

Fondation

Olo



Des
bébés
en santé

Les familles en suivi Olo et l'inflation

- Focus sur le travail des intervenantes et
la réalité des familles à l'automne 2022

Les familles en suivi Olo et l'inflation : Focus sur le travail des intervenantes et la réalité des familles à l'automne 2022

Ont participé à la conception du sondage, à la création et l'animation d'un atelier auprès des intervenantes, à la rédaction de la publication et à sa révision :

Élise Boyer, M. Sc., Directrice générale, Fondation Olo

Laurence Chiasson, Conseillère en communication, Fondation Olo

Julie Deschamps, Dt. P., M. Sc., Nutritionniste, gestionnaire du volet intervenantes et professionnelles de la santé, Fondation Olo

Maude Dubois Mercier, infirmière clinicienne et candidate à la maîtrise en santé publique de l'Université de Montréal, stagiaire à la Fondation Olo

Patrick Lopez, Directeur, communications, Fondation Olo

Remerciements

La Fondation Olo tient à remercier les nombreuses intervenantes et gestionnaires qui ont pris le temps de répondre au sondage, de participer à l'atelier dans le cadre de la Journée Annuelle des intervenantes Olo et qui accompagnent chaque jour les femmes enceintes et les familles dans le cadre du suivi Olo.

Note

Comme la grande majorité des personnes impliquées dans l'approche Olo sont des femmes, la forme féminine a été préférée dans ce document, mais son utilisation inclut tant les personnes de sexe féminin que de sexe masculin ou autre.

Version 1 - novembre 2022

fondationolo.ca



Sommaire

Ce coup de sonde auprès de plus de 200 intervenantes a mis en lumière la présence de nombreuses inquiétudes liées à la capacité de combler plusieurs besoins de base qui troublent le quotidien des familles qui attendent l'arrivée d'un enfant. Ce dernier a également mis au premier plan d'importants obstacles induits par l'inflation qui empêchent les familles de pouvoir développer ou acquérir de saines habitudes alimentaires.

- Parmi les préoccupations les plus présentes (présentes %, très présentes %) se trouvent se nourrir (82 % et 17 %), se loger (71 % et 26 %), trouver une place en service de garde (67 % et 22 %); se déplacer (47 % et 41 %) ou encore se nourrir avec des aliments sains (42 % et 37 %).
- Les intervenantes Olo sondées ont identifié trois principaux obstacles empêchant les familles de consolider ou de développer de saines habitudes alimentaires, soit un revenu insuffisant (77 %), une trop grande part du budget attribuée au logement (61 %) ou encore un environnement direct non-propice au développement de saines habitudes alimentaires : détresse psychologique, problématique de santé mentale, violence conjugale, situation de dépendance (56 %). Le manque de compétences ou de connaissances culinaires (48 %) arrive en 4^e place.
- L'augmentation du prix du panier d'épicerie a modifié les habitudes alimentaires et de consommation des familles en renforçant la nécessité de recourir aux banques alimentaires et en restreignant drastiquement leur capacité d'acheter des fruits et légumes ou de découvrir et tester de nouveaux aliments.
- Les coupons Olo, échangeables contre du lait et des œufs et remis aux femmes enceintes pour combler leurs propres besoins nutritionnels et ceux du bébé à naître, sont de plus en plus utilisés, en tout ou en partie, pour combler les besoins alimentaires des autres membres de la famille.

Les résultats de ce nouveau coup de sonde, en confirmant les échos entendus au fil des semaines, nourrissent autant les préoccupations de l'équipe de la Fondation Olo que sa conviction profonde que la présence du suivi Olo et de l'intervenante font toute la différence. Ces constats se regroupent en 5 points :

1. L'inflation entraîne une hausse des postes de dépenses les plus critiques - logement, alimentation, transport - rendant la satisfaction de besoins de base des familles de plus en plus difficile
2. L'objectif de manger supplante souvent celui de manger sainement et l'attention qui gagnerait à être mise dans l'acquisition de saines habitudes alimentaires tôt dans la vie est déviée, ce qui nuit aux actions de prévention sur ce plan
3. Face au prix des aliments, plusieurs familles se trouvent à choisir entre l'enfant à table et l'enfant à naître
4. Les besoins des familles sont de plus en plus spécifiques et sont influencés par un changement dans la diversité des familles Olo
5. Les intervenantes se retrouvent elles-mêmes démunies face à des familles aux besoins de plus en plus grands

Les conséquences de l'inflation actuelle s'invitent à la discussion : des besoins de base à combler qui inquiètent les familles ont des conséquences sur les saines habitudes alimentaires et font qu'il est encore plus difficile d'agir tôt. Nous nous trouvons à manquer la puissante fenêtre d'opportunité qui est celle des 1000 premiers jours de vie en termes de saine alimentation.



Table des matières

Sommaire	3
Table des matières	4
Intention et contexte.....	5
Paramètres et profil des répondantes.....	6
Résultats du sondage.....	8
Des besoins de base qui peinent à être comblés	8
Des postes de dépenses qui occupent de plus en plus de place dans le budget mensuel des familles.....	10
Des répercussions sans précédent sur les habitudes alimentaires.....	14
Compétences, connaissances et matériels pour bien manger ou cuisiner	18
Utilisation des coupons Olo : un choix déchirant	20
Des constats inquiétants	23
1 - L'inflation entraîne une hausse des postes de dépenses les plus critiques - logement, alimentation, transport - rendant la satisfaction de besoins de base des familles de plus en plus difficile.....	24
2 - L'objectif de manger supplante souvent celui de manger sainement et l'attention qui gagnerait à être mise dans l'acquisition de saines habitudes alimentaires tôt dans la vie est déviée, ce qui nuit aux actions de prévention sur ce plan	24
3 - Face au prix des aliments, plusieurs familles se trouvent à choisir entre l'enfant à table et l'enfant à naître	26
4 - La pluralité des familles et la diversité des enjeux vécus commandent que l'accompagnement soit adapté pour accroître son impact.....	26
5 - Les intervenantes se retrouvent elles-mêmes démunies face à des familles aux besoins de plus en plus grands.....	27
Des actions nécessaires.....	30



Intention et contexte

Depuis plusieurs mois, nous ne comptons plus le nombre de fois où des articles sur l'inflation ont fait et font encore les manchettes. La pandémie a laissé place à un climat économique inhabituel : hausse du coût du panier d'épicerie, du prix du logement ou encore du prix de l'essence font en sorte que le budget des familles est fortement impacté. Si l'impact se ressent sur tout un chacun, il frappe d'autant plus fort les familles en situation de vulnérabilité qui ont accès au suivi Olo.

Après un premier coup de sonde relié aux impacts de la pandémie sur la vie des familles en novembre 2021, la Fondation Olo a voulu savoir comment vont les femmes enceintes et les familles rejointes par le suivi Olo et quelles sont leurs réalités au regard de l'inflation. Pour ce faire, elle a sondé les intervenantes Olo, par qui se réalise la mission de la Fondation sur le terrain, sur les difficultés vécues par les familles, leur accès à des besoins de base, leurs inquiétudes et l'influence de l'inflation sur leurs habitudes d'alimentation et de consommation.

Ce nouveau coup de sonde s'inscrit dans une continuité de gestes posés au fil des mois pour mieux comprendre et répondre aux besoins des familles. En mars dernier, lors du Mois de la nutrition et en collaboration avec l'Observatoire des tout-petits, la Fondation Olo avait à cœur de sensibiliser le grand public à la hausse du prix du panier d'épicerie et aux impacts majeurs sur le développement des tout-petits. De plus, l'insécurité alimentaire grandissante touche de plus en plus de familles et des actions doivent être prises pour amoindrir ses effets et permettre aux familles de sortir d'un « mode survie » dans lequel elles se trouvent depuis bien trop longtemps.

Au cœur de tout cela, une certitude perdue : le suivi Olo est un actif indispensable pour accompagner les familles au regard de leurs besoins. Cependant, l'inflation crée un environnement dans lequel il est de plus en plus difficile pour les intervenantes d'accompagner les familles vers de saines habitudes alimentaires parce que, pour nombreuses d'entre elles, de plus en plus d'obstacles s'interposent entre elles et la saine alimentation.

En ce mois de novembre 2022, la Fondation Olo apporte la lecture terrain de près de 200 intervenantes et a à cœur de se positionner dans le sillon de la thématique de la Grande Semaine des tout-petits portée par le Collectif petite enfance dont elle est membre, « Rebondir ensemble! Parce que les tout-petits aussi ont des droits ». Dans la liste de ces droits en figure plusieurs qui touchent au cœur de la mission de la Fondation mais notamment un qui attire toute notre attention, celui du droit à la nourriture.



