

Sommet sur l'alimentation

Sherbrooke, 14 au 16 avril de 2026

Mouvement ATD Quart Monde

Partie 1:

Le Mouvement ATD Quart Monde, **Agir Tous et Toutes pour la Dignité**, est un Mouvement international actif dans 34 pays, qui rassemble des personnes de tous les horizons afin de réfléchir, d'agir et de vivre ensemble autrement. Le mouvement cherche et expérimente, avec les personnes en situation de pauvreté, des façons de s'attaquer aux causes et aux conséquences de la pauvreté.

Notre intervention aujourd'hui est le fruit d'un exercice que nous pratiquons dans le mouvement ATD, soit les Universités populaires Quart Monde et le croisement des savoirs. De nombreuses discussions et réflexions entre personnes de milieux socio-culturels différents ont eu lieu pour informer nos pensées. Le mouvement ATD porte une attention particulière aux voix des personnes qui ont vécu la pauvreté, y compris dans ce contexte précis, de l'insécurité alimentaire.

Nous jugeons essentiel de reconnaître le savoir d'expérience et les efforts déployés par les personnes en situation de pauvreté pour résister à l'exclusion et bâtir des modèles alimentaires qui respectent la dignité de la personne humaine.

Parlons du lien à l'alimentation:

Le plaisir autour de la cuisine et du partage des repas est un aspect de la vie largement mis en avant dans de nombreuses cultures. Lors de notre dernière Université populaire Quart Monde, des militants (c'est-à-dire des personnes avec une expérience vécue de la pauvreté, engagées auprès du Mouvement) nous disent l'importance de partager des repas avec les autres:

*“On ne reste pas seul avec notre plaisir, ça le grossit, ça le rend plus beau” et,
“C'est un besoin, qui donne du goût, du sens à la vie”*

Mais la précarité fragilise ce partage pour une personne vivant la pauvreté, et le fait de se nourrir va souvent être, au contraire, une source de tensions. Cela devient une préoccupation et un stress quotidien, renforcés par la peur et la culpabilité des parents de ne pas pouvoir offrir à leurs enfants une alimentation suffisante. S'ajoutent, comme dans un cercle vicieux, l'isolement et la solitude, ainsi que les maladies chroniques, qui viennent exacerber les tensions et les difficultés à se nourrir. Le rapport à l'alimentation est alors davantage lié à la survie qu'au plaisir de manger.¹

Le poids des peurs et des contraintes, en partie lié à la difficulté de se nourrir, enferme les personnes dans des urgences quotidiennes et dans le risque d'une dépendance qui empêchent de se projeter dans le futur, de faire des projets et de se relever. C'est un réel frein à la participation des personnes en situation de pauvreté dans les projets de société, même lorsque ceux-ci visent la construction d'un monde plus juste et plus inclusif.

Un frein additionnel provient de la maltraitance sociale et institutionnelle. Bien trop souvent, les militants du Mouvement ATD et ceux qui sont, comme eux, en situation de pauvreté, témoignent sur la discrimination, les préjugés et le mépris auxquels ils font face dans la sphère publique.²

Ces méconnaissances sont confirmées par la recherche participative dirigée par le Professeur Normand Landry à l'échelle de la province de Québec, dans les différents milieux sociaux, économiques et politiques.³

Pourtant, les militants engagés avec le Mouvement soulignent dans de nombreuses discussions le besoin de participer à la vie démocratique des organismes qui luttent pour le droit à l'alimentation. Je cite un militant pendant notre dernière Université populaire Quart Monde: « *Nous voulons établir pour nous des moyens structurants permettant de développer l'indépendance nécessaire pour combler nos besoins et nos droits en alimentation* ». Il s'agit de faire partie du processus de changement sociétal basé sur le principe: "rien **pour** nous **sans** nous".

Ce sommet présente déjà d'excellentes pistes pour se diriger vers un système alimentaire plus juste. Une des questions qui nous reste est: Comment

¹ Recherche participative du Mouvement ATD Quart Monde, « *Se nourrir lorsque on est pauvre* », 2016

² Université Populaire Quart Monde Novembre 2025

³ La « construction sociale » de la pauvreté au Québec. 2025

s'engage-t-on à ne laisser personne de côté? De là vient l'importance pour les organismes de se questionner sur leur relation envers les personnes qui reçoivent un service, ainsi que sur la volonté de créer des espaces de gouvernance inclusifs, et de se donner les moyens nécessaires pour que chacune et chacun se sente libre de s'exprimer pleinement, particulièrement les personnes en situation de pauvreté qui peinent à trouver une place pour la participation et pour les délibérations.

