

## Chapitre 4 : Analyse des résultats

L'analyse du discours des seize participants a permis de dégager les stratégies d'adaptation qu'ils utilisent pour faire face à l'insécurité alimentaire et d'en comprendre les logiques d'action sous-jacentes. Ces stratégies sont à la fois régies par des règles économiques et par des règles normatives auxquelles les participants doivent faire face. Puisque ces règles découlent des contraintes économiques et normatives, les participants sont dans l'obligation de les respecter. En ce sens, les règles économiques et les règles normatives doivent être considérées comme des impératifs, c'est-à-dire comme des maximes que doivent respecter les agents et qui orientent leurs actions. Bien que les participants n'aient d'autres choix que de se conformer à l'impératif économique et moral, la manière dont ils se les représentent peut affecter la compréhension qu'ils ont de ces règles.

Ce chapitre se divise en trois sections principales. La première présente les caractéristiques socioéconomiques des participants. La deuxième décrit les règles auxquelles les personnes en situation d'insécurité alimentaire doivent obéir lorsqu'elles ont recours aux stratégies d'adaptation, en d'autres mots, les impératifs économique et moral. La troisième section vise à rendre compte des différentes manières dont les participants interprètent ces règles en faisant ressortir les différentes logiques d'action sous-jacentes aux stratégies d'adaptation. Ces dernières sont présentées à l'aide de quatre idéaltypes : la responsabilité de la pauvreté, le droit d'être pauvre, l'obligation d'être comme tout le monde et la récompense de la responsabilité. Cette catégorisation permet d'associer chacun des idéaltypes à une forme de validité normative.

### 1. Les caractéristiques des participants

Seize personnes ayant recours à des organisations d'aide alimentaire ont participé à l'étude. Par souci de confidentialité, un numéro a été attribué à chacune d'elles ce qui permet de dresser un portrait des participants sans qu'il soit possible de les identifier. Les données socioéconomiques retenues sont le sexe, l'âge, le type de ménage, le niveau de scolarité et le revenu mensuel. Afin de présenter un portrait plus complet des participants, deux autres variables ont été considérées : le type d'aide alimentaire privilégié et la maîtrise des

techniques culinaires. Dans le schéma d’entrevue, il n’y avait pas de question portant directement sur la maîtrise des techniques culinaires, mais il a été possible de recueillir suffisamment d’informations sur les plats que les participants cuisinaient ainsi que la manière dont ils ont appris à cuisiner pour avoir une bonne idée des habiletés des participants et être en mesure de leur attribuer un niveau : une bonne maîtrise ou une faible maîtrise des techniques culinaires. Ces données sont présentées au tableau 2.

**Tableau 2. Profil des participants**

Participant	Sexe	Âge	Type de ménage	Niveau de scolarité	Revenu mensuel	Type d’aide alimentaire privilégié	Maîtrise des techniques culinaires
1	M	56	Seul	Secondaire non complété	947\$	Banque alimentaire et cuisines collectives	Bonne
2	M	55	Seul	Non disponible	947\$	Banque alimentaire	Faible
3	F	58	Seul	Collégial	947\$	Soupe populaire et banque alimentaire	Faible
4	M	62	Seul	Maîtrise	947\$	Banque alimentaire	Bonne
5	M	63	Seul	Maîtrise	947\$	Banque alimentaire	Faible
6	F	66	Seul	Collégial	1 500\$	Cuisines collectives	Bonne
7	F	56	Avec un enfant majeur	Collégial	1 800\$	Cuisines collectives	Bonne
8	F	56	Seul	Diplôme professionnel	947\$	Banque alimentaire	Bonne
9	M	68	Seul	Baccalauréat non complété	1 250\$	Soupe populaire	Faible
10	M	63	Seul	Baccalauréat	747\$	Banque alimentaire et soupe populaire	Bonne
11	M	79	Seul	Non disponible	Non disponible	Soupe populaire	Faible
12	M	55	Seul	Collégial	947\$	Banque alimentaire	Bonne
13	M	57	Colocation	Diplôme professionnel	399\$	Banque alimentaire et soupe populaire	Bonne
14	F	38	Colocation	Baccalauréat	623\$	Banque alimentaire	Faible
15	F	54	Seul	Secondaire non complété	803\$	Banque alimentaire	Bonne
16	M	22	Colocation	Secondaire non complété	947\$	Soupe populaire	Faible

La lecture des données socioéconomiques laisse croire que l'échantillon est relativement homogène malgré qu'il soit composé de plus d'hommes que de femmes (10 versus 6). La majorité des participants (13 sur 16) sont âgés entre 54 et 68 ans, deux ont moins de 40 ans et le plus âgé a 79 ans. Douze participants vivent seuls, une personne vit avec un membre de sa famille et trois sont en colocation. La majorité des participants (12 sur 15) ont un revenu inférieur à 1 000\$ par mois. Le niveau de scolarité présente la plus grande variation, allant d'un secondaire non complété à une maîtrise.

