

Étude sur le coût du panier à provisions nutritif dans divers quartiers de Montréal

Rapport synthèse



Depuis le début des années 1950, le Dispensaire diététique de Montréal (DDM) propose régulièrement un panier à provisions nutritif (PPN) apte à satisfaire, à faible coût, les besoins nutritionnels des individus selon l'âge, le sexe et les conditions physiologiques qui les influencent. Trois fois par année, le DDM établit le coût de ce panier au moyen d'un relevé de prix effectué dans un quartier économiquement faible de Montréal et le publie sous le titre « Coût minimum de régimes nutritifs ». Dans le cadre de ce service, la Direction de santé publique de Montréal (DSP) a mandaté le DDM pour vérifier l'existence, à Montréal, de disparités dans le coût du panier à provisions selon le quartier de résidence. Le soutien financier a été accordé par la DSP pour mener l'étude au cours de l'année 2005. Ce rapport synthèse vise non seulement à en faire connaître les résultats mais aussi à susciter des actions qui améliorent l'accès économique à une alimentation saine.

DÉFINITIONS

Il y a sécurité alimentaire lorsque :

- toute une population a accès en tout temps, et en toute dignité, à un approvisionnement alimentaire suffisant et nutritif, à coût raisonnable, et acceptable au point de vue social et culturel;
- les individus ont un pouvoir d'achat adéquat;
- les individus ont accès à une information simple et fiable qui confère des habiletés permettant des choix alimentaires éclairés.

Il y a insécurité alimentaire lorsque :

- on manque d'aliments;
- on a peur d'en manquer;
- on subit des contraintes dans le choix de ses aliments, contraintes qui affectent la qualité nutritionnelle du régime.

Source : Direction de santé publique de l'Agence de la santé et des services sociaux de Montréal

OBJECTIFS ET MÉTHODE

« L'étude sur le coût du panier à provisions nutritif (PPN) dans divers quartiers de Montréal » visait à vérifier si un panier composé d'aliments nutritifs est accessible de façon uniforme à tous les Montréalais et si le coût des aliments varie selon l'endroit où ils résident.

La réalisation du projet a comporté les étapes suivantes :

- 1 - la révision du contenu du PPN en fonction des récentes recommandations sur la nutrition¹⁻⁴ et des tendances de la consommation⁵⁻⁷.

Avec les modifications qui y ont été apportées, le PPN 2005 satisfait aux besoins des individus pour la majorité des éléments nutritifs. Par rapport à la version précédente, il comporte :

- l'ajout de nouveaux aliments pour tenir compte de l'évolution de la consommation (plus de variété dans les catégories de fruits et de légumes, par exemple);
- la diminution de sources de gras saturé comme le beurre et certaines viandes;
- l'augmentation de la proportion des poissons gras et l'ajout de la graine de lin afin de combler les besoins en acides gras oméga-3;
- l'introduction de normes pour éliminer les acides gras trans (beurre d'arachide sans huile hydrogénée, par exemple);
- l'insertion de sources additionnelles de fibres alimentaires, entre autres par l'introduction du pain et de la farine à grains entiers;
- le retrait des biscuits secs de la catégorie « riz, pâtes alimentaires et farine » avec l'objectif d'encourager la préparation maison de desserts nutritifs.

- 2 - la vérification du coût du PPN au moyen d'un relevé des prix des aliments dans 20 territoires de CLSC de Montréal sélectionnés en fonction de caractéristiques qui affectent la sécurité alimentaire. À la suite d'une session de formation, 20 personnes provenant de ces territoires ont participé à la cueillette des données en janvier 2005, dans 73 magasins d'alimentation dont la taille varie de très petite (1000 à 3000 pieds carrés) à très grande (plus de 30 000 pieds carrés). Le

coût par personne par jour du PPN est établi à partir des données d'une famille-type (homme de 40 ans, femme de 39 ans, garçon de 14 ans et fille de 9 ans).

3 - la tenue de deux groupes de discussion avec les personnes ressources qui ont échangé sur leurs observations recueillies au cours du relevé des prix et sur les pistes susceptibles de contribuer à l'élimination de l'insécurité alimentaire à Montréal.

RÉSULTATS

- **Coût pour bien se nourrir : 5,50 \$ par personne par jour**
À l'échelle de Montréal, le coût moyen d'une alimentation adéquate pour la famille-type se situe à 5,50 \$ par personne par jour.

