

# L'Essentiel des Etchemins : aide et entraide alimentaire

Maxime Beaudoin – département d'anthropologie, Université Laval  
Sous la direction de Manon Boulianne et Pauline Bissardon  
Mars 2019

Étude de cas produite dans le cadre du projet  
*Vers une alimentation territorialisée et durable : une recherche participative pour comprendre le système alimentaire de Québec (REPSAQ)*

Qu'ont en commun un comptoir alimentaire, des cuisines collectives et une ressourcerie? La réponse qu'a donnée à cette question la communauté des environs de Lac-Etchemin est que ce sont tous des services essentiels. Cet esprit rassembleur a contribué à la naissance de L'Essentiel des Etchemins, incorporé comme organisme à but non lucratif depuis 2000. L'organisme fournit de l'aide alimentaire sous forme de boîtes de dépannage à celles et ceux qui en ont besoin. Simultanément, il contribue à l'activité et au dynamisme des cuisines collectives grâce au travail d'une animatrice qui parcourt la MRC des Etchemins. Un autre service de l'organisme, la ressourcerie le *Grenier des trouvailles*, fournit vêtements et objets à prix minimes.

Ce texte est nourri des entretiens réalisés auprès de Lysiane Talbot, agente de milieu à L'Essentiel, et Claire Bouchard, directrice de l'organisme pendant douze ans, qui a récemment passé le flambeau à Geneviève Turcotte, ainsi que par ma visite sur place, qui eut lieu le 22 octobre 2018.

## Qu'est-ce que L'Essentiel des Etchemins?

L'Essentiel des Etchemins est un organisme à but non lucratif (OBNL) de services d'aide et d'entraide, visant à concilier sécurité alimentaire et aide à la communauté. Sa mission est de « réduire les effets de la pauvreté pour les personnes à faible revenu de la MRC des Etchemins et favoriser l'autonomie alimentaire et l'inclusion sociale » (L'Essentiel 2018). Le comptoir alimentaire s'adresse à celles et ceux qui vivent ou risquent de vivre de l'insécurité alimentaire et/ou de l'exclusion sociale dans la MRC

des Etchemins. L'Essentiel comprend l'insécurité alimentaire et l'exclusion sociale comme phénomènes conjoints. Conséquemment, le comptoir (et l'organisme) n'est pas qu'un espace d'approvisionnement, mais aussi un lieu pour socialiser, que ce soit avec le personnel, les membres de la communauté qui y sont impliqués ou d'autres personnes qui ont recours au service. Du point de vue du système alimentaire, l'Essentiel a des projets qui s'insèrent dans les maillons de la transformation (cuisines collectives et transformation de denrées pour le comptoir) et de la distribution (à l'organisme ou à domicile). Il a déjà opéré un jardin communautaire et offert des ateliers de jardinage, des pratiques relevant du maillon de la production.

## La consolidation d'un milieu communautaire actif

Les origines de L'Essentiel sont éparpillées dans la mesure où il fédère des services autrefois indépendants. Malheureusement, nous n'avons pas l'histoire complète de chaque initiative, mais nous pouvons dire qu'elles étaient toutes ancrées à Lac-Etchemin et dans ses environs (la MRC des Etchemins). La ressourcerie est en activité depuis les années 1970 tandis que le comptoir alimentaire et les cuisines collectives sont apparus dans les années 1990. Le comptoir alimentaire a vu le jour à l'initiative d'un couple (un propriétaire d'épicerie et une professionnelle de la santé) qui, prenant acte des pertes et du gaspillage de nourriture dans leur commerce, a décidé de mettre sur pied un service se situant à l'intersection de l'approvisionnement alimentaire et des relations d'aides (ou du communautaire). Le couple en question continue à s'y impliquer, encore aujourd'hui.