Lorsqu'elles sont prises séparément, les caractéristiques des participants ne permettent pas de déterminer quels facteurs influencent le recours aux stratégies d'adaptation. Mais, en les croisant avec le type d'aide alimentaire privilégié, il est possible de dégager certaines tendances. Comme il est impossible pour certains participants de satisfaire leurs besoins avec l'aide d'une seule organisation d'aide alimentaire, ceux-ci ont recours à plus d'une organisation, et ce, sur une base régulière. Les trois tableaux qui suivent présentent les caractéristiques des participants selon le type d'aide alimentaire qu'ils privilégient.

Il ressort que les participants privilégiant les groupes de cuisines collectives sont des femmes (2/3), disposent du revenu moyen le plus élevé et ont tous une bonne maîtrise des techniques culinaires (tableau 3). D'ailleurs, l'ensemble de ces participants a déclaré que pour eux cuisiner était un plaisir.

**Tableau 3. Caractéristiques des participants qui privilégient les cuisines collectives**

Participant	Sexe	Âge	Type de ménage	Niveau de scolarité	Revenu mensuel	Maîtrise des techniques culinaires
1	M	56	Seul	Secondaire non complété	947\$	Bonne
6	F	66	Seul	Collégial	1 500\$	Bonne
7	F	56	Avec un enfant majeur	Collégial	1 800\$	Bonne

Les participants qui ont recours aux banques alimentaires sont principalement des hommes (7/11). La même proportion semble faire preuve d'une bonne maîtrise des techniques culinaires (7/11) (Tableau 4).

**Tableau 4. Caractéristiques des participants qui privilégient les banques alimentaires**

<b>Participant</b>	<b>Sexe</b>	<b>Âge</b>	<b>Type de ménage</b>	<b>Niveau de scolarité</b>	<b>Revenu mensuel</b>	<b>Maîtrise des techniques culinaires</b>
<b>1</b>	M	56	Seul	Secondaire non complété	947\$	Bonne
<b>2</b>	M	55	Seul	Non disponible	947\$	Faible
<b>3</b>	F	58	Seul	Collégial	947\$	Faible
<b>4</b>	M	62	Seul	Maîtrise	947\$	Bonne
<b>5</b>	M	63	Seul	Maîtrise	947\$	Faible
<b>5</b>	M	63	Seul	Maîtrise	947\$	Faible
<b>8</b>	F	56	Seul	Diplôme professionnel	947\$	Bonne
<b>10</b>	M	63	Seul	Baccalauréat	747\$	Bonne
<b>12</b>	M	55	Seul	Collégial	947\$	Bonne
<b>13</b>	M	57	Colocation	Diplôme professionnel	399\$	Bonne
<b>14</b>	F	38	Colocation	Baccalauréat	623\$	Faible
<b>15</b>	F	54	Seul	Secondaire non complété	803\$	Bonne

Le tableau 5 montre que la majorité des participants qui privilégient les soupes populaires sont des hommes (5 versus 1). Il ressort que seulement deux d'entre eux ont une bonne maîtrise des techniques culinaires et que quatre en ont une faible, ce qui semble indiquer que les participants qui ont de moins bonnes habiletés en cuisine privilégient les formes d'aide où ils peuvent recevoir des aliments préparés.