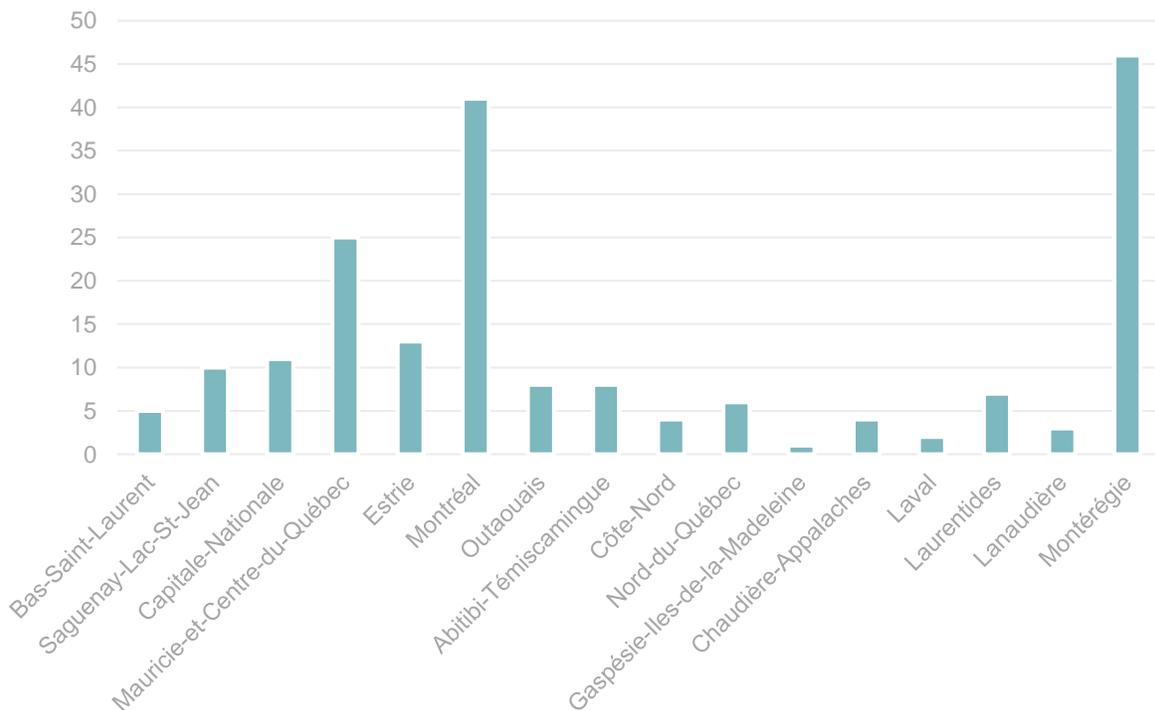
Paramètres et profil des répondantes

Entre le 10 octobre et le 3 novembre 2022, les intervenantes Olo d'un peu partout au Québec ont été invitées, par infolettre et aussi dans le cadre de la Journée Annuelle des intervenantes Olo du 28 octobre, à participer à un court sondage en ligne. 194 personnes, principalement des intervenantes des CISSS et des CIUSSS, ont répondu à ce sondage. Ce sont en très grande majorité des femmes, d'où la féminisation des termes dans l'ensemble de cette publication.

Titre d'emploi des 194 répondantes



Les 194 répondantes proviennent de toutes les régions du Québec



Résultats du sondage



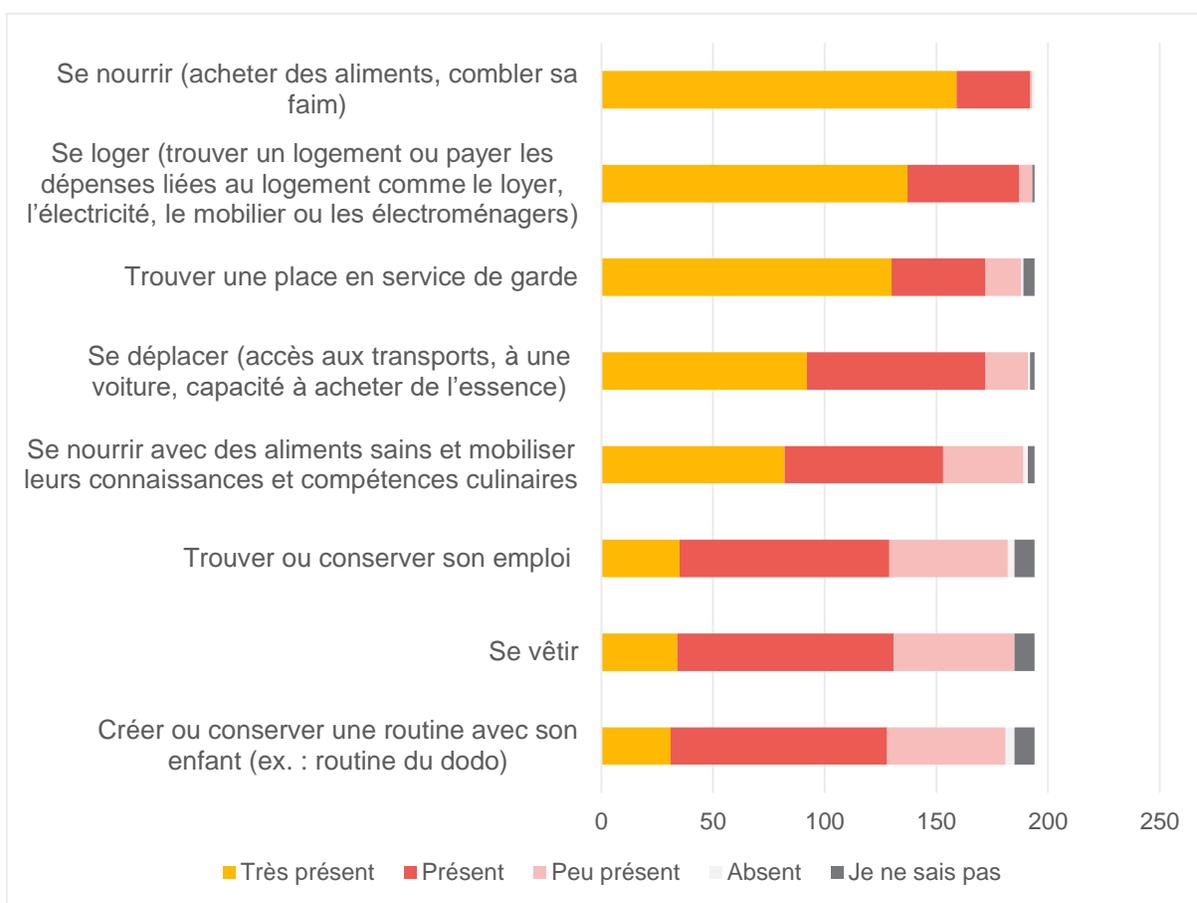
Résultats du sondage

Des besoins de base qui peinent à être comblés

Au regard de l'inflation qui s'est installée depuis plusieurs mois, nous avons souhaité connaître les inquiétudes vécues par les familles accompagnées dans le cadre du suivi Olo. En effet, nous avons voulu vérifier à quel point la satisfaction de besoins de base inquiétait les familles.

Dès la première lecture des résultats, nous avons pu voir que de nombreuses inquiétudes occupaient leur esprit et les discussions avec leurs intervenantes.

Q : Dans le contexte d'inflation actuel, à quel point diriez-vous que les besoins de bases suivants sont présents dans les inquiétudes quotidiennes des familles que vous accompagnez dans le cadre du suivi Olo?



Nous pouvons ainsi noter que :

- Pour 99 % des répondantes, se nourrir est la préoccupation majeure des familles en suivi Olo. En effet, 82 % estime que c'est une inquiétude quotidienne très présente et 17 % que c'est une inquiétude présente.



- Se loger est une préoccupation des familles pour 98 % des répondantes. Cette inquiétude est très présente 71 % et présente à 26 %. Cela n'a rien d'étonnant au regard de la place que le logement occupe dans le budget mensuel des familles en suivi Olo (voir section ci-dessous).
- Trouver une place en service de garde occupe les esprits des familles au quotidien (très présente pour 67 % et présente pour 22 %), tout comme se déplacer (47 % et 41 %).
- Si le transport arrive au 4^e rang, se nourrir avec des aliments sains et mobiliser ses connaissances et compétences culinaires arrive en 5^{ème} position dans les inquiétudes des familles (très présente à 42 % et présente à 37 %).

Une différence a retenu notre attention dans les réponses à cette première question : la différence entre l'importance reconnue à « se nourrir » et celle de « se nourrir avec des aliments sains ». En effet, alors que 99 % des répondantes estime que « se nourrir » est une préoccupation des familles, ce chiffre tombe à 79 % en ce qui concerne l'alimentation saine (« se nourrir avec des aliments sains »). En d'autres termes, les intervenantes ont la lecture que 4 familles sur 5 font part d'une préoccupation envers la saine alimentation, mais que pour 1 famille sur 5, cette importance s'efface devant le besoin fondamental de se nourrir.

Au regard de notre mission d'accompagnement vers le développement ou l'acquisition de saines habitudes alimentaires, nous pouvons voir que le contexte actuel d'inflation amplifie la contradiction perçue entre sécurité alimentaire et saine alimentation. Les familles semblent en effet avoir des préoccupations et des inquiétudes plus directes en lien avec le simple fait d'acheter des aliments ou encore d'avoir l'argent nécessaire pour trouver ou conserver leur logement.

Aussi, le suivi Olo, construit autour de 3 dimensions que sont « Bien manger », « cuisiner » et « manger en famille », tend à accompagner les parents vers la consolidation de leur rôle de modèle afin de permettre à leur tout-petit de développer eux-mêmes des saines habitudes alimentaires. Créer une routine que ce soit pour les repas ou l'heure du coucher est bénéfique au développement de l'enfant. Ainsi, au regard de l'importance des préoccupations citées plus haut, « créer ou conserver une routine avec son enfant » est une inquiétude des familles peu présente ou absente pour près de 30 % des familles.

Elles nous ont dit¹

« Les familles ont de plus en plus de difficultés à arriver financièrement donc à subvenir à leurs besoins de base, dont l'alimentation, ce qui occasionne un très grand stress chez les familles. Les ressources communautaires sont débordées et ne fournissent pas ».

« Nous avons aussi eu des situations où une femme vivant de la violence conjugale ne pouvait pas partir car à elle seule, elle n'avait pas assez d'argent pour les besoins de bases ».

« Les familles vivent un stress fréquent lié aux besoins essentiels dont le logement et l'alimentation. »

« Elles "attendent" les chèques gouvernementaux plus tôt dans le mois en raison du coût de la vie élevé (logement, nourriture) ».

¹ Dans ce rapport, les sections « Elles nous ont dit » recensent certains des témoignages d'intervenantes recueillis de façon anonyme via le coup de sonde et dans le cadre de l'atelier lors de la Journée annuelle des intervenantes du 28 octobre 2022.