Avant la création de l'Essentiel, tous les services étaient entièrement assumés par des bénévoles et opéraient de manière informelle. C'est à la suite de l'établissement d'un réseau d'entraide naturel entre les différentes initiatives que l'idée de se fédérer fit son chemin; l'établissement de l'Essentiel provient des gens impliqués dans les divers services. En somme, tous ces services s'adressaient en particulier aux personnes à faibles revenus et pour cette raison, ils se regroupèrent pour constituer *L'Essentiel des Etchemins* en 2000. L'idée derrière le nom était que le comptoir alimentaire (se nourrir), les cuisines collectives (se nourrir et socialiser) et la ressourcerie (se vêtir), étaient tous des services essentiels.

Le regroupement de tous les services dans une même entité impliquait, pour celles et ceux qui ont fait la transition, d'apprendre à négocier et à faire des compromis, chose qui n'était pas facile, surtout au départ. Néanmoins, l'association au sein d'un seul organisme permettait entre autres de simplifier le fonctionnement et d'accroître l'accessibilité pour les usagers et usagères des services communautaires. Le regroupement permet aussi une meilleure reconnaissance institutionnelle, ce qui est primordial pour aller chercher de l'aide financière et faciliter les dons de la communauté.

On peut penser de L'Essentiel qu'il est un arbre doté de plusieurs racines bien implantées dans la communauté de Lac-Etchemin et des environs; non seulement parce que c'est chacun des services, qui, en s'unissant, se renforcent les uns les autres, mais également parce que L'Essentiel émerge de la communauté. Toutes ses parties constituantes ont des objectifs et des préoccupations communes.

### **Un assemblage d'initiatives locales**

L'Essentiel ne disposait d'aucune personne salariée ni poste stable avant 1998. Depuis, quelques salariés et salariées sont à l'œuvre pour pallier les irrégularités et l'imprévisibilité du bénévolat. L'équipe s'est agrandie : une directrice générale est employée à temps plein et on compte au moins une personne responsable de chaque service offert. Par contre, le financement ne permet pas l'embauche de ressources humaines suffisantes. Elle compte donc

sur un programme d'Emploi-Québec qui subventionne l'embauche, pour une période de 30 semaines, d'une personne pour une expérience de travail dans l'optique de sa réinsertion sur le marché de l'emploi.

En ce qui concerne les services alimentaires, le poste de responsable en est un de coordination : il faut que les salariées, salariés et bénévoles contribuent aux mêmes tâches, qui sont très diverses. Deux commises travaillent au comptoir, afin d'assurer des heures d'ouverture suffisantes. Du côté des cuisines collectives, c'est plutôt d'un travail d'animation qu'il s'agit, car les personnes participantes assurent déjà la production. À la ressourcerie, il y a une responsable et deux commises. La gestion des nombreux vêtements et objets reçus via des dons nécessite tout de même l'implication de quatorze bénévoles pour la réception, le triage et la disposition des articles divers (vêtements, artisanat, livres, articles pour la maison, etc.) et de trois autres bénévoles pour confectionner des objets artisanaux ou transformer les vêtements en mauvais état en guenilles de garage. En parallèle, Lysiane Talbot, agente de milieu, assume un rôle d'intervention sociale auprès des personnes concernées par les services de L'Essentiel. Elle s'investit aussi dans d'autres organismes de la MRC.

On constate ainsi que l'organisation interne diffère selon le service et rend bien compte de la diversité des activités assurées par les gens de L'Essentiel. En cohérence avec cet état de fait, chaque service dispose d'un comité consultatif distinct, qui, quatre fois par année, permet aux bénévoles ainsi qu'aux usagers de communiquer leurs avis sur divers sujets en lien avec le service et de s'assurer qu'ils et elles aient une certaine influence au niveau décisionnel.

Outre l'équipe et les membres « sur le terrain », l'Essentiel compte aussi un conseil d'administration. Celui-ci est constitué d'un poste à la présidence et à la vice-présidence, un de secrétaire et un à la trésorerie, auxquels s'ajoutent trois autres membres. Ces trois membres supplémentaires sont des personnes impliquées par ailleurs soit au niveau municipal, de la MRC ou de l'agroalimentaire, afin de faciliter la communication avec ces différents milieux. Cela ne veut toutefois pas dire qu'ils sont

inaccessibles à l'équipe « sur le plancher »: les membres du conseil visitent régulièrement L'Essentiel durant ses activités pour prendre le pouls de ce qu'il s'y passe.

