

Les expériences de participation décrites au sein des cuisines collectives laissent penser qu'elles ont un impact sur le développement de la débrouillardise et sur la transmission

intergénérationnelle de savoir-faire domestiques fort utiles. Ces savoir-faire, qui tendent à se perdre peu à peu dans la société en général, sont d'une valeur inestimable pour le mieux vivre des personnes et des familles. Il est intéressant de souligner que le cadre éducatif informel des cuisines collectives est aussi une occasion rare de partage et d'amitié.

Quelques mots pour conclure

La Direction de santé publique a pour mission, entre autres, de surveiller l'état de santé de la population et de prévenir les problèmes sociaux et de santé parmi lesquels nombreux sont ceux influencés par le facteur socioéconomique. Bien que l'essentiel de ce qui détermine les phénomènes de la pauvreté et de l'insécurité alimentaire se produit hors de son champ d'action propre (c'est-à-dire dans la sphère économique, dans la société et dans les politiques publiques mises de l'avant par l'État), et bien qu'elle n'en ait nullement le devoir exclusif, la Direction de santé publique ne peut manquer d'attirer l'attention sur les conséquences humaines, individuelles et sociales, immédiates et futures, de la pauvreté et de l'insécurité alimentaire. Cette recherche est en quelque sorte une contribution en ce sens.

La pauvreté dans les pays industrialisés modernes n'est pas une donnée naturelle contre laquelle nous sommes impuissants. Il s'agit d'un phénomène social dont la source principale est l'agir individuel et collectif. La recherche sociale a établi depuis longtemps que l'importance des inégalités sociales fluctue au gré de la culture, des idéologies et des choix politiques. Sans faire preuve d'un optimisme exagéré, une lecture de l'histoire récente est à même de nous reconforter et de revigorer un peu notre espoir de changement. En effet, une Loi visant à lutter contre la pauvreté et l'exclusion sociale, et pour laquelle un comité consultatif vient d'être créé, a été votée à l'Assemblée nationale du Québec. Il s'agit d'une première dans les annales des mouvements sociaux et d'un support législatif prometteur pour la poursuite d'un projet social d'égalité. Des organismes comme le Conseil canadien de développement social rappellent à notre mémoire que le Canada a déjà connu moins de pauvreté il y a deux décennies à peine, et il ne serait donc pas excessif de croire qu'il est possible d'améliorer la situation actuelle.

À travers l'examen des aspects concrets de l'expérience de l'insécurité alimentaire et du quotidien de la pauvreté, cette recherche ne fait pas seulement qu'identifier des risques et des effets pour la santé et le bien-être, elle cerne également divers éléments de nature sociale et économique qui *produisent* l'appauvrissement et la fragilisation des personnes et de leur famille. Nous espérons que le regard critique qui s'en dégage, loin de décourager les convictions, puisse au contraire stimuler la réflexion sur l'intervention et soutenir l'engagement des intervenants et des organismes oeuvrant sur la ligne de front de l'insécurité alimentaire.

Pour en savoir plus

Ce document est un condensé de résultats de recherche tirés du rapport de recherche *Le quotidien de la pauvreté et l'expérience de l'insécurité alimentaire en Gaspésie et aux Îles-de-la-Madeleine*. On peut trouver ce document le site web de l'Agence de la santé et des services sociaux de la Gaspésie—Îles-de-la-Madeleine à l'adresse suivante :

www.agencesssgim.ca

Organismes communautaires impliqués dans la lutte contre l'insécurité alimentaire en Gaspésie et aux Îles-de-la-Madeleine

À Chandler :

La Maison de la famille
Contre vents et marées

À Grande-Vallée :

Le Centre d'action bénévole
La Grande Corvée

À Gaspé :

L'Accueil Blanche-Goulet de Gaspé

Aux Îles-de-la-Madeleine :

La C.A.D.O.C.

À Matapédia :

Le Centre d'action bénévole
Ascension-Escuminac

À Maria :

La Source alimentaire Bonavignon

À New Carlisle :

Le Collectif Aliment-Terre
et
Family Ties Carrefour Famille

À Sainte-Anne-des-Monts :

Carrefour-Ressources
et
Partagence

*Agence de la santé et
des services sociaux
de la Gaspésie-
Îles-de-la-Madeleine*

Québec 