« Tous ces enjeux d'inflation et de difficulté à se trouver un logement augmentent la détresse énormément chez nos parents ».

« Dans ma région, il y a peu d'épiceries économiques, les jeunes familles doivent se déplacer à 30 minutes de route pour avoir accès aux épiceries plus économiques (Maxi, Super C, Costco). Ils n'ont souvent pas de voiture, donc l'accès aux aliments nutritifs et à moindre coût est difficile ».

« On note une grande difficulté pour certaines familles de se rendre aux services d'aide alimentaire et même à l'épicerie. Nous avons un service taxi dans notre secteur limité en ville, mais ça ne permet pas de mettre plusieurs sacs dans la valise du taxi. Et ça, c'est pour ceux qui sont dans la ville-centre, les autres n'ont accès à aucun service collectif ».

« Les gens doivent faire des choix entre la nourriture, le loyer, etc. La préoccupation est plus de manger à leur faim plutôt que de bien manger ».

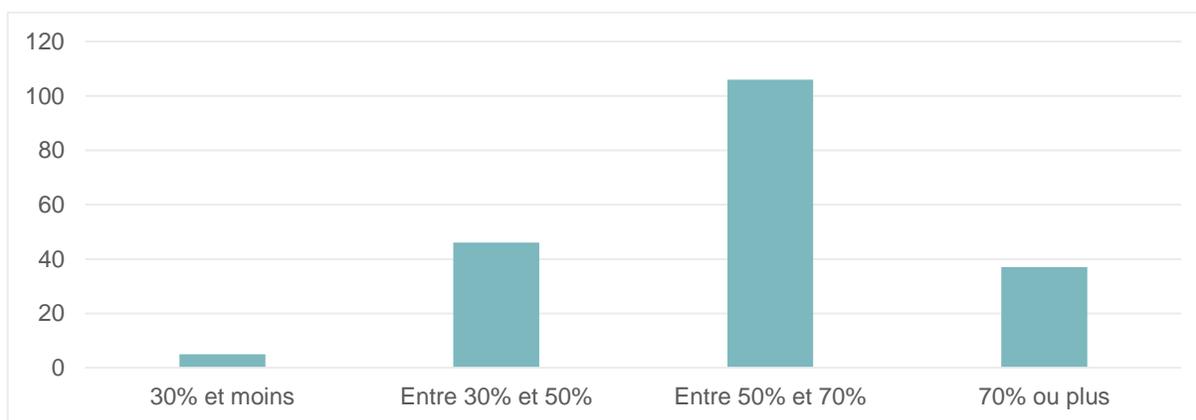
Des postes de dépenses qui occupent de plus en plus de place dans le budget mensuel des familles

À la suite d'une première question servant de marqueur pour sonder les inquiétudes présentes dans le quotidien des familles, nous avons demandé aux répondantes de se prononcer plus spécifiquement sur deux postes de dépenses supposément majeur dans le budget mensuel des familles.

Le logement, première dépense des familles

Nous ne comptons plus les articles qui, dans la dernière année, sont parus concernant la crise du logement ou encore l'augmentation sans commune mesure des loyers. Or, les données qui suivent viennent mettre en lumière la réalité des familles en suivi Olo.

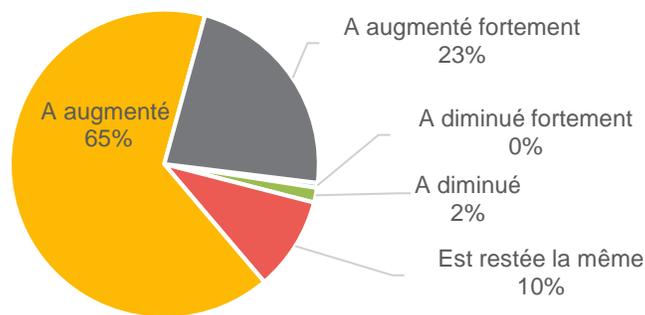
Q : En moyenne, dans la situation actuelle, quelle est selon vous la proportion du budget mensuel attribuée au logement pour les familles en suivi Olo ?



Avant de regarder plus près le graphique, il est bon de rappeler que, de manière générale, la part du budget attribuée au logement devrait être inférieure ou égale au tiers des dépenses mensuelles.

Au regard des réponses, il appert que le logement représente entre 50 % et 70 % du budget pour plus d'1 famille Olo sur 2 (près de 55 %) et entre 30 % et 50 % pour près d'1 famille Olo sur 4 (24 % d'entre elles). Fait encore plus alarmant, le logement représenterait 70 % ou plus du budget mensuel pour près d'1 famille sur 5 (19 %). Si l'on s'en tient à l'indication qu'un maximum de 30% du budget devrait être alloué au logement, appelé le seuil d'abordabilité, cette réalité ne serait celle que de 2.5 % des familles Olo.

Q : Comparé à novembre 2021, diriez-vous que cette part du budget mensuel attribuée au logement :



Cette situation serait le résultat d'une évolution défavorable. En effet, pour 88% des familles la part du budget mensuel attribuée au logement a augmenté (65 %) ou augmenté fortement (23 %) depuis novembre 2021. Ce n'est donc pas par hasard que « se loger » soit une des principales inquiétudes des familles Olo selon les réponses des intervenantes.

Elles nous ont dit

« En Outaouais, la crise du logement et la hausse importante des prix sont un enjeu important donc le budget est mis surtout à payer leur loyer. C'est difficile d'avoir les moyens financiers pour faire une bonne épicerie ».

« Les logements trop chers. Pour une de mes familles, il est impossible de quitter son logement à 850\$ non sécuritaire, dangereux pour le feu, infecté par des insectes car le prochain bail sera de 1200\$ ou plus par mois ».

« Je tiens à noter que les logements qui sont "abordables" pour nos familles à faibles revenus sont souvent insalubres ».

« Le manque de logement dans notre région est criant et ceux qui sont disponibles sont inaccessibles (prix, grandeur, éloignement...) pour nos familles ».

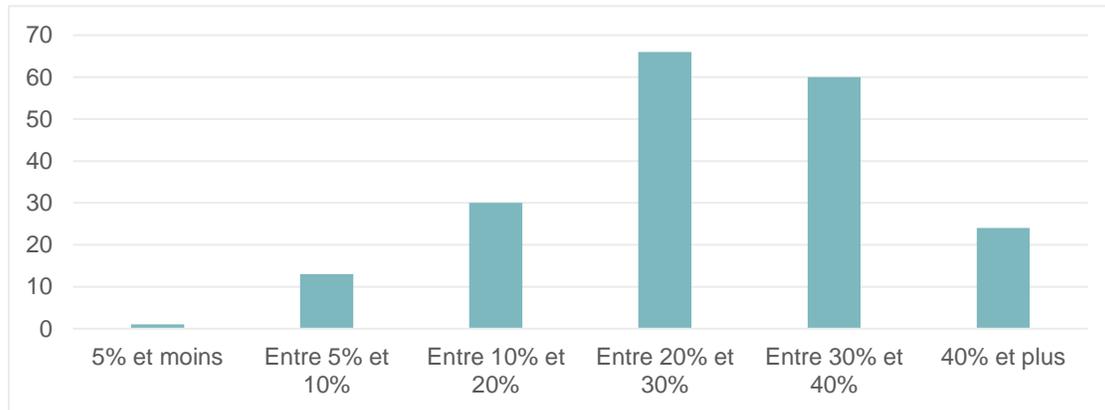
« Le coût des logements a augmenté alors que l'offre a diminué : les familles se résignent à habiter dans un logement trop petit pour leurs besoins ».



Panier d'épicerie : un prix qui augmente à mesure que son contenu s'amenuise

Les deux prochaines questions nous permettent de poser notre regard sur la part du budget attribuée au panier d'épicerie. Nous avons vu plus haut que la préoccupation principale des familles était de « se nourrir » dont la composante est définie par le fait d'acheter des aliments ou encore de combler sa faim. Il est temps de voir quelle proportion du budget mensuel peut être attribuée à ce poste de dépenses.

Q : Si on se penche maintenant sur le panier d'épicerie, quelle est selon vous la proportion du budget mensuel des familles consacrée à ce dernier ?



Nous pouvons donc voir que :

- Pour près d'1 famille Olo sur 4 (23 %), le panier d'épicerie correspond à 20 % et moins du budget mensuel.
- Plus de 7 % des familles y accordent même moins de 10 % de leur budget.
- 65 % des familles accordent entre 20 % et 40 % de leur budget mensuel au panier d'épicerie.

De plus, ces données sont à mettre en parallèle avec les derniers calculs du [Panier à provisions nutritif et économique \(PPNE\)](#) du Dispensaire diététique de Montréal dont les résultats illustrent à quel point il est devenu difficile de consacrer une part suffisante du budget aux aliments.