**Tableau 5. Caractéristiques des participants qui privilégient les soupes populaires**

Participant	Sexe	Âge	Type de ménage	Niveau de scolarité	Revenu mensuel	Maîtrise des techniques culinaires
3	F	58	Seul	Collégial	947\$	Faible
9	M	68	Seul	Baccalauréat non complété	1 250\$	Faible
10	M	63	Seul	Baccalauréat	747\$	Bonne
11	M	79	Seul	Non disponible	Non disponible	Faible
13	M	57	Colocation	Diplôme professionnel	399\$	Bonne
16	M	22	Colocation	Secondaire non complété	947\$	Faible

Le type d'aide alimentaire privilégié et la maîtrise des techniques culinaires ne semblent pas influencés par l'âge, le type de ménage ou le niveau de scolarité. Puisque treize des participants sont âgés entre 54 et 68 ans, il est impossible, à partir des données présentées, d'affirmer ou d'infirmer que l'âge a une influence sur le choix du type d'aide alimentaire ou sur la maîtrise des techniques culinaires. Les croisements incluant le type de ménage rencontrent le même problème, car seulement quatre participants vivent dans des ménages de plus d'une personne et ils se répartissent dans chacun des sous-groupes. Le niveau de scolarité ne semble pas faire varier les autres données présentées. Les connaissances acquises par l'obtention d'un diplôme semblent avoir peu d'incidence sur la maîtrise des techniques culinaires qui reposent généralement sur des savoirs traditionnels. Or, ces savoirs ne sont pas nécessairement enseignés dans les établissements d'enseignement minimisant ainsi l'influence du niveau de scolarité. Le sexe semble davantage influencer la maîtrise des techniques culinaires. En effet, 4 des 6 femmes interviewées ont une bonne maîtrise des techniques culinaires comparativement à 5 des 10 hommes rencontrés.

Les caractéristiques des participants permettent de mieux comprendre la situation dans laquelle ils vivent et d'élaborer des pistes d'explications permettant de rendre compte des logiques d'action sous-jacentes aux stratégies d'adaptation. Toutefois, ces explications sont partielles et elles peuvent susciter plus de questions que de réponses. De plus, les caractéristiques présentées ne permettent pas de tenir compte des facteurs qui poussent les

participants à recourir ou non à une stratégie ou de la manière dont ces stratégies sont représentées. Pour intégrer ces éléments, il est nécessaire d'analyser le corpus d'entrevue à l'aide de la technique de l'analyse de contenu empruntée aux méthodes qualitatives.

## **2. Les règles des stratégies d'adaptation**

### **2.1 Se limiter au minimum : un impératif économique**

Le manque de nourriture est un élément caractéristique de l'expérience que les participants ont de l'insécurité alimentaire. Ils la décrivent comme une situation dans laquelle ils ne sont pas en mesure de subvenir à leurs besoins alimentaires uniquement en achetant des produits à prix régulier dans les épiceries. Pour les personnes en situation d'insécurité alimentaire, il est primordial de limiter leurs dépenses au minimum, sans quoi elles risquent d'être confrontées au manque de nourriture. Afin d'accroître leur pouvoir d'achat, les participants affirment opérer une sélection des aliments en fonction de leur coût. Pour eux, les aliments sont alors séparés en deux catégories : les produits permis et les produits luxueux<sup>3</sup>. Les produits permis regroupent les articles que les participants s'autorisent à acheter, alors que les produits luxueux regroupent ceux que les participants ne peuvent pas se procurer sur une base régulière, par exemple, les sources de protéines.

Participant 12 : Les protéines, souvent c'est dur à trouver, euh, même les protéines dans les marchés sont chères. La viande est chère, euh, le fromage est cher, le lait est cher, les produits laitiers aussi sont chers. Alors les produits laitiers, ça devient un produit de luxe, avoir moi une pinte de lait chez moi, c'est un luxe. J'aime ben ça quand j'en ai. Parce que dans le café, j'mets du blanc à café, ça coûte moins cher, ça s'étire plus loin aussi. Pis le lait, penses-y pas, ça revient trop cher pour moi.

Dans cet extrait, le participant exprime la distinction entre produits permis et produits luxueux. Pour lui, les sources de protéines sont décrites comme des produits luxueux et le blanc de café est considéré comme un produit permis. Les sources de protéines et les produits laitiers sont considérés comme des produits luxueux, car ils sont trop dispendieux pour que le participant puisse en acheter régulièrement alors que le blanc à café est permis

---

<sup>3</sup> Le terme « produit » a été préféré au terme « aliment », car cette catégorisation se retrouve dans les discours portant sur d'autres produits de consommation comme les vêtements.

parce que son prix est abordable et qu'il constitue une alternative économique à un produit luxueux.