Outre cette structure organisationnelle, il est important de mentionner qu'il y a beaucoup de communication et de coordination qui se fait par le biais de canaux informels. La collaboration est présente au sein de l'organisme et les relations quotidiennes sont souvent l'occasion d'échanger sur son fonctionnement. Les visites des membres du conseil d'administration ainsi que la proximité physique des services, qui sont tous regroupés dans la même bâtisse (outre les cuisines collectives), permettent une communication permanente et une organisation souple.

Sur le plan budgétaire, la plus grande part des revenus provient de la ressource le *Grenier des trouvailles*, des dons alimentaires et monétaires de la communauté, ainsi que de l'ensemble des subventions auxquelles certains organismes communautaires ont accès, via le Programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC) du ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS) et le Programme d'aide et d'accompagnement social (PAAS Action) du ministère du Travail, de l'Emploi et de la Solidarité sociale (MTESS), qui finance certaines des personnes salariées en réinsertion sociale, ainsi que d'un don annuel de Centraide.

Les deux tiers des dépenses sont dédiés à la rémunération des huit salariés et salariées qui occupent un emploi à temps plein. Leur nombre élevé s'explique par la baisse graduelle de bénévoles pour les tâches à accomplir qui, elles, ne diminuent pas. Les autres dépenses servent à couvrir le paiement du loyer, les frais d'entretiens du matériel, l'achat de denrées pour compléter les boîtes alimentaires et les frais reliés à la vie associative.

### **Des réseaux divers et étendus**

L'Essentiel entretient nombre de relations à divers niveaux et pour diverses raisons. Même si elles s'entrecoupent, nous pouvons les classer par finalités : 1) l'approvisionnement, 2) la collaboration

avec d'autres organismes pour la livraison des services et 3) l'échange d'information et la concertation.

Pour s'approvisionner en aliments de manière continue, L'Essentiel a recours à divers fournisseurs. Le principal est Moisson Beauce, qui sert d'intermédiaire entre les commerces de détail et L'Essentiel. C'est un organisme incontournable en ce qui concerne l'aide alimentaire : il fournit approximativement 75% des denrées redistribuées par l'organisme. Le 25% qui reste est issu de partenaires alimentaires avec lesquels L'Essentiel transige directement: le Marché O'Frigidaire Alimentation de Lac-Etchemin, affilié à la bannière Métro, ainsi que le Marché Coop de Ste-Justine. Par ailleurs, la Maison Crowin, une entreprise de fabrication de pâtisseries et de biscuits, quelques producteurs agricoles et des particuliers donnent des surplus à L'Essentiel. Enfin, les dons issus de la communauté, qui sont recueillis lors d'activités spéciales, sont appréciables : par exemple, la Cueillette de solidarité de l'organisme a permis d'obtenir, en 2017-18, 2057 kilos de denrées non périssables (Rapport annuel 2017-2018).

L'Essentiel entretient aussi des liens avec des organismes communautaires locaux. Ils sont nombreux et ont diverses vocations: la Maison de la famille, L'Éveil, le Groupe Alpha des Etchemins, la Coopérative de solidarité de services à domicile des Etchemins, etc. Ces alliances permettent, entre autres, d'offrir de meilleurs services. Par exemple, une cuisine collective peut synchroniser son horaire avec celui d'une garderie communautaire afin que les personnes participantes bénéficient d'un peu de repos. Ce réseau, très actif, sert aussi à référer les autres organismes à celles et ceux qui pourraient en bénéficier. Il peut également aider à donner un coup de main : c'est ce qui s'est produit lorsque L'Essentiel a déménagé pour s'installer dans des locaux plus adéquats et spacieux.