« Le coût annuel du PPNE pour une famille type, soit 12 987,35 \$ par an, est important d'un point de vue d'accès économique à une alimentation saine. Pour mettre ce coût en perspective pour une famille de quatre personnes recevant de l'aide financière (incluant environ 13 000 \$ en prestations d'aide sociale, 5 200 \$ en allocations familiales et 12 000 \$ en allocation canadienne pour enfants), le coût du panier d'épicerie représente environ 40 % du revenu de la famille. »

- Extrait de Faits saillants du rapport sur la mise à jour et le coût du Panier à provisions nutritif et économique 2021-2022

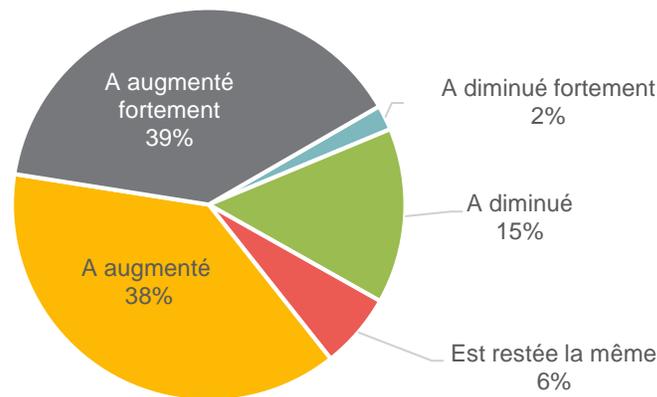
Selon les intervenantes Olo dans le cadre de coup de sonde, seules 12% des familles parviendrait à accorder à la nourriture ce 40% de leurs revenus. Ceci n'est guère surprenant, car au regard de la part



octroyée au logement, il paraît peu probable de pouvoir accorder 40 % du budget global au panier d'épicerie en compressant les autres dépenses dans les 60 % restants. De plus, ces calculs sommaires laissent peu de place à des imprévus comme des frais médicaux non envisagés ou encore à des dépenses en lien avec des loisirs.

De plus, la tendance du prix du panier d'épicerie est à regarder de près pour voir l'incidence que l'inflation a eu sur ce dernier et sur le quotidien des familles.

Q : Comparé à novembre 2021, diriez-vous que cette part du budget mensuel attribuée au panier d'épicerie :



Après l'augmentation de la part du budget attribuée au logement, une tendance à la hausse se poursuit : la part dédiée au panier d'épicerie a augmenté fortement pour 39 % des familles et augmenté pour 38 % d'entre elles. Alors que l'inflation a mené à une augmentation significative des prix de la plupart des aliments, les données du coup de sonde permettent de croire que, comparé à novembre 2021, près du quart des familles Olo (22 %) attribue le même montant d'argent mensuellement (6 %) ou un montant moindre (a diminué : 15 %, a fortement diminué : 2 %) à leur épicerie pour se retrouver avec un panier pourtant de moins en moins rempli.

Elles nous ont dit

« Avec 20\$ dans notre épicerie de village on ne va pas loin. Nous n'avons qu'une seule épicerie, pas de rabais, honnêtement 2 sacs d'épicerie me coûtent 100 et plus, et je n'ai pas grand-chose dedans. Avec nos salaires, nous trouvons cela difficile alors j'imagine pour les revenus beaucoup plus faibles que nous ».

« La plupart des familles ont un montant X pour l'épicerie. Même si les aliments coûtent plus chers, la facture consacrée aux aliments n'est pas plus élevée. Ils en ont juste moins pour leur argent et doivent se tourner vers les banques alimentaires ».



Des répercussions sans précédent sur les habitudes alimentaires

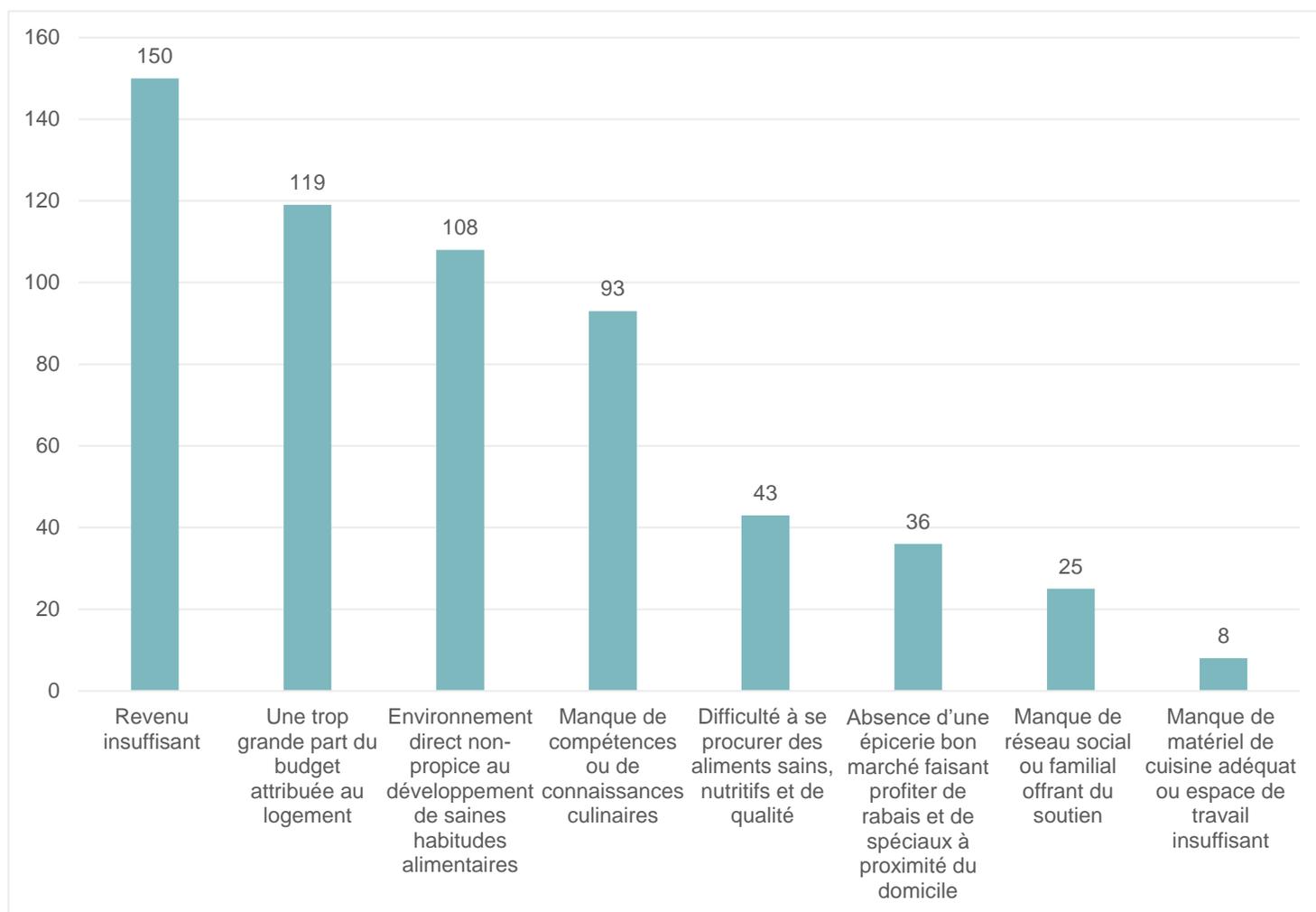
Notre coup de sonde de l'année dernière avait permis de mettre en lumière les conséquences que la pandémie avait eu sur les saines habitudes alimentaires des familles. Les données permettaient de voir que, malgré des résultats modérés, plus de 50% des intervenantes affirmaient que les familles avaient de moins bonnes habitudes alimentaires et 88% des intervenantes sondées considéraient que les facteurs de risques avaient eu un impact défavorable sur leur maintien ou leur acquisition.

En amont de notre coup de sonde actuel, les familles Olo partageaient donc avec des habitudes alimentaires impactées par la pandémie. L'inflation que nous connaissons a continué de creuser cet écart en ce qui concerne la saine alimentation.

Trois grands obstacles à la saine alimentation...

La question suivante laissait aux intervenantes le choix de sélectionner selon elles les 3 principales barrières empêchant les familles de consolider ou de développer des saines habitudes alimentaires.

Q : Selon vous, quelles sont les trois principales barrières qui empêchent les familles en suivi Olo de consolider ou de développer de saines habitudes alimentaires?



Au regard de cette question, les répondantes ont identifié quatre principaux obstacles empêchant les familles de consolider ou de développer de saines habitudes alimentaires, soit :

- Un revenu insuffisant (77 %) ;
- Une trop grande part du budget attribuée au logement (61 %) ;
- Un environnement direct non-propice au développement de ces saines habitudes alimentaires : détresse psychologique, problématique de santé mentale, violence conjugale, situation de dépendance (56 %) ;
- Le manque de compétences ou de connaissances culinaires (48 %).

Suivent ensuite :

- La difficulté de se procurer des aliments sains, nutritifs et de qualité (28 %) ;
- L'absence d'une épicerie bon marché faisant profiter de rabais et de spéciaux à proximité du domicile (23 %) ;
- Le manque de matériel de cuisine adéquat ou espace de travail suffisant (5 %)

Il s'avère que les plus grands obstacles sont avant tout générés par des éléments externes et conjoncturels, sans lien direct avec des actions individuelles que peuvent poser les familles. Ainsi, agir sur ces facteurs par des actions sociales et des politiques publiques concrètes pourrait alléger le poids qui pèse sur les épaules des familles. Il est aussi logique de déduire que l'accumulation de ces défis dans le quotidien des familles sont autant de stress qui occupent leur esprit, les empêchent de faire des choix sains et nutritifs en matière d'alimentation.

De plus, il est bon de spécifier que des considérations régionales sont à prendre en compte dans la lecture et la compréhension de ces données. En effet, en dehors des villes disposant de transport en commun ou d'une plus grande diversité d'épicerie, les régions ont une réalité toute autre. En milieu rural, les familles ont peu ou pas accès à des épiceries à rabais et elles ont aussi plus de difficulté à se déplacer, une situation exacerbée par la hausse du prix de l'essence.

