

LA FACE CACHÉE DE LA FAIM

RAPPORT DE 2016
SUR LA FAIM À OTTAWA



La Banque
d'Alimentation d'Ottawa

LETTRE DE MICHAEL MAIDMENT, DIRECTEUR EXÉCUTIF

Bon nombre des faits et statistiques de notre Rapport de 2016 sur la faim à Ottawa ne surprendront pas.

Ce qui est moins évident est la tendance alarmante que révèle le présent rapport. Les témoignages directs des clients qui cherchent notre aide sont la preuve que la faim n'est pas réservée aux sans-abri ou aux prestataires d'aide sociale. Elle se trouve partout autour de nous et est bien dissimulée. Il peut s'agir d'un de vos collègues de travail ou de votre voisin. Un jour, ce pourrait être vous.

Nous devons relever des défis de taille auxquels nous serons confrontés.

Nous devons déterminer quelles sont les lacunes des programmes afin que toute personne confrontée à la faim ait accès à des aliments nutritifs. Nous devons régler les questions en matière de capacité pour notre réseau et nos clients afin de nous assurer qu'ils puissent avoir accès à des aliments frais comme des œufs, des produits laitiers et de la viande. Cependant, nous savons aussi que davantage de nourriture ne règle pas le problème de la faim.

Nous devons encourager le changement au niveau local afin de régler les problèmes de la faim à leur origine. Nous travaillerons avec nos homologues aux niveaux provinciaux et nationaux dans le but d'introduire un changement systémique majeur. Nous lutterons pour des logements plus abordables et un revenu de base garanti.

Mais je garde espoir. La Banque d'alimentation d'Ottawa compte une communauté de donateurs, d'organismes, de politiciens et de défenseurs incroyablement solidaires qui se sont engagés à changer cette communauté et s'assurer que tout le monde a accès à de la nourriture de qualité.

Ensemble, nous pouvons éradiquer la faim. Le moment d'agir est venu.

Michael

Michael Maidment,
Directeur exécutif, Banque d'alimentation d'Ottawa

41 540

**NOMBRE TOTAL DE CLIENTS DE LA BANQUE
D'ALIMENTATION PAR MOIS**

**« LA RECHERCHE RÉVÈLE ...
QUE LES ADULTES VIVANT
DANS DES MÉNAGES EN
SITUATION D'INSÉCURITÉ
ALIMENTAIRE PRÉSENTENT
UN PIRE ÉTAT DE SANTÉ MEN-
TALE ET PHYSIQUE AINSI
QU'UN NIVEAU PLUS ÉLEVÉ
D'ANXIÉTÉ ET DE STRESS QUE
CEUX AYANT ACCÈS À SUFF-
ISAMMENT DE NOURRITURE.
UNE ALIMENTATION SAINÉ
EST ESSENTIELLE À UN CORPS
SAIN, À UN ESPRIT SAIN AINSI
QU'AU MIEUX-ÊTRE SOCIAL. »**

**DR ISRA LEVY,
MÉDECIN EN CHEF EN SANTÉ PUBLIQUE,
SANTÉ PUBLIQUE OTTAWA**

**J'OCCUPE UN EMPLOI À TEMPS
PLEIN, MAIS JE N'ARRIVE PARFOIS
PAS À JOINDRE LES DEUX BOUTS
À LA FIN DU MOIS.**

Mon emploi n'est pas bien rémunéré, mais il s'agit d'un bon emploi et je travaille fort. Peu importe mes efforts au travail, il arrive que certains mois, mon chèque de paye de couvre pas toutes mes factures. Puis, lorsque je constate que les chaussures d'un de mes enfants sont trop petites, je commence vraiment à paniquer. J'essaie de ne pas demander d'aide à Banque d'alimentation à moins que j'en aie besoin parce que je sais que des gens en ont besoin chaque mois. Par contre, lorsque je le fais, il y a au moins certains repas pour lesquels je n'ai pas à me préoccuper.

QUELS SONT LES EFFETS DE LA FAIM?

Les conséquences de la faim se font sentir non seulement par le manque de nourriture, mais aussi par le type de nourriture qu'une personne consomme.

La sous-alimentation se produit lorsqu'une personne ne consomme pas assez de calories pour satisfaire à ses besoins physiologiques de base pour être active.

La malnutrition se produit lorsqu'une personne ne consomme pas assez de protéines, d'énergie et de micronutriments comme le fer, la vitamine B12 et la vitamine A – tous nécessaires à la santé. Une personne peut être mal nourrie sans être sous-alimentée. Elle peut manger assez de calories pour faire de l'embonpoint et quand même être atteinte de malnutrition.

Faim : Dr^e Kamila Premji

Références : Programme Alimentaire Mondial (2011).
[Faim]. Consulté le 8 mai 2011

JE CONTINUE D'ESSAYER, MAIS JE NE PEUX PAS COMBATTRE LE CANCER ET LA FAIM EN MÊME TEMPS.