Les produits permis sont considérés comme une nécessité par les participants, car ils permettent d'assurer leur survie.

Participant 11 : Non, non j'fais pas d'liste. Euh... parce que la liste risquerait d'être trop longue, j'attends d'être rendu sur place, pis j'prends juste ce que j'ai besoin, le minimum. Le minimum, j'peux pas me permettre de prendre du luxe, c'est le minimum, y en a qui ont leur gros panier ben plein. Moi, tu me verras pas avec un panier ben plein d'même, c'est impossible.

Comme l'exprime ce participant, le fait de devoir se limiter aux produits permis fait en sorte qu'il doit limiter ses achats au minimum requis pour assurer sa survie. En ce sens, le prix ne constitue pas le seul critère qui autorise l'achat d'un article, car en plus d'être économiquement accessible, il doit permettre d'atteindre le minimum. Le minimum, c'est une unité de mesure subjective à partir de laquelle les participants déterminent les articles qui sont inclus dans la catégorie des produits permis, mais le minimum ne désigne que ce qui est absolument nécessaire. Cette particularité fait en sorte que les produits permis doivent inclure les biens de première nécessité comme la nourriture et les produits d'hygiène, et être jugés comme irremplaçables par les participants. En plus d'être accessible économiquement, le produit doit, pour être jugé nécessaire, être indispensable à la réalisation d'une recette, c'est-à-dire qu'il ne peut pas être éliminé ou remplacé par un produit plus abordable.

Les produits luxueux sont décrits comme une source de plaisir à laquelle les participants doivent renoncer en raison de leur prix qu'ils jugent prohibitif. Bien que les produits luxueux soient interdits, ils font tout de même l'envie des participants et apparaissent comme une source de tentation. L'interdiction d'acquérir ces produits peut être difficile à supporter.

Participant 11 : J'aime pas aller à l'hôpital, j'aime pas aller à l'épicerie non plus. Moins on va à l'hôpital, mieux c'est. Moins on va à l'épicerie, moins ça coûte cher. On rigole, on rigole, mais c'est pas toujours drôle de se priver de choses qu'on aime tout le temps, mais on n'a pas le choix, on n'a pas le choix, on n'a pas le choix.

Ce participant cherche à éviter d'aller à l'épicerie, car il s'agit d'un lieu dans lequel il est confronté aux limites de son budget. Les contraintes économiques auxquelles il doit faire face font en sorte qu'il doit se priver de choses qu'il aime, ce qui le conduit à expérimenter la pauvreté de pouvoir (powerlessness). S'il succombe à la tentation, il risque de déséquilibrer son budget et ainsi d'accroître la sévérité du manque de nourriture. Cette limitation des dépenses est plus qu'un impératif économique, c'est aussi un impératif moral, car les contraintes économiques auxquelles sont confrontés les participants modifient les représentations qu'ils ont des stratégies d'adaptation, ce qui les conduit à se représenter certains comportements comme acceptables et d'autres comme inacceptables. En ce sens, adopter un comportement économiquement responsable est un impératif économique, mais aussi un impératif moral qui oblige les participants à recourir à certaines stratégies d'adaptation uniquement lorsque cela est absolument nécessaire.

## **2.2 La responsabilité économique : un impératif moral**

En plus de représenter un impératif économique, la distinction entre produits permis et produits luxueux est au cœur d'un impératif moral qui modifie la manière dont les participants se représentent les stratégies d'adaptation. Ceux-ci considèrent que limiter les achats uniquement aux produits permis est un comportement économiquement responsable alors que se laisser tenter par des produits luxueux est un comportement économiquement irresponsable. Cet impératif se nomme la norme de la responsabilité économique. Il s'agit d'une règle normative qui doit être respectée par les participants afin que les stratégies qu'ils utilisent soient considérées socialement acceptables. En ce sens, la norme de la responsabilité économique est un principe qui permet d'organiser la pratique en priorisant les actions les plus acceptables socialement. Il est ainsi possible d'affirmer que la norme de la responsabilité représente la structure téléoaffective des stratégies d'adaptation.

Les participants peuvent faire la démonstration de leur responsabilité lorsqu'ils achètent des produits, mais aussi lorsqu'ils ont recours à l'aide alimentaire. Le discours que les participants portent sur le recours à l'aide alimentaire permet de confirmer que cette stratégie est une pratique normative, car le recours à l'aide alimentaire implique des interactions sociales entre les participants et d'autres personnes qui y ont recours. La

description que les participants font de ces interactions permet de discerner les comportements qu'ils considèrent comme responsables de ceux qu'ils considèrent comme irresponsables.