Enfin, L'Essentiel est inséré au sein d'un réseau de différents groupes qui, par le biais de la concertation, se donnent des orientations communes. Depuis, entre autres, la création des Groupes de Réflexion et d'Action contre la Pauvreté (GRAP), les rencontres

avec d'autres organismes communautaires, de la société civile ou étatique sont plus fréquentes. Elles ont pour but de partager des remarques, idées et solutions ainsi que de se coordonner afin de contrer la pauvreté. La Table de concertation des aînés des Etchemins, la Table régionale de concertation sur les saines habitudes de vie en Chaudière-Appalaches ou encore la Table régionale des organismes communautaires de Chaudière-Appalaches sont des exemples. Ces groupes sont autant d'occasions de reconnaissance institutionnelle pour L'Essentiel et permettent de faire avancer les causes que l'organisme a à cœur.

Bref, l'inscription de l'organisme dans ces différents réseaux lui permet, entre autres, de s'approvisionner à moindres coûts que par les canaux traditionnels (achat régulier), d'offrir des services plus complets, de se coordonner avec d'autres organismes ayant les mêmes objectifs et d'accroître sa reconnaissance institutionnelle.

### **Réalisations, aides et défis**

Les actions concrètes de L'Essentiel des Etchemins sont en accord avec sa mission et portent fruit. La distribution de denrées permet à celles et ceux qui vivent des difficultés de pouvoir s'approvisionner et ainsi, de contrer autant que possible l'insécurité alimentaire. Les cuisines collectives, quant à elles, socialisent des personnes de différents milieux, contrant ainsi l'exclusion sociale tout en permettant aux participants et participantes de repartir avec nombre de portions, à prix moindre que si elles étaient cuisinées par une personne seule. La ressourcerie, en plus d'assurer des revenus substantiels à l'organisme, est une source de vêtements et d'objets à prix accessibles et peut dépanner, en cas d'urgence, des membres de la communauté.

L'Essentiel a des moyens ajustés à ses objectifs et rend de nombreux services. Durant l'année 2017-2018, le comptoir alimentaire a aidé 248 ménages (407 adultes et 180 enfants) en distribuant 2390 boîtes de denrées, dont 327 livrées à domicile et 151 paniers de Noël (Rapport annuel 2017-2018).

Mentionnons au passage que les boîtes de dépannages sont généreuses et variées :

La personne, quand elle vient ici, choisit fruits, légumes, pain et dessert. On a un bénévole qui va mettre les choses sèches : les biscuits sucrés, salés, les chips, les liqueurs, les muffins, les tartes... on a deux autres bénévoles qui font la partie froide, donc on a du yogourt, fromage, du jus, du lait quand on en reçoit... Ensuite, on a une partie congelée où on a des mets préparés qui ont été faits au Metro. Et puis depuis un an ou deux je crois, il y a un programme de récupération des viandes, que Moisson Beauce réussit à faire, donc on peut maintenant donner de la viande. (Lysiane Talbot)

Concernant les cuisines collectives, elles sont au nombre de treize et sont réparties entre huit municipalités de la MRC des Etchemins. Pour l'année 2017-2018, on parle de 60 participantes et participants, 176 « bouches à nourrir », 8219 portions et 102 rencontres pour cuisiner (Rapport annuel 2017-2018). De nombreuses activités ont également lieu et beaucoup des résultats ne sont pas quantifiables, quoiqu'évidents, comme le travail de l'agente de milieu auprès des usagères et usagers.