- **Le statut socioéconomique des territoires n'apparaît pas prédictif du coût du PPN**

En effet, le coût le plus faible, 4,72 \$, et le coût le plus élevé, 5,72 \$, se retrouvent dans des territoires dont le niveau socioéconomique est respectivement très faible et faible (tableau 1). De même, quand on considère le coût hebdomadaire moyen du PPN pour la famille-type au regard du statut socioéconomique des territoires, les variations s'avèrent non statistiquement significatives (figure 1). Il est toutefois intéressant de noter que c'est dans les territoires au statut socioéconomique élevé que le PPN coûte le moins cher.

- **Taille du magasin : seul facteur prédictif du coût du PPN**

On observe une variation importante du coût du PPN d'un magasin à l'autre. Le coût du PPN varie en effet de presque 2 \$ par personne par jour (4,71 \$ à 6,60 \$) parmi les 73 magasins d'alimentation où on a relevé les prix.

La taille des magasins d'alimentation s'avère le seul facteur associé au coût du PPN : dans tous les territoires, plus la superficie du magasin augmente, plus le coût du PPN diminue (figure 2). Toutefois, cette association est nettement moins marquée dans les territoires dont le statut socioéconomique est très faible. Dans ces territoires, non seulement le coût du PPN varie moins entre les très petites et les grandes surfaces mais, dans les grandes surfaces, il est plus élevé que dans les autres territoires.

- **Réflexions des groupes de discussion**

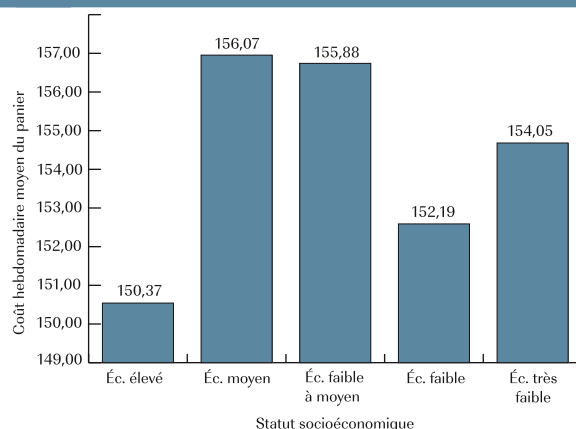
Ces résultats ont alimenté les échanges des groupes de discussion tenus en juin 2005 avec les personnes ayant participé au relevé des prix. On a identifié le besoin pressant d'éducation au sujet de l'alimentation et de la nutrition pour soutenir les gens désireux de bien s'alimenter. Non limité à l'acquisition de connaissances, ce besoin comporte aussi la nécessité de développer les compétences culinaires et budgétaires ainsi que la promotion des valeurs sociales de solidarité. Il concerne toutes les couches de la population qu'il faut rejoindre par des moyens de communication adaptés à chacune. Selon les participants, cette responsabilité éducative relève d'une pluralité d'acteurs, notamment les organismes communautaires, les marchands d'alimentation, les employeurs, les services de santé, les médias et le milieu scolaire.

Tableau 1. Coût du PPN par personne par jour selon le territoire de CLSC

Territoire de CLSC	SSÉ*	Coût du PPN
Hochelaga-Maisonneuve	5	5,49 \$
Parc-Extension	5	5,55 \$
Saint-Henri	5	4,72 \$
Centre-Sud (Des faubourgs)	4	5,72 \$
Montréal-Nord	4	5,02 \$
Saint-Michel	4	5,38 \$
Bordeaux-Cartierville	3	4,92 \$
Côte-des-Neiges	3	5,48 \$
Verdun/Côte-Saint-Paul	3	5,46 \$
Villeray	3	5,64 \$
Mercier-Est/Anjou	2	5,46 \$
Mercier-Ouest (Olivier-Guimond)	2	5,22 \$
Notre-Dame-de-Grâce/Montréal-Ouest	2	5,43 \$
Plateau Mont-Royal	2	5,62 \$
Rosemont	2	5,30 \$
Saint-Laurent	2	5,50 \$
Saint-Louis-du-Parc	2	5,70 \$
Rivière-des-Prairies	1	5,51 \$
Pierrefonds	1	5,21 \$
Vieux Lachine	1	5,32 \$

* Statut socioéconomique : 5 = très faible; 4 = faible; 3 = faible à moyen; 2 = moyen; 1 = élevé

Figure 1. Coût hebdomadaire du panier à provisions nutritif pour la famille-type selon le statut socioéconomique des territoires de CLSC de Montréal



DISCUSSION

Le coût de 5,50 \$ par personne par jour du PPN est établi à partir des données s'appliquant à une famille de quatre personnes. Pour les ménages de taille moindre, l'ajustement du coût tenant compte de la perte d'économie d'échelle⁸, serait de : 5,78 \$ par personne pour un ménage de trois, 6,05 \$ par personne pour un ménage de deux et 6,60 \$ pour une personne seule.