Les personnes dont le comportement est jugé comme irresponsable et qui ont recours à l'aide alimentaire sont parfois qualifiées de « faux pauvres », car leurs actions économiques sont perçues comme étant la cause de leur pauvreté. Dans bien des cas, les fumeurs se voient affublés de cette tare, car les produits du tabac sont considérés comme des produits luxueux.

Participant 4 : Quand j'vas dans ces endroits-là par exemple, j'ai remarqué une affaire : c'est que y a de la pauvreté, mais y a une fausse pauvreté. La plupart des gens que j'vois là au Centre de l'amitié là, en tout cas, il y en a plusieurs qui ont l'air à prendre un coup parce qu'y en parlent, la plupart fument. Fait que tsé quand tu fumes, tsé moi je calcule ça, le paquet de cigarettes c'est dix dollars le paquet là. Tsé si t'en fumes un par jour, pis si t'en fumes deux par jour, ça fait... Tu peux calculer ça en termes d'argent quatre cinq cents piasses par mois. Moi j'fume pas, j'ai jamais fumé, ça fait que j'mets pas mon argent sur des choses qui s'envolent en fumée.

Dans cet extrait, la consommation d'alcool et le tabagisme sont décrits comme des comportements économiquement irresponsables. Pour les non-fumeurs, les produits du tabac sont des biens qui ne permettent pas de subvenir aux besoins élémentaires. En ce sens, leur achat est considéré comme un comportement irresponsable qui conduit à une diminution de la qualité de vie.

Par ailleurs, le tabagisme peut conduire à une stigmatisation des fumeurs. Cette stigmatisation fait en sorte que les fumeurs ressentent une forme de culpabilité face à la consommation de produits du tabac, ce qui témoigne que la norme de la responsabilité économique a été intériorisée. Les fumeurs interviewés ont affirmé qu'ils seraient beaucoup plus à l'aise financièrement s'ils ne fumaient pas et considèrent qu'ils n'auraient jamais dû commencer à fumer.

Participant 10 : Mais la plus grosse dépense, évidemment c'est ça, la cigarette. Si faudrait que j'couperais, j'essaie, mais c'est ben difficile, j'fume, alors c'est pas évident. Toi t'as jamais fumé? Touches-y pas non plus. J'aurais dû, jamais. Tsé quand on est jeune, on essaie de faire comme les autres, mais non jamais là, y est trop tard. Alors, c'est ma grosse dépense moi là les cigarettes là... Ah mon dieu, si j'fumerais pas là, ben j'pourrais me passer du Café

rencontre, pis j'pourrais me passer de t'ça, là non. Tsé j'm'en f'rais pis j'm'achèterais à manger plus, mais là, j'essaie de sauver, parce que j'ai pas encore arrêté de fumer.

Comme l'exprime ce participant, le tabagisme est considéré comme une dépense importante minant la qualité de vie et réduisant le pouvoir d'achat. Ce comportement est décrit comme économiquement irresponsable, car il entraîne le manque de nourriture. Cette représentation est une forme d'aliénation, car les fumeurs ont l'impression que le tabagisme exerce un contrôle sur leur vie économique. En ce sens, la transgression de la norme de la responsabilité économique conduit les participants à expérimenter la pauvreté de pouvoir (powerlessness). De plus, la transgression de cette norme les expose à l'attribution d'un statut social disqualifié, comme celui de « faux pauvres ». Ils risquent ainsi d'être stigmatisés et isolés socialement. Dans le discours des participants, les comportements économiquement responsables sont valorisés alors que les comportements jugés économiquement irresponsables sont dénigrés et exposent leur auteur à la stigmatisation de la part des autres personnes en situation d'insécurité alimentaire. La stigmatisation des personnes qui adoptent des comportements économiquement irresponsables indique qu'agir de manière responsable est un impératif économique, mais aussi un impératif moral qui oriente le recours aux stratégies d'adaptation. Ainsi, les stratégies d'adaptation doivent permettre de faire face au manque de nourriture et à la pauvreté de pouvoir (powerlessness) tout en permettant de faire la démonstration de la responsabilité de leur auteur.