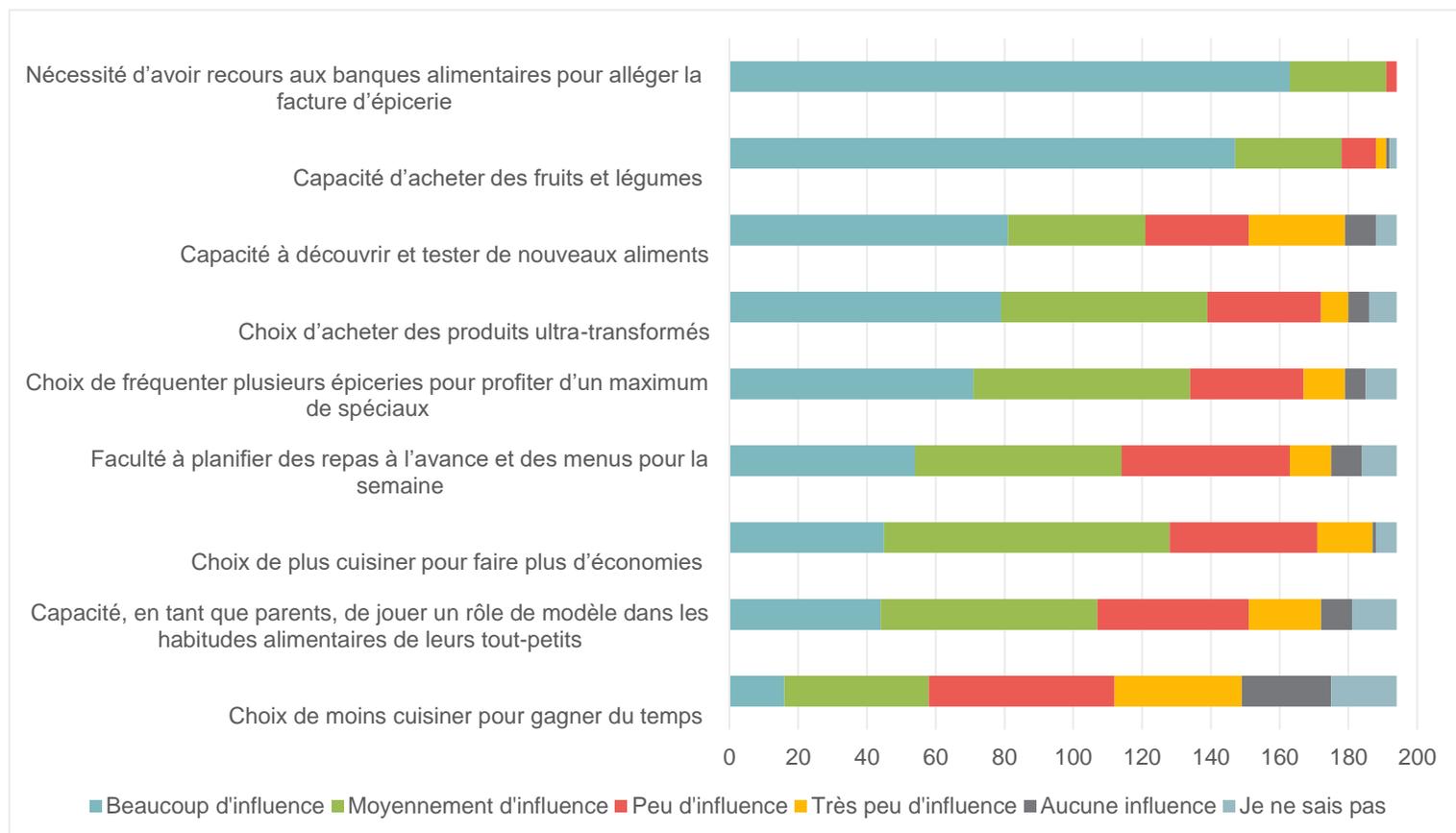
... et des habitudes alimentaires largement impactées par l'inflation

Nous le savons, l'inflation a entraîné une augmentation du prix du panier d'épicerie. Cette augmentation a eu un effet sur les habitudes de consommation et d'alimentation des familles, et cela d'autant plus fort sur les familles vivant en situation de vulnérabilité comme celles accompagnées par le suivi Olo.

Une question de notre coup de sonde permettait aux intervenantes de partager le niveau d'influence de cette augmentation sur les familles en suivi Olo.



Q : En pensant aux familles que vous accompagnez, dans quelle mesure diriez-vous que l'augmentation du prix du panier d'épicerie a de l'influence sur leur :



De cette question, il est ressorti que l'inflation a eu de l'influence sur :

- La nécessité d'avoir recours aux banques alimentaires pour alléger la facture d'épicerie pour plus de 98 % des répondantes (84 % ont répondu beaucoup d'influence et plus de 14 % moyennement d'influence)
- La capacité d'acheter des fruits et des légumes pour 92 % d'entre elles (près de 76 % ont répondu beaucoup d'influence et 16% moyennement d'influence)
- Le choix d'acheter des produits ultra-transformés pour près de 72 % des répondantes (près de 41 % ont répondu beaucoup d'influence et 31 % moyennement d'influence)
- La capacité à découvrir et tester de nouveaux aliments pour 62 % des répondantes (près de 42 % ont répondu beaucoup d'influence et plus de 20 % moyennement d'influence)

L'influence est aussi significative sur le choix de fréquenter plusieurs épiceries pour profiter d'un maximum de spéciaux (pour 70 % d'entre elles), le choix de plus cuisiner pour faire plus d'économies (66 %) ou encore sur la faculté à planifier des repas à l'avance et des menus pour la semaine (59%). Enfin, pour plus d'1 famille sur 2 (55 %), l'inflation a eu une influence sur leur capacité, en tant que parents, de jouer un rôle de modèle dans les habitudes alimentaires de leurs tout-petits.



Concernant le recours aux banques alimentaires, ces données sont cohérentes avec celles des Banques alimentaires du Québec : c'est une hausse de 20% des demandes d'aide alimentaire enregistré depuis 2021. Avec 2,2 millions de demandes d'aide alimentaire répondues chaque mois, ce triste record ne doit pas faire oublier que ce sont autant de personnes qui doivent se résoudre à fréquenter les services d'aide alimentaire faute de ressources suffisantes. Même si les banques alimentaires sont un maillon important de la chaîne pour répondre de manière ponctuelle aux urgences vécues par les familles, c'est autant de surcharge qui pèsent sur les épaules de ces structures qui peinent à pouvoir répondre à la demande.

« Bien qu'essentielle, l'aide alimentaire offerte par notre grand réseau solidaire demeure une intervention palliative au problème de l'insécurité alimentaire. Seule la lutte contre la pauvreté, qui passe par l'amélioration de notre filet social, pourra apporter un réel réconfort. »

- Extrait du Bilan-Faim 2022 des Banques alimentaires du Québec

Elles nous ont dit

« Les aliments qui augmentent en plus de tout le reste, amène les familles à faire de moins bons choix et rend notre travail en tant que nutritionniste encore plus difficile ».

« Je me retrouve avec des enfants, des bébés qui ne mangent que du riz pour déjeuner ou des femmes avec du diabète de grossesse qui n'ont pas l'argent pour s'acheter les produits recommandés ».

« Il est TRÈS difficile pour les familles de se nourrir 3 fois par jour. Les banques alimentaires sont surchargées et n'ont pas toujours des denrées disponibles ».

« Certaines familles se basent majoritairement sur la banque alimentaire pour l'épicerie et peu de budget pour l'épicerie. Elles se privent donc de manger adéquatement ».

« Certaines familles qui auraient avantage à aller chercher de l'aide alimentaire n'osent pas car cela n'avait jamais été une réalité pour elle, elles deviennent alors plus à risque ».

« On note une moins bonne qualité générale de leur alimentation. Moins de repas complets et une baisse de la quantité et de la fréquence des viandes... d'ailleurs je note peut-être un peu plus d'anémie dans ma clientèle ».

« Sur mon territoire, les femmes enceintes sont peu issues d'une autre culture. La plus grande barrière à leur alimentation est souvent le manque de connaissances et leurs faibles compétences culinaires (beaucoup d'aliments/repas transformés et restauration malgré faible revenu) ».

« Il n'y a pas de transport en commun dans notre région, donc il demeure difficile aux familles de faire plusieurs épiceries afin de profiter des rabais au maximum ».

« "Les femmes enceintes en suivi Olo devraient être automatiquement référées aux banques alimentaires sans requestionner leur budget. Ensuite ce sera à elles de décider si elles veulent utiliser cette aide ou non ».

« Les familles veulent éviter le gaspillage alors elles ont de la difficulté à essayer de nouvelles recettes et de nouveaux aliments ».



Compétences, connaissances et matériels pour bien manger ou cuisiner

Les conseils pour bien manger ou cuisiner à moindre coût font partie du suivi Olo. Depuis quelques mois, ils sont devenus omniprésents dans les médias. On a voulu sonder leur résonance dans la situation actuelle.

Q : Depuis de nombreuses années, on observe un nombre grandissant de conseils disponibles pour les familles qui souhaitent bien manger ou cuisiner de manière simple et économique. Selon vous et dans le contexte actuel, ces conseils sont :



Même si :

- Aucune intervenante ne juge que ces conseils sont peu ou plus utiles ; et que,
- Pour près de 27 % des répondantes, ces conseils sont toujours aussi utiles qu'avant;

Les résultats sont toutefois modérés au regard de la situation d'inflation vécue par les familles :

- Plus d'1 répondante sur 2 (51 %) juge ces conseils encore utiles mais soulignent que leur impact est moindre car l'alimentation est devenue trop chère ou les parents sont moins disponibles à les mettre en œuvre ;
- Plus d'1 intervenante sur 5 (22 %) affirme que ces conseils sont moins utiles car les besoins des familles sont grandissants et pouvoir acheter des aliments de base est leur priorité.

Ces résultats ainsi que la teneur de certains commentaires écrits laissent deviner que les intervenantes sont nombreuses à se sentir partagées entre leur compréhension de la gravité de la situation et leur certitude que ces habiletés sont une clé essentielle pour parvenir à manger sainement avec un budget limité.