L'insécurité alimentaire ne relève pas d'un manque de nourriture, mais d'un **manque de moyens, de droits et de reconnaissance**. Les solutions durables proposées visent à dépasser l'aide d'urgence pour garantir un **droit effectif à l'alimentation**, dans le respect de la dignité des personnes.

Face à la situation alimentaire basée sur le système socio-politique et économique actuel, le Mouvement ATD Quart Monde, souligne 8 directions pour garantir un droit effectif à l'alimentation:

1. Passer de l'assistance au droit

Reconnaître l'accès à une alimentation saine et de qualité comme un droit fondamental, et non comme une aide caritative réservée aux plus pauvres. L'aide alimentaire gratuite doit rester une réponse d'urgence, et donc ponctuelle.

2. Restaurer l'autonomie et assurer la dignité

Permettre à chacune et chacun de pouvoir choisir son alimentation, idéalement en participant financièrement selon ses moyens. Les dispositifs favorisant le choix, comme les épiceries solidaires et la tarification sociale, sont préférés aux distributions imposées, souvent vécues comme humiliantes et stigmatisantes.

3. Agir sur les causes structurelles

Une alimentation saine et durable est impossible sans action sur les déterminants majeurs de la pauvreté : revenus insuffisants, coût du logement, de l'énergie et de l'eau, accès aux soins, droits civiques inéquitables etc. Garantir le droit à l'alimentation implique donc une approche globale des conditions de vie, y compris pour les personnes qui n'ont pas le statut de citoyenneté canadienne.

4. Soutenir la capacité à cuisiner et à partager les repas

Pouvoir cuisiner est un levier central d'autonomie, de santé et de dignité. Les solutions durables incluent l'accès à un lieu pour cuisiner, à l'énergie abordable, ainsi que le soutien à l'autoproduction (jardins familiaux ou partagés). Le repas partagé est reconnu comme un facteur clé de lien bien-être social.

5. Informer, éduquer et accompagner sans stigmatiser

Les personnes demandent une information adaptée à leurs contraintes réelles, fondée sur leurs savoirs d'expérience, et des accompagnements volontaires, non conditionnés. On rappelle que l'éducation alimentaire ne peut rien résoudre si les personnes n'ont pas d'abord accès à une nourriture variée et équilibrée.

6. Ne pas fonder la réponse sur le seul gaspillage

La redistribution des invendus ne constitue pas une solution durable en soi : elle entérine une alimentation de second rang pour les plus pauvres. Le véritable enjeu est l'accès équitable aux circuits alimentaires ordinaires.

7. Co-construire avec les personnes concernées

Principe central du « rien pour nous **sans** nous ». Les politiques alimentaires durables doivent être conçues, mises en œuvre et évaluées aussi avec les personnes en situation de pauvreté, en respectant leurs choix, leurs besoins et leur rythme.

8. L'Etat est le premier responsable de garantir les droits humains

L'État (à travers les gouvernements) étant le premier garant des droits humains, est responsable du droit à l'alimentation et de sa réalisation effective pour tous les citoyennes et citoyens. On ne peut pas se fier uniquement à la capacité de la société civile ou du marché de s'organiser et d'agir pour assurer ce droit fondamental.

Partie 2: Discussion sur la citoyenneté alimentaire

Nous allons passer à une étape de discussion en groupe sur les thèmes abordés.

Dans les rencontres externes pour préparer cette intervention au Sommet, on a abordé la définition de la **citoyenneté alimentaire**, soit la dimension politique de

l'alimentation, considérant les aliments non comme de simples marchandises, mais comme un enjeu social, économique et politique. Elle permet aux citoyennes et aux citoyens de reprendre leurs droits et leur pouvoir pour influencer le système alimentaire, au-delà de leur rôle de simples consommateurs. L'objectif est de passer d'une consommation individuelle à une action collective.

En considérant les freins à la participation citoyenne auxquels font face les personnes en situation de pauvreté, nous voulons réfléchir ensemble à deux questions principales:

1. Quelle devrait être la participation citoyenne d'une personne dont les droits économiques, sociaux et culturels ne sont pas effectifs?
2. Que pouvons nous faire pour garantir la *citoyenneté alimentaire* des personnes en situation de pauvreté et d'exclusion dans nos milieux de travail et de vie?

● Mouvement ATD Quart Monde

Montréal, avril 2026