Même si elles ne sont pas significatives sur le plan statistique, les différences de coût du PPN sont suffisamment importantes pour constituer une contrainte en situation d'insécurité alimentaire. En effet, l'écart de presque 2 \$ par personne par jour observé entre les magasins de l'étude correspond à près de 56 \$ par semaine pour la famille-type de quatre personnes lorsque l'on tient compte de l'ajout de 5 % pour les pertes inévitables dues à la manipulation des aliments⁸.

Figure 2. Coût hebdomadaire du PPN pour la famille-type, selon le statut socioéconomique des territoires et la superficie des magasins

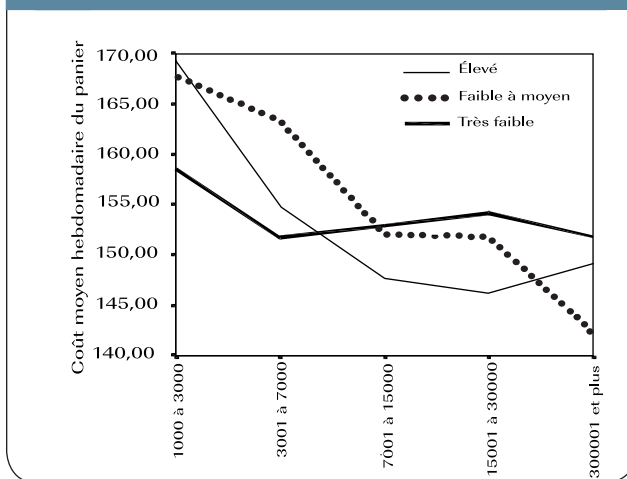
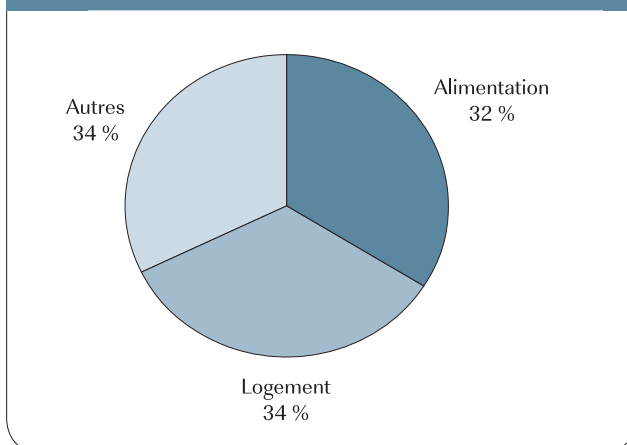


Figure 3. Répartition des postes de dépenses pour la famille-type de quatre personnes exprimée en pourcentage des besoins selon les données du budget de confort minimum du Dispensaire diététique de Montréal (DDM)



Les différences territoriales observées dans l'étude doivent cependant être interprétées avec prudence. D'abord, étant donné qu'une partie seulement des magasins d'alimentation de chaque territoire est représentée, on ne peut généraliser les résultats à l'ensemble. Ensuite, les magasins d'un territoire donné peuvent chacun avoir une clientèle cible différente. De plus, même si l'échantillon des magasins répartis géographiquement dans 20 territoires sur l'île a été établi avec rigueur, le risque de biais demeure car les frontières des territoires ne sont pas étanches et des populations de profils socioéconomiques très différents peuvent être adjacentes à un magasin donné⁹. Il est aussi possible que des épiceries en milieu économiquement défavorisé soient amenées à vendre les aliments de base un peu plus cher puisque ceux-ci représentent le noyau de vente qui leur permet de faire du profit alors que, dans des territoires plus favorisés, la vente de produits fins peut représenter une plus grande opportunité de rentabilité. Une recherche plus approfondie serait nécessaire pour expliquer certains des résultats obtenus en regard du statut socioéconomique.