### **3. Les logiques d'action orientant les stratégies d'adaptation**

Les stratégies d'adaptation prennent place dans un cadre économique et normatif. Toutefois, les participants se représentent différemment ces règles, ce qui les conduit à orienter les stratégies qu'ils utilisent selon différentes logiques d'action. Ces logiques sont représentées par les idéaltypes de la responsabilité comme contrat, du droit d'être pauvre, de l'obligation d'être comme tout le monde et de la récompense de la responsabilité. Or, les idéaltypes doivent être envisagés comme des formes idéalisées des pratiques. Dans les faits, aucun participant n'oriente les stratégies qu'il utilise uniquement en fonction d'un idéaltype. D'ailleurs, les propos de certains participants sont si révélateurs des différentes

logiques d'action que des passages de leur entrevue ont été utilisés pour décrire les idéaltypes.

En plus de décrire des logiques d'action, chacun des quatre idéaltypes représente une interprétation de la norme de la responsabilité économique. En effet, bien que tous les participants ont intériorisé la norme de la responsabilité économique, ils ne la respectent pas tous pour les mêmes raisons. Afin de déterminer les raisons qui poussent les participants à respecter la norme de la responsabilité, les différentes croyances véhiculées dans les idéaltypes ont été identifiées et elles ont été comparées aux formes de légitimité présentées par Max Weber, c'est-à-dire la croyance en la légalité, la croyance rationnelle en valeur, la tradition et le charisme (Weber, [1921], 1995). Le type de légitimité associé à chaque idéaltype a été déterminé en se basant sur les croyances véhiculées dans chacun des idéaltypes. Ainsi, il est possible d'affirmer que la responsabilité comme contrat est associée à la légitimité en vertu de la légalité, le droit d'être pauvre à la tradition, l'obligation d'être comme tout le monde au charisme et la récompense de la responsabilité en la croyance rationnelle en valeur.

### **3.1 La responsabilité comme contrat (manque de nourriture et obligation)**

Les stratégies d'adaptation sont des pratiques qui peuvent être utilisées pour faire face au manque de nourriture. En ce sens, les participants orientent leurs pratiques de manière à faire face au manque de nourriture, mais en évitant dans un premier temps de recourir aux organisations d'aide alimentaire. Le désir d'éviter de recourir aux organisations d'aide alimentaire est au cœur de la légitimité que les participants accordent à leur pratique. En effet, ils envisagent la relation d'aide sous une forme contractuelle dans laquelle ils doivent faire des efforts pour avoir droit de recevoir l'aide des organisations.

Participant 4 : Parce que j'veux juste pas ambitionner, parce que faut quand même se forcer dans la vie, parce que je reçois quand même un certain montant d'argent. Puis j'pourrais me dire regarde, fais pas l'épicerie, pis comme ça tu vas pouvoir t'acheter plein d'affaires. Pis non tsé, j'ai quand même une responsabilité, ma responsabilité c'est de bien gérer mon budget.

Comme l'exprime ce participant qui vit de l'aide sociale, recevoir une forme d'aide pour subvenir à ses besoins est considéré comme un privilège dont il ne faut pas abuser. Selon

lui, le meilleur moyen d'éviter d'abuser de l'aide reçue est de se conformer à la norme de la responsabilité économique en exerçant un contrôle strict sur ses dépenses, ce qui l'autorise à recourir à l'aide alimentaire uniquement lorsque la nourriture vient à manquer.

La sévérité du manque de nourriture influence la fréquence à laquelle les participants ont recours à l'aide alimentaire. En effet, moins il y a d'argent disponible pour acheter de la nourriture, plus la fréquence à laquelle ils y ont recours est élevée. Dans certains cas, les ressources peuvent manquer dès les premières semaines du mois alors que dans d'autres, il peut y avoir suffisamment de nourriture pour plus d'un mois avant de devoir recourir à l'aide alimentaire. Le fait que les participants attendent de manquer de nourriture avant de recourir à l'aide alimentaire indique qu'ils la considèrent comme une solution de dernier recours, une forme d'assurance lorsque la nourriture vient à manquer. Toutefois, bien qu'ils cherchent à éviter de demander de l'aide, ils ne considèrent pas nécessairement qu'il s'agit de quelque chose de honteux.