Lorsque mon médecin m'a annoncé que mon cancer était revenu, c'était comme si je ne pouvais pas entendre ses mots. Après le traitement, je suis malade et épuisée. Mais le plus difficile est de continuer de faire fonctionner les choses à la maison. Quarante-cinq pour une carte d'abonnement d'autobus. Cinquante pour un téléphone. Quatre-vingt-dix pour le chauffage. Je dois ensuite régler mes factures médicales et essayer de payer tout cela avec mon chèque de prestations d'invalidité. Je me retrouve à la Banque d'alimentation lorsque je sais que je n'y arriverai pas. Le poulet qu'on me donne me fourni l'énergie pour passer à travers la semaine suivante.

QUI VIT DANS LA FAIM À OTTAWA?

40 %

de nos clients proviennent de foyers comptant des enfants

36 %

de nos clients proviennent de foyers comptant des enfants de moins de 18 ans

65 %

des clients déclarent des prestations liées à l'aide sociale ou à l'invalidité comme leur source de revenus la plus élevée

8 %

des clients s'identifient comme des personnes vivant avec une invalidité

LUTTER CONTRE LA FAIM - UN DÉFI COMPLEXE

Nous pouvons penser que nous ne connaissons personne vivant dans la faim. Il existe pourtant des personnes autour de nous pour qui c'est le cas. Il s'agit des voisins de l'autre côté de la rue qui se remettent de changements importants dans leur vie. Il s'agit de membres de la famille ou d'amis qui ont perdu leur emploi. Il s'agit de collègues de travail atteints d'une maladie. Il s'agit d'étudiants ou d'ainés résidant dans l'appartement d'à côté vivant tout juste d'un chèque de paye à l'autre. Ces personnes vivent dans la faim, mais à moins qu'elles ne nous le disent, nous ne le saurons pas.

LA FAIM EST INVISIBLE

La Banque d'alimentation d'Ottawa lutte contre la faim en donnant des aliments nutritifs à ceux qui en ont besoin. Il en faut toutefois plus que cela. La faim est un problème complexe, tenace et évolutif. Nous ne pouvons concrétiser notre vision à veiller à ce que personne de notre collectivité n'ait faim sans comprendre les sources du problème.

Notre nouvel investissement dans Link2Feed, une solution de technologie d'analyse pour les banques d'alimentation, nous permettra de recueillir des renseignements plus précis sur la question de savoir qui sont nos clients et d'où ils proviennent, comprendre leurs besoins et trouver les meilleures solutions pour les aider. Une meilleure compréhension de la faim dans notre collectivité nous permettra de faire des planifications plus stratégiques et de cibler nos actions de façon plus efficace et efficiente pour y mettre un terme.

La faim ne discrimine pas et à Ottawa, elle est généralement invisible.

- **Les enfants** ne portent pas d'affiche indiquant qu'ils n'ont pas mangé de déjeuner nourrissant avant de venir à l'école.
- **Les aînés** qui manquent d'argent pour payer leurs factures mensuelles ne sont pas facilement reconnaissables à l'arrêt d'autobus.
- **Les étudiants universitaires** conciliant les cours, les emplois à temps partiel et les frais de subsistance ne vous diront pas qu'ils ont faim lorsqu'ils vous servent à votre café local.
- **Les nouveaux Canadiens** qui prennent un nouveau départ ne savent pas toujours où trouver de l'aide pour leur famille s'ils manquent de nourriture.

LA FAIM À OTTAWA

La sensation de faim pour la plupart d'entre nous se limite à ce qu'on ressent lorsqu'on saute un repas. Pour d'autres, la faim est le résultat de choix difficiles que personne ne devrait avoir à faire : le choix entre des aliments nutritifs et payer le loyer : entre avoir assez de nourriture pour la famille ou payer la dernière facture de services publics.

La faim rend les gens fatigués et incapables de se concentrer sur leurs tâches - comme prendre soin de leur famille ou chercher un emploi. Lorsque la faim persiste, la seule chose à laquelle une personne peut penser est son prochain repas.

NOUS NE POUVONS RÉUSSIR NOTRE MISSION À S'ASSURER QUE PERSONNE DE NOTRE COLLECTIVITÉ N'AIT FAIM SANS COMPRENDRE LES SOURCES DU PROBLÈME.

26 %

DES CLIENTS ONT FAIT DES ÉTUDES POSTSECONDAIRES (COLLÈGE, ACCRÉDITATION COMMERCIALE, BACCALURÉAT, MAÎTRISE OU DOCTORAT)

RAISONS POUVANT POUSSER LES GENS À DEVENIR CLIENTS DE LA BANQUE D'ALIMENTATION D'OTTAWA

- UN MEMBRE DE LA FAMILLE PERD SON EMPLOI
 - UNE MALADIE QUI NÉCESSITE DE S'ABSENTER DU TRAVAIL OU LA PERTE DE L'EMPLOI
 - UN MANQUE D'ASSURANCE CONTRE LES MALADIES GRAVES OU DE PRESTATIONS DE MALADIE
 - UNE AUGMENTATION IMPORTANTE ET INATTENDUE DES TAUX D'INTÉRÊTS
 - LOYER ÉLEVÉ ET AUGMENTATION DES COÛTS DES SERVICES PUBLICS
 - FAIBLE TAUX D'AIDE SOCIALE
 - UNE AUGMENTATION CONSTANTE DU COÛT DE LA VIE
-

SÉCURITÉ ALIMENTAIRE

La sécurité alimentaire signifie qu'on a économiquement et physiquement accès à la nourriture qui répond à nos besoins nutritionnels et qui nous permet de vivre une vie active et saine. Lorsque cet accès est menacé ou interrompu par une perte d'emploi, une maladie grave ou une augmentation des besoins fondamentaux, les personnes sont souvent forcées de faire des choix alimentaires pouvant ne pas être sains pour elles ou leur famille.