L'achalandage des services varie selon les saisons. L'été, on suppose que les jardins privés des ménages pallient davantage certains besoins alimentaires. Il faut mentionner que L'Essentiel a donné des ateliers sur le jardinage et qu'ils ont convaincu de nombreux ménages à cultiver cet art qui donne ses fruits en été. L'hiver, la voiture de beaucoup d'usagères et d'usagers, souvent en mauvais état, tombe en panne régulièrement. Dans la MRC, cela représente une grande limitation, car la distance à parcourir entre leur domicile et les locaux de L'Essentiel est trop importante pour être parcourue avec un autre moyen de transport. C'est pour cette raison que L'Essentiel s'est doté d'une fourgonnette afin de faire des livraisons, au besoin. Un réseau de solidarité entre les usagers et usagères permet aussi de faire covoiturer boîtes de denrées et personnes, facilitant ainsi la réalisation de la mission de l'organisme.

Néanmoins, certains impacts sont inattendus, du moins dans leur forme, à commencer par les moyens

dont les services contribuent à contrer l'exclusion sociale. De ces expériences concrètes et quotidiennes avec l'organisme découle une conscience accrue du besoin de socialisation des gens :

Il y a des gens qui se sont inscrits comme bénévoles pour pouvoir sortir de leur maison, sortir de chez eux, voir du monde un peu. L'inclusion sociale, c'est un besoin, parce que les gens n'ont pas de réseaux; les personnes en situation de pauvreté ont très peu de réseaux, ou le réseau est pauvre aussi.  
(Claire Bouchard)

De nombreux usagers et usagères socialisent au comptoir, ainsi qu'avec l'agente de milieu, et tissent des réseaux plus ou moins formels de solidarité. Les résultats de ces lieux et moments de socialisation se manifestent concrètement : Lysiane Talbot, agente de milieu, témoigne du fait que de plus en plus d'usagères et d'usagers lui signalent qu'une autre personne va venir chercher sa boîte au comptoir ou encore qu'ils et elles se rendent des services mutuels qui dépassent largement le domaine alimentaire.

L'initiative étant communautaire, les expériences acquises au sein du milieu permettent de percevoir quels éléments sont facilitants ou limitants. Avec du recul, Claire Bouchard et Lysiane Talbot sont claires : ce qui facilite le plus le fonctionnement de l'organisme, ce sont les bénévoles et la communauté. Il faut se rappeler que L'Essentiel est né entièrement de bénévoles et que les liens tissés dans le milieu, avec des personnes ou des institutions, ont été et sont ce qui permet à L'Essentiel d'exister. Cela peut sembler aller de soi, mais nous ne pourrions trop le répéter.

D'un autre côté, le principal facteur limitant est, de loin, le financement. Les moyens financiers alloués à l'organisme, notamment par les diverses agences de l'État, augmentent au « compte-gouttes » et les calculs qui déterminent le financement jouent contre lui. Ces derniers sont basés sur le nombre de personnes aidées et prennent peu ou pas en compte les différentes réalités régionales comme la distance physique entre les personnes et les moyens impliqués pour se déplacer (une voiture). Par ailleurs, L'Essentiel ressent un besoin de plus en plus pressant

de bénévoles, la relève étant peu nombreuse; en outre, le bénévolat n'est plus assez fiable et abondant, en lui-même, pour faire fonctionner ses activités. La baisse des valeurs d'entraide et l'augmentation des occasions de faire du bénévolat sont des raisons possibles pour expliquer ce phénomène.

Parallèlement, la MRC est aux prises avec un phénomène de dévitalisation qui se manifeste, par exemple, par la perte d'une station d'essence dans un village de la municipalité. Le désengagement de l'État vis-à-vis les zones périphériques est un autre phénomène conjoint à la dévitalisation. Un de ses effets concrets est la perte du Centre local de développement (CLD) des Etchemins, qui fournissait aides et conseils aux organismes communautaires ainsi qu'aux entrepreneurs de la MRC.