Participant 8 : J'en avais jamais eu de nourriture gratuite moi avant, jamais jamais jamais. La première fois que j'ai eu ça, j'avais l'impression de rentrer dans le village du Père Noël. La semaine passée là quand y reçoivent les choses, y mettent des choses à l'entrée. Quand vous êtes arrivé, y avait des boîtes, toutes sortes d'affaires : des bonbons, des peanuts, des affaires que tu penserais même pas à t'acheter, mais là c'est toute là. Moi j'ai vraiment l'impression que j'entre dans le village du Père Noël, j'arrive les mains vides, pis je repars toujours avec un sac plein de bonnes affaires, du pain, des...

Comme l'exprime cette participante, l'aide offerte par les organisations est considérée comme un privilège. En ce sens, le fait de devoir recourir à l'aide alimentaire ne représente pas une transgression de la norme de la responsabilité. Toutefois, elle juge différemment les personnes qui y ont recours sur une base régulière. Elle décrit ce type de comportement comme un abus, c'est-à-dire comme une transgression de la norme de la responsabilité.

Participant 8 : Ça moi j'me trouve privilégiée d'être capable de le faire, même si j'en vois qui abusent peut-être un p'tit peu là, tsé des fois on est dehors pis on entend parler, pis y en a qui font tout le tour, toutes les places. Ben moi j'trouve que c'est d'l'abus. Parce que une personne peut pas... Tsé t'as beau dire dans une semaine tu fais trois quatre places, tu peux pas arriver à te servir de toute.

Dans cet extrait, le recours à plusieurs organisations d'aide alimentaire est décrit comme une forme d'abus, la locutrice se représente ce comportement comme une manière de

recevoir plus qu'il n'est nécessaire pour faire face au manque de nourriture. Pour elle, abuser des organisations d'aide alimentaire conduit à une forme de gaspillage qui peut priver ceux et celles qui ont réellement besoin des aliments distribués par ces organisations. Dans certains cas, les personnes abusant de l'aide alimentaire sont décrites comme cherchant à revendre les aliments qu'elles reçoivent lors des distributions alimentaires. Les participants décrivant des cas d'abus ont l'impression que ces actions privent les personnes qui ont besoin de l'aide alimentaire d'un service qu'elles méritent. Toutefois, bien que des cas d'abus aient été relevés dans le discours des participants, aucun n'a été témoin de tels actes. En ce sens, il est possible que l'image de l'abuseur découle des représentations des participants et non de faits réels.

Si l'aide alimentaire n'est pas représentée comme quelque chose de honteux, c'est que les participants l'envisagent comme une manière d'avoir accès à de la nourriture gratuitement ou à un coût modique. En effet, certaines organisations d'aide alimentaire demandent une somme d'argent en échange de l'aide. La transaction monétaire peut poser problème pour certains participants, mais le fait de devoir payer n'est pas un problème pour ceux qui se représentent cette pratique comme une obligation.

Participant 12 : Moi j'trouve ça correct, on n'a pas mal pour trois piasses, tsé on en a, c'est quasiment un marché de cent piasses. On a quasiment un marché de cent piasses pour trois dollars.

Pour eux, la relation d'assistance prend la forme d'un rapport marchand dans lequel la somme déboursée est comparée au coût équivalent des aliments achetés dans des commerces. Ainsi, ils n'ont pas l'impression de demander la charité, mais de procéder à une transaction marchande.

Le recours à l'aide alimentaire est envisagé comme une solution de dernier recours, ce qui indique que les personnes en situation d'insécurité alimentaire utilisent d'autres stratégies d'adaptation afin de faire face au manque de nourriture. Les participants ont déclaré avoir recours à des stratégies d'achats, décrites comme le résultat d'une délibération rationnelle dans laquelle les coûts et les bénéfices potentiels sont comparés.

Le calcul sur lequel reposent les stratégies d'achats vise à diminuer les coûts en évitant soigneusement d'acheter des produits luxueux. La distinction entre produits permis et

produits luxueux apparaît comme un processus d'identification des aliments qui seront achetés et consommés. Pour ce faire, les participants affirment consulter les circulaires des épiceries afin d'identifier les aliments en rabais. Cette stratégie permet d'accroître la diversité d'aliments pouvant être intégrés dans la catégorie des produits permis. Une fois les aliments les moins chers identifiés, les participants peuvent rédiger une liste d'épicerie. Cette liste peut être manuscrite ou mentale.

