

## NOTRE OPINION

### Décembre, mois des bilans et de la rétrospection mais aussi de projections.

Ces derniers jours, l'Université de Dalhousie a dévoilé ses prévisions du coût des aliments pour l'année à venir. Pour 2020, on anticipe une hausse globale, même plus élevée que l'inflation. Comme c'est le cas depuis quelques années, le Dispensaire a été invité à commenter ces prévisions annuelles: <http://bit.ly/DDM-2460> et <http://bit.ly/15-18SLDDM>



C'est toujours préoccupant quand le coût des aliments augmente, puisque cela touche tout le monde, et comme c'est souvent le cas, plus lourdement pour celles et ceux dont les revenus sont limités, affectant au passage leur santé et le reste de leur vie. Si on regarde l'année 2019, on voit toutefois que l'augmentation globale du coût des aliments du [Panier à provisions nutritif](#) (PPN) correspondait à un peu plus de 300\$ sur l'année pour une famille de 4 personnes, alors que les prévisions à

pareille date l'an dernier, selon l'Université de Dalhousie, était au-delà de 400\$, ce qui montre qu'en cuisinant, qu'en sélectionnant des protéines végétales comme les légumineuses au lieu de la viande, en choisissant les variétés de fruits et légumes à meilleure valeur, en minimisant le gaspillage, on peut réduire ce fardeau. Cela ajoute toutefois une pression sur les épaules des consommateurs, d'où la pertinence de poursuivre les efforts afin que le droit à une saine alimentation au Québec (<http://droitsainealimentation.org/>)

On ne peut toutefois faire abstraction des défis qui sont devant nous comme société afin d'assurer la sécurité alimentaire de notre population. Les changements climatiques, les guerres économiques, les maux de la production alimentaire industrielle et mondialisée, notamment, mettent à risque notre système alimentaire.

Récemment, on parle de plus en plus, les changements climatiques ont été mis de l'avant comme un facteur important de notre capacité à produire des aliments. Par exemple, le Nord du Québec étant plus touché par ceux-ci, on voit un effet encore plus grand sur sa communauté. Malheureusement, les pratiques traditionnelles comme la pêche, la chasse et la cueillette menées par les peuples autochtones sont grandement menacées par les variations du climat. Il est largement reconnu que les pratiques traditionnelles sont parmi les facteurs favorables à la santé.

Lors de notre collaboration avec le Conseil cri de la santé et des services sociaux de la Baie James en 2016, on a observé que le contenu du Panier à provisions nutritif, donc des aliments de base, s'élevait à environ 30 % de plus qu'à Montréal et que ces aliments n'étaient pas toujours disponibles ou dans un état propice à la consommation. Si les aliments "du sud" sont cher ou peu attrayants et que les changements climatiques mettent à mal les pratiques traditionnelles, elles qui souffraient déjà d'une perte de transmission, que reste-t-il comme option à ces communautés pour s'alimenter dignement, sainement, de façon culturellement acceptable? Et sans mauvais jeu de mots, ce n'est que la pointe de l'iceberg.

En cette fin d'année, temps de réjouissance et de rassemblement, le Dispensaire vous souhaite de passer de bons moments avec vos proches et de prendre le temps de réfléchir à des actions concrètes que vous pourriez initier, en 2020, pour diminuer l'impact de la hausse du coût des aliments sur le quotidien de bien des gens. Quant à nous, grâce au soutien de la Direction régionale de la santé publique, nous travaillerons à une refonte/mise à jour de notre Panier à provisions nutritif, un beau projet pour poursuivre notre travail à la santé de la communauté.

Photo : [Nathalie Choquette](#)