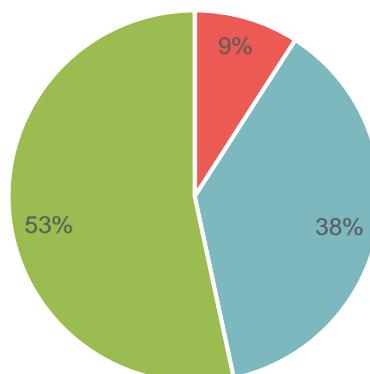
L'équipement en cuisine pouvant être une barrière, cet aspect a été sondé.

Q : Selon vous sur 100% des familles, quelle est la répartition face aux situations suivantes :

En rose - Les familles ne possèdent pas les électroménagers de base (réfrigérateur, poêle) ou ces derniers sont non fonctionnels

En bleu - Les familles possèdent les électroménagers de base (réfrigérateur, poêle) mais de nombreux articles de cuisine faisant partie de l'équipement de base sont absents

En vert - Les familles possèdent des électroménagers de base fonctionnels et les articles de cuisine sont présents²



Globalement, les données révèlent que près de la moitié des familles auraient des contraintes d'équipement qui nuisent à leur capacité de cuisiner. En effet, les intervenantes ont estimé que, en moyenne, ce sont 9% des familles qui ne peuvent compter sur des électroménagers de base (réfrigérateur, poêle), ceux-ci étant absents ou non fonctionnels, et qu'elles seraient 38% pour qui de nombreux articles de cuisine faisant partie de l'équipement de base seraient manquants.

Elles nous ont dit

« Les clientes que je rencontre qui ne cuisinent pas ne le font pas nécessairement par manque de temps, mais plus par manque de connaissance et de pratique... elles n'ont pas développé ce réflexe, mais plutôt celui d'utiliser des produits transformés. La hausse des coûts fait en sorte qu'elles vont choisir encore des produits transformés, mais de moins grande qualité nutritive et risquent de couper sur le reste... de prendre du retard dans les paiements de facture, de couper sur les assurances, les pneus d'hiver, etc. ».

« Les familles ressentent beaucoup de stress et de culpabilité qui les met dans des conditions non favorables à initier des changements et à s'investir dans des apprentissages ».

« Il est plus difficile d'intéresser les familles à la saine alimentation quand les besoins de base ne sont pas comblés. Le coût des aliments est un obstacle supplémentaire aux changements de comportements alimentaires ».

² Pour cette question, il est bon de garder en tête que n=172. En effet, les réponses des répondantes pour qui le total des pourcentages s'écarte de 100% par plus de 10% ont été retirées.



Utilisation des coupons Olo : un choix déchirant

Depuis plus de 30 ans, la Fondation Olo, dans le cadre du suivi Olo, remet aux femmes enceintes des coupons échangeables contre des œufs, du lait pour leurs propres besoins nutritionnels et ceux du bébé à naître.

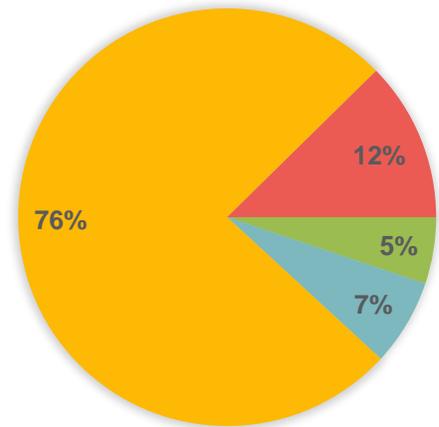
Q : Les coupons Olo échangeables contre des œufs et du lait sont offerts d'abord et avant tout aux femmes enceintes pour leurs propres besoins nutritionnels et ceux du bébé à naître. Dans le contexte actuel d'inflation, diriez-vous que :

En vert - Les femmes enceintes continuent d'utiliser la totalité de ces coupons pour elles-mêmes et leur bébé à naître

En bleu - Les femmes enceintes continuent d'utiliser la totalité de ces coupons pour elles-mêmes et leur bébé à naître, mais je constate que j'ai une plus grande sensibilisation à faire pour leur expliquer l'importance de bien les utiliser pour combler leurs propres besoins nutritionnels

En jaune - Les femmes enceintes utilisent la majorité de ces coupons pour elles-mêmes et leur bébé à naître, mais je constate qu'une partie est utilisée pour les besoins alimentaires des autres membres de la famille

En rose - Les femmes enceintes comprennent l'importance des coupons, mais les utilisent avant tout pour combler les besoins alimentaires des autres membres de la famille



L'inflation a changé quelque peu l'utilisation de ces coupons :

- Alors que les coupons de lait et d'œufs sont remis aux femmes enceintes dans le cadre du suivi Olo pour leurs propres besoins nutritionnels et ceux du bébé à naître, seulement 5% des intervenantes affirment que les femmes enceintes continuent de les utiliser en totalité en ce sens.
- Plus de 2 femme enceinte sur 3 (76%) affirment à leurs intervenantes utiliser la majorité des coupons pour elles-mêmes mais qu'une partie est utilisée pour les besoins alimentaires des familles.

Cela met en lumière la détresse et la gravité de l'insécurité alimentaire dans lesquelles se retrouvent les familles. Aucun parent ne devrait avoir le sentiment de devoir faire le choix entre nourrir le bébé à venir et ceux qui sont déjà venus au monde. En effet, ce sont 12% des familles qui affirment utiliser les coupons échangeables avant tout pour combler les besoins alimentaires des autres membres de la famille.



Elles nous ont dit

« Lorsqu'on remet 500 ml (ou 1L) à une maman enceinte et qui est également mère d'autres enfants, il est à noter que les coupons servent aussi à nourrir ses autres enfants, même si on lui explique les besoins du bébé à naître. C'est une réaction intuitive, même chose pour les collations nutritives dont elle se privera très souvent. Même si les aliments Olo ne se veulent pas du "dépannage alimentaire", c'est ainsi qu'ils sont perçus en situation financière critique. Les besoins sont parfois tellement grands... ».

« On observe une grande pression sur les familles et un stress associé à avoir des aliments en quantité suffisante pour leur famille, plus de privation observée pour nourrir les enfants en priorité ».

« L'inflation a un impact sur toutes les sphères de la famille. Ce que j'observe c'est que les familles priorisent le logement et l'alimentation, mais négligent les autres factures/dépenses. J'observe souvent des mamans qui mangent moins pour nourrir leurs enfants ou parce qu'elles ont une perte d'appétit en raison des stressés financiers ».

« Plusieurs familles ont de la difficulté à nommer l'insécurité alimentaire et à accepter le dépannage alimentaire ».

« Les familles ont de plus en plus peur de ne pas pouvoir nourrir leurs enfants ».



Des constats inquiétants



Des constats inquiétants

Ces résultats du coup de sonde, couplés aux discussions faites avec certaines intervenantes ou gestionnaires, alimentent les inquiétudes de l'équipe de la Fondation Olo et met en lumière la nécessité de s'armer de politiques et d'actions venant en soutien aux familles tout en consolidant le rôle clé des intervenantes et le filet de sécurité créé par le réseau de la santé et des services sociaux et certains organismes de la communauté via le suivi Olo.

Ces constats se regroupent en 5 points :

1. L'inflation entraîne une hausse des postes de dépenses les plus critiques - logement, alimentation, transport - rendant la satisfaction de besoins de base des familles de plus en plus difficile
2. L'objectif de manger supplante souvent celui de manger sainement et l'attention qui gagnerait à être mise dans l'acquisition de saines habitudes alimentaires tôt dans la vie est déviée, ce qui nuit aux actions de prévention sur ce plan
3. Face au prix des aliments, plusieurs familles se trouvent à choisir entre l'enfant à table et l'enfant à naître
4. La pluralité des familles et la diversité des enjeux vécus commandent que l'accompagnement soit adapté pour accroître son impact
5. Les intervenantes se retrouvent elles-mêmes démunies face à des familles aux besoins de plus en plus grands

Pour saisir la portée des constats qui suivent, il importe de garder en tête ce qu'est le suivi Olo, quelle est sa raison d'être, quel rôle additionnel il joue et en quoi consiste son impact attendu.

- Le suivi Olo vise à favoriser la **satisfaction des besoins nutritionnels** et l'**acquisition de saines habitudes alimentaires** durant la période clé qui est celle des 1000 premiers jours de vie (grossesse à 2 ans).
- Le déploiement du [nouveau cadre de référence du suivi Olo](#), depuis septembre 2022, tend à offrir des recommandations pour un suivi optimal qui se déploie dans les 1000 premiers jours de vie **autant en prénatal qu'en postnatal**.
- Il est offert majoritairement en CLSC à des femmes enceintes, puis des familles qui vivent en situation de **faible revenu**.
- Il y a un consensus fort sur l'importance d'**agir tôt** dans la vie des tout-petits. Dans le cas du suivi Olo, agir tôt entraîne un **impact positif immédiat et aussi à plus long terme sur sa santé globale, son développement optimal, son attachement à ses parents, sa réussite scolaire et ses habitudes alimentaires**.
- Parce que le suivi Olo est un accompagnement (et non pas seulement du dépannage alimentaire), parce qu'il favorise la création de **liens de confiance** et parce que les aliments offerts gracieusement sont attractifs, le suivi Olo s'avère, et ce depuis 30 ans, une **porte d'entrée** vers d'autres soins et services pouvant répondre aux besoins de familles qui cumulent plusieurs difficultés.
- De ce fait, il est un élément essentiel du **filet social** et participe à entourer de **bienveillance** les familles vivant en contexte de vulnérabilité. Ce rôle est bien expliqué dans le mémoire de la Fondation Olo déposé à la Commission Laurent

Sachant cela, la lecture des résultats de ce coup de sonde nous trouble à plusieurs égards.