L'insécurité alimentaire peut devenir un grave problème de santé publique. Les personnes qui n'ont pas accès à un approvisionnement constant en aliments nutritifs sont plus vulnérables aux maladies chroniques telles que le diabète de type 2, les maladies du cœur, le cancer et la dépression.

QU'EST-CE QUE LA BONNE NUTRITION?

La bonne nutrition joue un rôle important pour mener une vie saine, active et productive. Une alimentation nutritive et saine contribue à la santé physique et mentale générale. Les aliments nutritifs nous aident à maintenir un poids santé et à réduire les risques de maladies chroniques évitables.

LA FAIM EN CHIFFRE

11,40 \$

Salaire horaire minimum en Ontario

1 824 \$

Revenu mensuel d'un travailleur au salaire minimum (40 h/semaine)

23 712 \$

Revenu annuel (avant impôts) d'un employé au salaire minimum gagnant 11,40 \$/heure, 40 heures/semaine, 52 semaines/année

863 \$

Coût pour nourrir une famille de quatre personnes chaque mois

1 390 \$

Coût du loyer pour un logement de 3 chambres

TOTAL

-429 \$

Ce qu'il reste à payer pour la garde d'enfants, le transport, le chauffage et toutes les autres factures.

45 206 \$

REVENU MINIMUM NÉCESSAIRE
POUR UNE FAMILLE DE QUATRE PERSONNES
(SFR 2010)

23 000 \$

REVENU SUR LE SEUIL DE LA PAUVRETÉ
(STATISTIQUES DE 2014)

« LA NUTRITION ET L'ACCÈS À DES ALIMENTS SAINS DÈS LE JEUNE ÂGE JOUENT UN RÔLE ESSENTIEL DANS LE DÉVELOPPEMENT PHYSIQUE, INTELLECTUEL ET ÉMOTIONNEL D'UN ENFANT. AFIN QUE LES ENFANTS ATTEIGNENT LEUR PLEIN POTENTIEL, IL FAUT QUE TOUTES LES FAMILLES DE NOTRE RÉGION AIENT ACCÈS À UNE NOURRITURE SAINTE, À DES RENSEIGNEMENTS SUR LA NUTRITION ET AU SOUTIEN POUR OFFRIR UNE ALIMENTATION ÉQUILIBRÉE À LEURS ENFANTS. »

D^{RE} LINDY SAMSON,
CHEF DU PERSONNEL ET
MÉDECIN-CHEF DU CENTRE
HOSPITALIER POUR ENFANTS
DE L'EST DE L'ONTARIO (CHEO)

PARFOIS, MA MÈRE ET MON PÈRE SAUTENT LE SOUPER POUR QUE NOUS AYONS ASSEZ DE NOURRITURE POUR MANGER.

Je fais semblant de ne pas le remarquer, mais cela me rend vraiment triste. Je sais qu'ils veulent simplement que tout aille bien pour nous. Mon père s'est blessé au dos cet été, mais il continue de dire que tout ira bien. J'aimerais que nous puissions aider nos parents. Je ne veux pas qu'ils se préoccupent de l'argent ou de mon frère et moi.

**ILS ONT SUPPRIMÉ DES EMPLOIS
DE MA DIVISION ET J'AI ENSUITE
CONNU LA FAIM.**

Ma femme et moi avons toujours travaillé et nous sommes vigilants quant à notre argent. Il y avait certains mois où nous pouvions même économiser un peu, ce qui a aidé quand j'ai perdu mon emploi, mais nos économies se sont par la suite épuisées. Il y a des jours où je me prive de nourriture pour que mes enfants n'aient pas à le faire. Il y a aussi de ces jours où je visite la Banque d'alimentation. Je ne sais pas comment nous pourrions nous en sortir sans elle. Je cherche un emploi chaque jour, mais il n'y a tout simplement personne qui embauche.

UN COUP DE MAIN

VOUS POUVEZ AIDER. Vos dons en argent nous permettent d'acheter les aliments nutritifs frais qu'on ne peut pas donner à des collectes d'aliments, mais qui contribuent grandement à nous aider à mettre des aliments nutritifs et sains sur la table des familles d'Ottawa lorsqu'elles en ont besoin.

CONTACTEZ-NOUS

Sur le Web : OttawaFoodBank.ca

Adresse de courriel : foodbank@ottawafoodbank.ca

Ottawa Food Bank
1317, rue Michael
Ottawa (Ontario) K1B 3M9

Téléphone : 613-745-7001

Facebook, Twitter et Instagram : @OttawaFoodBank



La Banque
d'Alimentation d'Ottawa