• PPN : difficilement accessible aux ménages à faible revenu

Lorsque l'on tient compte de l'ajout de 5 % pour les pertes inévitables dues à la manipulation des aliments⁸, le coût mensuel du PPN s'élève à 695,91 \$ pour la famille-type de quatre personnes. Sur la figure 3, on voit que ce montant représente 32 % des besoins dits « de confort minimum »⁹ qui s'élèvent à 2 193,44 \$ par mois.¹⁰ Le coût moyen d'un logement pour une telle famille à Montréal (744,90 \$, soit 546,95 \$ plus les coûts d'électricité et de chauffage) et celui des autres besoins (752,64 \$ pour les vêtements, transport, téléphone, frais scolaires, etc.) représentent chacun 34 %. Le revenu mensuel d'une telle famille recevant l'aide sociale était estimé entre 1 853 \$ et 2 206 \$ (prestations pour enfants et crédits de taxe inclus) en janvier 2005. Or plusieurs des postes de dépenses des autres besoins sont difficilement compressibles comme le montrent les statistiques de consommation des ménages québécois disposant d'un revenu inférieur à 22 000 \$ par année¹¹. C'est à ces « besoins autres » que ces ménages consacrent la plus large part de leur revenu (45 %) au détriment de l'argent disponible pour l'achat des aliments (21 %). Le coût du PPN se situe au-dessus de la capacité de payer de plusieurs Montréalais, ce qui laisse croire que leur statut nutritionnel risque d'être fortement compromis.

De plus, les données « de confort minimum » du DDM¹⁰ comme celles des statistiques de consommation¹¹ indiquent que la portion des dépenses pour le logement des gens à faible revenu est plus élevée que les 30 % ou moins du revenu suggérés comme acceptables¹². Selon une étude réalisée par le DDM auprès de sa clientèle, le coût du logement représente 46 % du revenu¹³.

Outre l'aspect financier, on relève d'autres exigences imposées par le PPN aux familles, à l'égard de leurs choix. Les parents doivent en effet cuisiner tous les mets, avec très peu d'écart dans l'utilisation des ingrédients. Le PPN ne prévoit pas de possibilité d'achat de mets commerciaux. Peu de personnes, plus aisées financièrement, pourraient ou voudraient s'astreindre à une telle rigueur au quotidien.

CONCLUSION

« *L'étude sur le coût du panier à provisions nutritif dans divers quartiers de Montréal* » a fourni l'occasion d'étendre à plusieurs territoires de l'île de Montréal l'application de la méthode du Dispensaire diététique de Montréal (DDM) pour établir le coût de son panier à provisions nutritif (PPN). Les résultats permettent de constater une variation importante du coût du PPN sans toutefois pouvoir identifier, outre la taille des magasins d'alimentation, les facteurs auxquels l'attribuer. Toutefois, l'analyse de la situation des ménages à faible revenu montre que nombre d'entre eux, à Montréal, courent le risque de souffrir d'insécurité alimentaire.

Basé sur les besoins nutritifs des individus de même que sur des statistiques de consommation, le PPN est un outil qui permet d'établir le coût d'une alimentation saine, à bon compte. Il peut servir à formuler des recommandations raisonnables pour l'alimentation des individus ou des groupes comme il peut être intégré au sein de programmes éducatifs sur l'alimentation et la nutrition, la gestion budgétaire, la cuisine santé, etc. Les intervenants pourraient avantageusement l'utiliser comme outil pour évaluer les pratiques d'achat de leurs clients et leur fournir des pistes de solution pour les améliorer tout en tenant compte de leurs capacités financières. En ce sens, il serait pertinent de les familiariser avec les prémisses à la base du PPN et son contenu au moyen de sessions de formation.

Les réflexions issues des groupes de discussion tenues dans le cadre du projet confirment par ailleurs que la capacité financière de se procurer les aliments santé et la disponibilité de ceux-ci, ne représentent qu'un morceau du casse-tête de la sécurité alimentaire⁹. Il apparaît en effet évident que seule une action globale, concertée et organisée de plusieurs acteurs pourra améliorer la sécurité alimentaire à Montréal. Chaque milieu, selon son mandat et son expertise, devra œuvrer à une approche collective dans la lutte contre l'insécurité alimentaire et la pauvreté.