1 - L'inflation entraîne une hausse des postes de dépenses les plus critiques - logement, alimentation, transport - rendant la satisfaction de besoins de base des familles de plus en plus difficile.

Ce n'est un secret pour personne, l'inflation que nous connaissons depuis les derniers mois est exceptionnelle et une telle hausse n'a pas été vue depuis 40 ans selon Statistique Canada.

Nous ressentons toutes et tous à différentes échelles cette augmentation globale des prix mais celle-ci touche plus durement encore des familles qui étaient déjà dans une situation de vulnérabilité.

Notre coup de sonde de l'année dernière avait mis en lumière l'augmentation de plusieurs facteurs de risque (essoufflement parental, problématiques de santé mentale, insécurité alimentaire, etc.), exacerbés par la pandémie, pour les familles en situation de vulnérabilité. Cette situation de novembre 2021 était la réalité de nombreuses familles qui ont pris de plein fouet l'inflation. Les conséquences de la pandémie couplées aux conséquences de l'inflation ont donc doublement impacté les familles notamment celles en suivi Olo. Déjà fragilisées, ces dernières ont dû faire face à une augmentation sans précédent de certains postes de dépenses, comme le logement, l'alimentation ou encore les transports via le coût de l'essence, entravant de plus le fait de combler certains besoins de base.

Les résultats de notre coup de sonde plus haut sont sans équivoque : se loger, se nourrir et se déplacer sont les besoins de bases qui sont les plus présents dans les inquiétudes des familles. De par les témoignages des intervenantes, nombreuses sont celles qui nous rapportent que les familles expriment de plus en plus de difficultés à combler ces besoins-là. Ces inquiétudes sont autant de stress qui se rajoutent sur les épaules des familles et qui semblent, à juste titre, les rendre moins disponibles aux messages de saines habitudes alimentaires.

2 - L'objectif de manger supplante souvent celui de manger sainement et l'attention qui gagnerait à être mise dans l'acquisition de saines habitudes alimentaires tôt dans la vie est déviée, ce qui nuit aux actions de prévention sur ce plan

Une de nos hypothèses, en amont du coup de sonde et au regard de plusieurs discussions auprès des intervenantes, était que les familles, dans le contexte actuel, n'étaient pas totalement disponibles pour accueillir les messages en lien avec la saine alimentation et les intégrer à leur quotidien.

Les résultats du coup de sonde sont tristement venus confirmer cette hypothèse. Dès la première question, une nette distinction s'est faite entre « se nourrir » et « se nourrir avec des aliments sains ». À titre de rappel, alors que 99% des répondantes estime que « se nourrir » est une préoccupation des familles, ce chiffre tombe à 79% en ce qui concerne l'alimentation saine (« se nourrir avec des aliments sains »). Les témoignages des intervenantes viennent rendre vivants ces chiffres : elles ne comptent plus le nombre de familles qui avouent se priver de manger faute de moyens et pour qui l'achat d'aliments est déjà une difficulté au quotidien. La part du budget attribuée à l'alimentation a beau augmenter, cela ne signifie que la taille du panier d'épicerie augmente graduellement. Bien au contraire, ce sont de nombreuses familles qui en dépensant plus se retrouvent avec moins d'aliments.



Ainsi, on ne peut que comprendre que lorsqu'il est déjà difficile de mettre des aliments sur la table et dans le frigo, de se nourrir et de nourrir sa famille, manger sainement est un objectif trop difficile à atteindre. Le court terme et la détresse prennent le pas sur l'acquisition de compétences et connaissances culinaires et l'objectif de manger supplante celui de manger sainement.

Nous le disions déjà l'an dernier lors de notre précédent coup de sonde, ne pas développer de saines habitudes alimentaires, notamment dans la période clé des 1000 premiers jours, a des conséquences à plus long terme sur la vie de l'enfant.

Les intervenantes en font le point de départ de leur accompagnement : il faut accompagner la famille où elle est rendue, à petits pas, en toute connaissance de ses défis et ses réalités. Ceci est primordial et permet de créer et de consolider un lien de confiance qui fait la force du suivi Olo. On le sait, quand de futurs et nouveaux parents sont préoccupés par des questions urgentes comme le logement, le prix de l'essence ou l'augmentation du prix des aliments, il est plus difficile de diriger leur attention vers des habitudes à retrouver ou à acquérir pour bien manger, cuisiner et passer d'agréables moments à table en famille. Même si ce phénomène se comprend, il a d'importantes répercussions.

Les 1000 premiers jours de vie sont cruciaux dans la vie d'un enfant. En ce sens, l'alimentation de la mère pendant la grossesse et l'alimentation du tout-petit, incluant l'allaitement, sont déterminantes pour le développement de ce dernier sur les plans cognitifs, physique, psychosocial et comportemental.

Se priver des effets d'une saine alimentation peut avoir des effets dévastateurs, individuellement et collectivement. Comme nous le rappelle la Table québécoise sur la saine alimentation, dont la Fondation Olo fait partie « une alimentation déséquilibrée, riche en gras, en sucre et en sel, ainsi qu'un apport énergétique qui dépasse les besoins de l'individu, sont parmi les principaux facteurs de risque modifiables pour prévenir l'apparition du surplus de poids et de maladies chroniques telles que le diabète, certaines formes de cancer, les maladies cardiovasculaires et l'hypertension. »

Nous l'avons vu lors de ce coup de sonde, l'inflation a eu une influence sur le fait de choisir des aliments ultra-transformés. Leur coût est parfois moindre mais il en est de même pour leur valeur nutritive.

Les enfants qui naissent au sein de familles en contexte de faible revenu sont donc plus à risque que leurs besoins nutritionnels ne soient pas comblés, avec les conséquences sérieuses que l'on connaît sur leur santé. Pour renverser la tendance, il importe de travailler sur les différents déterminants, tant collectifs qu'individuels. Le suivi Olo cible trois barrières à la saine alimentation : les difficultés d'accès à des aliments nutritifs (principalement économiques), le manque de connaissances en alimentation et d'habiletés à cuisiner, ainsi que le manque de motivation et la non-disposition à induire des changements dans ses habitudes. Et cet accompagnement prend place dans une période clé, celle de l'arrivée d'un enfant, laquelle est propice à des changements. Le contexte actuel nous montre une chose : des problématiques multiples et sérieuses font qu'il est encore plus difficile d'agir tôt et que nous nous trouvons à manquer la puissante fenêtre d'opportunité qui est celle des 1000 premiers jours de vie.



3 – Face au prix des aliments, plusieurs familles se trouvent à choisir entre l'enfant à table et l'enfant à naître

Au regard de notre mission d'accompagnement pour une naissance d'un bébé en santé et d'acquisition ou de développement de saines habitudes alimentaires, il est des constats qui sont plus difficiles que d'autres.

Nous l'avons vu, l'insécurité alimentaire est un obstacle majeur pour manger sainement tout en causant une situation stressante chez les familles. Or, l'augmentation du prix des aliments et la part du budget que les familles attribuent au panier d'épicerie sont des marqueurs d'une situation économique qui n'est pas viable à court, moyen et long terme.

Les femmes enceintes et les familles accompagnées par le suivi Olo ont toujours eu malheureusement en commun de vivre l'arrivée d'un bébé dans une situation de vulnérabilité. Cependant, les données de ce coup de sonde nous poussent à affirmer que la situation est de plus en plus préoccupante et démobilisante pour les familles qui doivent se priver de plus en plus et « se basent majoritairement sur la banque alimentaire pour l'épicerie et se privent donc de manger adéquatement ».

Pire encore, le constat sur l'utilisation des coupons Olo, échangeables contre du lait et des œufs et remis aux femmes enceintes uniquement pour combler leurs propres besoins nutritionnels et ceux du bébé à naître, est révélateur. On le voit, la tentation de les utiliser comme un outil de dépannage alimentaire pour la famille prévaut sur son objectif d'origine pour la femme enceinte et le bébé à naître.

Il est très inquiétant de voir qu'aujourd'hui, au Québec, des familles doivent faire le choix entre nourrir le bébé à venir ou ceux qui sont déjà venus au monde ou encore « des mamans qui mangent moins pour nourrir leurs enfants ou parce qu'elles ont une perte d'appétit en raison des stressés financiers ».

Cette situation est symptomatique d'un problème structurel. Nous ne pourrions jamais en vouloir aux femmes enceintes de faire le choix déchirant de préférer mettre des aliments sur la table pour leur famille plutôt que pour elle-même ou l'enfant qui grandit dans leur ventre. Ce choix qu'elles font est un choix de survie, de détresse qui répond à une urgence. Urgence qui est créée par l'accumulation d'obstacles, discutés plus haut, entravant leur accès à des aliments et, espérons-le plus tôt que tard, à des aliments sains, nutritifs et de qualité ainsi qu'à des conditions favorables pour initier des changements et s'investir dans des apprentissages.

4 – La pluralité des familles et la diversité des enjeux vécus commandent que l'accompagnement soit adapté pour accroître son impact

Un autre constat a attiré notre attention. Celui-ci n'est pas ressorti directement dans les données du coup de sonde mais a vraiment pris une place certaine dans les commentaires et dans les échanges faits entre intervenantes lors de la Journée Annuelle des intervenantes Olo.



La pandémie avait déjà eu comme effet que des familles qui n'avaient jamais eu besoin d'aide, se retrouvaient à y avoir accès. En effet, la pandémie ayant bouleversé nos quotidiens, certaines familles se sont retrouvées avec un plus faible revenu et de nouveaux besoins. Les entrevues avec des intervenantes, menées dans le cadre du Mois de la nutrition pour [nos actions publiques conjointes avec l'Observatoire des tout-petits](#), avaient permis de mettre en lumière que de plus en plus de familles même avec deux adultes travaillant à temps plein se retrouvaient à demander de l'aide car ils n'arrivaient pas à joindre les deux bouts. L'inflation a continué d'accentuer ce trait et de modifier le visage des familles Olo.