On a perdu le CLD il y a à peu près cinq ans... Perdre le CLD dans une région comme nous autres, c'était perdre un gros morceau [...] Il y avait peut-être au moins une dizaine d'agents de développement qui étaient là. Aussi, ces gens-là ont même perdu leur emploi. Il y en a une couple qui ont été remplacés à la MRC directement, mais ça a été des pertes d'emploi qui ont amené des pertes de création, de développement. On n'aurait pas dû vivre ça.  
(Claire Bouchard)

## **Pour la suite de L'Essentiel des Etchemins**

Depuis octobre 2018, une nouvelle directrice générale, Geneviève Turcotte, a pris le leadership à L'Essentiel des Etchemins. La première des priorités est d'engager des relations avec de nouveaux employés, car certains postes sont à pourvoir. Le remaniement et l'épurement de la ressource est un autre projet important. Il vise à positionner avantageusement le magasin, considérant l'arrivée d'une autre friperie dans Lac-Etchemin. En continuité avec les actions passées, chercher et nouer des liens avec de nouveaux partenaires afin de consolider et bonifier les services déjà existants est aussi dans les projets de l'organisme. Enfin, l'idée d'ajouter un service de récupération de meubles et une épicerie sociale, offrant des produits abordables,

a émergé. Toutefois, ces projets ambitieux sont des projets à long terme.

## **La place de L'Essentiel dans le système alimentaire**

On peut dire que l'Essentiel vise à aider les « consommateurs et consommatrices » qui sont aux marges du système alimentaire pour des raisons géographiques (perte de points d'approvisionnement dans les régions périphériques) ou économiques (coût des aliments en circuits conventionnels par rapport aux moyens des consommateurs). L'initiative, en ce sens, a émergé en réponse aux problèmes sociaux associés au système alimentaire. Par sa vocation non-lucrative et communautaire, L'Essentiel parvient à distribuer de la nourriture à prix minimes. La majorité de son approvisionnement provient de Moisson Beauce, qui, à son tour, dépend des détaillants de grandes surfaces.

Les aliments que L'Essentiel reçoit de la communauté et de certaines entreprises agroalimentaires permettent de contourner le circuit d'approvisionnement marchand aux fins de sa mission. Les dons d'une productrice ou producteur

de la communauté qui offre les produits de son jardin personnel, comme ceux d'une entreprise agroalimentaire, contournent les verrous socio-techniques du système alimentaire actuel qui sont associés à la distribution et de cette manière, indique ce que pourrait être la distribution dans un système alimentaire alternatif (Stassart et al. 2013). Ce réseau de distribution répond aux qualifications d'un circuit court, car il ne comporte qu'un intermédiaire et sous-entend une proximité territoriale implicite à la notion de communauté autour de laquelle l'organisme s'articule. Il faut admettre que, pour l'instant, ce type d'approvisionnement reste marginal.

Sinon, le désormais défunt jardin communautaire de L'Essentiel, ainsi que des ateliers d'information et de sensibilisation au jardinage, ont incité à transformer certaines conceptions et pratiques relatives au système alimentaire conventionnel par l'implication de personnes confinées au maillon de la consommation dans celui de la production. Bref, ils ont favorisé l'autoproduction. La démocratisation des savoir-faire par rapport à la production de nourriture contribue à penser un système alimentaire alternatif où citoyennes et citoyens sont activement impliqués dans la production alimentaire.

## **Références**

BOUCHARD, Claire, 2018, Communication personnelle. Entretien réalisé par Maxime Beaudoin (22 octobre).

L'ESSENTIEL DES ETCHEMINS, 2018, *Rapport annuel 2017-2018*, document papier.

L'ESSENTIEL DES ETCHEMINS, Site web, <http://lessentielechemins.com/>, Consulté le 4.12.18.

STASSART, Pierre, Philippe BARET, Gaëtan VANLOQUEREN et Jullie VAN DAMME, 2013. « Dépasser les verrouillages de régimes socio-techniques des systèmes alimentaires pour construire

une transition agroécologique » in *Actes du Premier Congrès Interdisciplinaire du Développement Durable : Quelle transition pour nos sociétés ?* 5-14, <https://hdl.handle.net/2268/136905>, consulté le 20.11.2018.

TALBOT, Lysiane, 2018, Communication personnelle. Entretien réalisé par Maxime Beaudoin (22 octobre).