Pour sa part, fort de son engagement depuis sa fondation envers les personnes en situation d'insécurité alimentaire, le DDM entend collaborer dans la mesure de ses ressources à l'atteinte de ces objectifs au moyen, entre autres, de la formation d'intervenants auprès de cette population, tout en continuant de plaider en faveur de l'amélioration des conditions de vie des personnes appauvries.

La vérification du coût du PPN dans divers quartiers de Montréal fournit à toutes les instances préoccupées par l'insécurité alimentaire un outil précieux pour améliorer leur action en faveur de mesures concrètes – économiques et sociales – pour assurer la sécurité alimentaire de la population.

RÉFÉRENCES

1. Institute of Medicine of the National Academies. The National Academies Press, Washington DC. Dietary Reference Intakes for Thiamin, Riboflavin, Niacin, Vitamin B6, Folate, Vitamin B12, Pantothenic Acid, Biotin, and Choline, 1999. Dietary Reference Intakes for Calcium, Phosphorus, Magnesium, Vitamin D, and Fluoride, 2000. Dietary Reference Intakes for Vitamin C, Vitamin E, Selenium, and Carotenoids, 2000.
2. Institute of Medicine of the National Academies. Dietary Reference Intakes for Vitamin A, Vitamin K, Arsenic, Boron, Chromium, Copper, Iodine, Iron, Manganese, Molybdenum, Nickel, Silicon, Vanadium, and Zinc, 2001. Dietary Reference Intakes for Energy, Carbohydrate, Fiber, Fat, Fatty Acids, Cholesterol, Protein, and Amino Acids, 2002. Dietary Reference Intakes for Water, Potassium, Sodium, Chloride, and Sulfate, 2004.
3. International Society for the Study of Fatty Acids and Lipids. Report on Dietary Intake of Essential Fatty Acids. June 2004. Accessible en ligne à : www.issfal.org.uk/Welcome/GlobalRecommendations.asp
4. American Heart Association. Dietary Guidelines at a Glance. Accessible en ligne à : americanheart.org/presenter.jhtml?identifier=810
5. United States Department of Agriculture. Nutrition and Your Health: Dietary Guidelines for Americans, 2005. Accessible en ligne : www.health.gov/DietaryGuidelines/dga2005/report/HTML/D4_Fats.htm
6. Statistique Canada. Dépenses alimentaires des familles au Canada en 1996, Ottawa, 1998.
7. Statistique Canada. Statistiques sur les aliments, Ottawa, 2003.
8. Agriculture, Pêcheries et Alimentation Québec. Bottin statistique de l'alimentation, Québec, 2002.
9. United States Department of Agriculture. Family food budgeting for good meals and good nutrition. Revised December 1981.
10. Nathoo T, Shoveller J. Le panier à provisions nutritif permet-il d'évaluer la sécurité alimentaire? *Maladies chroniques au Canada*, 2003;24:2/3. Accessible en ligne à : www.phac-aspc.gc.ca/publicat/cdic-mcc/index_f.html.
11. Dispensaire diététique de Montréal. Budget de subsistance et budget de confort minimum. Montréal, juin 2005.
12. Institut de la statistique du Québec. Profil de consommation des ménages, par poste de dépenses selon certaines caractéristiques du ménage. Québec, 2003.
13. Société canadienne d'hypothèque et de logement. Foire aux questions – Comment définit-on couramment l'abordabilité des logements? Accessible en ligne à : www.cmhc-schl.gc.ca/fr/ins/faq/faq_002.cfm#5.
14. Duquette MP, Desrosiers-Choquette J. Logements locatifs : taux d'effort pour se loger des familles à faible revenu. Dispensaire diététique de Montréal, 1993.

Étude sur le coût du panier à provisions nutritif dans divers quartiers de Montréal. Rapport synthèse

Une publication du Dispensaire diététique de Montréal en collaboration avec la Direction de santé publique de Montréal

Rédaction : Marie-Paule Duquette, Dt.P., Théa Demmers, Dt.P., M.Sc., Jackie Demers, Dt.P.

Édition : Yves Laplante

Révision : Lise Bertrand, Janine Choquette, Yves Laplante

Infographie : Manon Girard

Un projet réalisé grâce à une subvention de la Direction de santé publique de Montréal dans le cadre du Programme de financement de projets en matière de sécurité alimentaire.

Agence de la santé
et des services sociaux
de Montréal
Québec
Santé publique