Dans les témoignages recueillis, plusieurs des intervenantes ont fait ressorti que de nombreuses familles immigrantes ou encore réfugiées arrivaient dans le cadre du suivi Olo avec des besoins précis qui nécessitent un accompagnement distinct de leur part.

En effet, ces familles vivent des enjeux particuliers et « c'est encore plus difficile lorsqu'il faut changer son alimentation avec des aliments inconnus pour des recettes inconnues dans un contexte de souffrance psychologique et financière » tout en n'ayant pas « accès à des épiceries vendant des aliments typiques de leur pays ».

Certaines de ces familles pourraient se tourner vers les banques alimentaires mais sont hésitantes à utiliser ces services car « la nourriture y est très rudimentaire et souvent la famille immigrante ne connaît pas ce qui lui a été donné alors évidemment, elle ne sait pas comment le cuisiner ». À ces enjeux et ces hésitations-là se rajoutent aussi « la barrière linguistique et l'arrivée récente au pays de nombreuses familles [qui] rendent difficile pour elles de connaître le coût "réel" des aliments et donc la possibilité pour elles de faire la "chasse aux aubaines", ce qui diminue leur pouvoir d'achat et accentue les inégalités sociales ».

Plusieurs intervenantes nous alertent plus précisément sur « la portion des familles immigrantes avec un statut de réfugié [qui] n'ont pas la possibilité de se procurer de la nourriture. » En effet, certaines d'entre elles « n'ont pas de permis de travail malgré la volonté de travailler [et] sont donc dans une situation de précarité financière. » De plus, elles se retrouvent encore parfois dans des hôtels avec aucune possibilité de cuisiner, n'ont « pas accès aux garderies subventionnées pour les plus vieux, [ont] un minimum d'argent pour survivre et doivent préparer la venue d'un ou de plusieurs bébés ». Il est très difficile dans ces conditions de pouvoir passer des messages de saine alimentation.

Ces nouvelles réalités des familles Olo entraînent pour les intervenantes une clientèle de plus en plus diverse, avec des inégalités de connaissances, de compétences culinaires, de disponibilité ou encore de mobilisation qui font en sorte que des différences se creusent entre les familles Olo et que des besoins de plus en plus grands apparaissent.

5 - Les intervenantes se retrouvent elles-mêmes démunies face à des familles aux besoins de plus en plus grands

Il est un constat sur lequel nous ne pouvons faire l'impasse. Encore ici, l'apport de l'atelier lors de la Journée Annuelle des intervenantes Olo a pris tout son sens. Entre elles, les intervenantes ont pu échanger sur leur travail qui, tout en se fondant sur des bases similaires, peut grandement varier selon



leur milieu ou leur situation géographique. Mais, c'est sur un constat plus grand que nous souhaitons nous arrêter. De nombreuses intervenantes ont partagé, à cœur ouvert, la difficulté et la charge émotionnelle et de travail que la situation actuelle entraîne.

Les familles se retrouvent, au regard de l'inflation, avec des besoins de plus en plus grands, de plus en plus spécifiques et arrivent en suivi Olo dans une situation de détresse de plus en plus présente. Plusieurs intervenantes en témoignent : « nous sommes heurtées dans nos valeurs car c'est très difficile de voir les familles dans le besoin. Notre travail devient de plus en plus pesant quand on voit ces besoins et nos charges de travail qui augmentent. On prend sur notre dos de chercher des solutions pour elles. Nous vivons une fatigue de compassion de plus en plus grande car nous sommes confrontées à tous les jours à de grands besoins chez la clientèle ».

Au-delà de ce lourd constat, les intervenantes partagent leur sentiment de ne pas se sentir assez outillées et d'avoir de la « difficulté à intervenir lorsque les familles ont de la difficulté à combler les besoins de base ». Les outils et le soutien aux pratiques sont présents mais comment bien accompagner les familles quand « elles ne sont pas rendues là, que le temps manque ou que les situations sont plus complexes » ?

Le nombre de familles qui sont « en mode survie », avec des problématiques plus lourdes s'intensifie au fil des mois et les intervenantes « passent plus de temps à trouver des solutions qu'à faire un suivi prévention. » Plusieurs nomment la nécessité de recréer un sens de communauté et d'entraide à différentes échelles, l'existence de diverses initiatives communautaires pour pallier la détresse des familles et le souhait de pouvoir « avoir une meilleure communication avec les organismes communautaires » de leur milieu. Cependant, elles notent que la surcharge qu'elles vivent dans leur quotidien est également présente pour les organismes communautaires qui sont « débordés, manquent de personnel et aussi de subventions ». Nous le savons, c'est un enjeu de taille et nous ne pouvons qu'appuyer l'importance de continuer à soutenir financièrement les intervenantes dans le réseau de la santé et des services sociaux sans oublier les organisations de la communauté qui font déjà de grandes choses pour les familles.

Si le contexte actuel fait obstacle à la satisfaction des besoins essentiels des familles, telle que l'alimentation (saine ou pas), ce même contexte impacte aussi le travail des intervenantes Olo. La complexité grandissante des problématiques auxquelles font face les familles, couplée aux manques de ressources des intervenantes pour les soutenir occasionnent un certain épuisement professionnel et émotionnel chez plusieurs d'entre elles. Ainsi, alors que les familles en ont le plus besoin, les intervenantes peuvent être moins à même de leur offrir un soutien nécessaire ou de le faire au prix de leur propre équilibre : « On sent l'urgence de l'insécurité alimentaire. La solution nous dépasse. Nous avons peu de pouvoir d'accompagnement pour renverser la situation [et] l'impression que c'est le budget le problème, mais nous n'avons pas de solution pour donner plus d'argent ».



Des actions nécessaires



Des actions nécessaires

L'inflation et les conséquences que nous pouvons voir, à la lecture de ce coup de sonde et des divers appels à l'action lancés par d'autres acteurs du milieu depuis plusieurs mois, rend de plus en plus urgente la prise de décisions et d'actions. Nous le savons, répondre de manière ponctuelle aux besoins à courts termes de la population et des familles les plus vulnérables est nécessaire mais il est tout autant nécessaire de garder une vision à moyen et à long terme et de ne pas renoncer à la prévention.

Les besoins sont grandissants, les situations de détresse sont de plus en plus nombreuses et nous ne comptons plus les acteurs sociaux qui lèvent la main pour affirmer que comme les familles, eux aussi sont à bout de souffle.

Il faut agir et réinvestir de manière multisectorielle sur les différents enjeux (comme le revenu, le logement ou l'accès aux aliments) qui empêchent les familles de joindre les deux bouts tout en continuant de soutenir les acteurs qui œuvrent à chaque jour pour accompagner les familles et les tout-petits québécois. Ainsi, c'est un climat de bienveillance, propice aux apprentissages et au développement de saines habitudes alimentaires qui verra le jour. Ne pas aller dans cette voie aura un prix à payer trop élevé, individuellement et collectivement.

En parallèle, nous avons au Québec un actif de la périnatalité qui a fait ses preuves : le suivi Olo. En agissant sur la saine alimentation des familles et de leurs tout-petits, en contribuant à réduire les inégalités sociales et en participant positivement au filet social, le suivi Olo apparaît être un acteur clé de la prévention et de l'accompagnement des familles. Au regard de la situation actuelle, nous avons tout autant besoin d'un suivi Olo qui soit :



Le réinvestissement doit se poursuivre et nos différentes demandes des derniers mois doivent trouver une oreille attentive prête à entendre la voix des tout-petits et des familles. Le financement réservé aux suivis Olo dans les CISSS et les CIUSSS doit au minimum tripler, passant de 4,25 à 15 millions de dollars par année d'ici 2028 (17M\$ après indexation). L'annonce de 4,25M\$ faite en 2020 était attendue et donne déjà des résultats, mais doit être considérée comme une première étape et non une finalité surtout en sachant la rentabilité de la prévention. De plus, comme nous avons pu le voir, de plus en plus de familles se retrouvent à devoir demander de l'aide. Une projection conservatrice laisse croire qu'11 500 nouvelles femmes enceintes et leur famille seraient admissibles au suivi Olo en 2022-2023. Cette projection témoigne d'une urgence d'agir si on compare ce chiffre à la moyenne actuelle de près de 7000 futures mamans qui débutent un suivi Olo chaque année. Au-delà de ce rehaussement, il est aussi important de veiller au financement de la Fondation Olo qui veille au soutien aux pratiques. Enfin, il est impératif que les organismes de la communauté qui œuvrent en périnatalité soient eux aussi adéquatement financés pour être en mesure de jouer leur rôle dans cet effort collectif pour agir tôt, en prévention et en bienveillance.



Aujourd'hui des actions doivent être prises pour :

- Agir tôt au cœur via le suivi Olo
- Agir ensemble : dans le réseau et dans le milieu communautaire, en créant des arrimages forts entre les deux
- Agir globalement pour créer des environnements favorables à la santé et agir sur des déterminants qui ne relèvent pas du choix individuel, mais qui les conditionnent. Le revenu dont dispose la famille, la part qui est grugée par le loyer et par d'autres dépenses non-compressibles, le prix des aliments, le type de commerces situés dans un périmètre acceptable et l'accès aux transports sont autant de facteurs économiques qui viendront affecter les choix alimentaires individuels.

Nous le savons, une réponse complète à la situation difficile de certaines familles ne pourra être que systémique. Il faut agir sur l'ensemble du problème, en commençant par l'accès à des ressources financières permettant de bien vivre plutôt que de survivre. Personne ne choisit de vivre dans une situation de vulnérabilité et comme société, nous ne pouvons accepter que certains soient laissés sur le bord du chemin. Tout cela, finalement, nous permettra d'écrire une autre histoire pour les tout-petits et leurs familles.