Participant 3 : Je note sur une liste ce qui est en spécial, t'as telle épicerie, t'as telle épicerie, comme y en a deux c'est le Métro et l'Intermarché, et puis j'achète en fonction. C'est ça qui fait mon menu de la semaine, c'est ce qui est en spécial.

La liste d'épicerie a de multiples fonctions. Premièrement, elle permet d'identifier les aliments en rabais, d'élaborer le menu de la semaine et de déterminer quels sont les commerces où les aliments seront achetés. Deuxièmement, elle sert d'aide-mémoire pour se souvenir des aliments dont l'achat est jugé nécessaire. Troisièmement, elle permet de résister à la tentation exercée par les aliments ne se trouvant pas sur la liste. En effet, plusieurs participants ont insisté sur le fait qu'ils ne dévient jamais de leur liste, sans quoi ils risquent de se laisser tenter par des aliments luxueux vendus à prix réduit, ce qui pourrait déséquilibrer leur budget.

La liste ne comprend pas uniquement les aliments les moins chers sur le marché, car certains aliments en solde sont vendus dans des épiceries trop éloignées du lieu de résidence des participants. En effet, plusieurs d'entre eux affirment économiser de l'argent en faisant leur déplacement à pied et en évitant d'utiliser les transports en commun. Cette situation fait en sorte que les participants doivent prendre en compte le prix du déplacement en autobus lorsqu'ils rédigent leur liste d'épicerie. Certains participants sont en mesure de se rendre dans les épiceries situées loin de leur domicile en sollicitant l'aide de membres de leur entourage possédant une voiture. Il devient ainsi possible de réduire le coût de l'épicerie en achetant les aliments les moins chers.

Le désir de faire face au manque de nourriture sans avoir à recourir aux organisations d'aide alimentaire peut conduire à enfreindre la loi et à considérer cela comme une pratique légitime. L'un des participants a affirmé qu'il avait déjà commis de petits larcins afin de faire face au manque de nourriture. De telles actions s'inscrivent dans le respect de la

norme de la responsabilité économique, car elles sont organisées en fonction du même calcul coût-avantage qui oriente les autres stratégies d'adaptation. En effet, la criminalité est considérée comme une stratégie légitime lorsqu'elle est employée comme solution de dernier recours pour faire face au manque de nourriture. En ce sens, les délits apparaissent comme une stratégie d'adaptation aussi légitime que le recours à l'aide alimentaire et le recours aux stratégies d'achats, et ne représentent pas une transgression de la norme de la responsabilité. Si enfreindre la loi est aussi légitime que toutes les autres stratégies d'adaptation, c'est que la légitimité des stratégies d'adaptation dépend du contexte dans lequel elles prennent place. Pour être conforme au contexte, il faut que la stratégie utilisée représente la seule option possible. En ce sens, le contexte dans lequel se déroule la pratique en autorise l'usage.

Dans cet idéaltype, la validité normative est garantie par la croyance en la légalité, car la légitimité des stratégies d'adaptation est envisagée sous la forme d'un contrat imaginaire et tacite dans lequel les participants déterminent les conditions les autorisant à avoir recours à une stratégie d'adaptation. Ainsi, le respect de ce contrat détermine les conditions d'utilisation des stratégies d'adaptation et permet d'en garantir la validité. Pour les participants cherchant à faire face au manque de nourriture, le respect de la norme de la responsabilité économique est une obligation, car s'ils succombent à la tentation exercée par les produits luxueux, l'intensité du manque de nourriture sera accrue. Les stratégies d'adaptation prennent un caractère obligatoire et ce, pour deux raisons : premièrement, il est impossible de faire face au manque de nourriture sans avoir recours à des stratégies d'adaptation; deuxièmement, celles-ci deviennent une forme d'obligation envers les autres acteurs sociaux.

### **3.2 Le droit d'être pauvre (manque de nourriture et droit)**

La représentation des stratégies d'adaptation comme un droit influence le recours à l'aide alimentaire ainsi que l'achat des aliments dans les commerces. Considérer l'aide alimentaire comme un droit implique que les organisations d'aide alimentaire ont des devoirs envers les personnes en situation d'insécurité alimentaire. Les participants considèrent qu'une organisation d'aide alimentaire respecte leur droit lorsqu'elle en

mesure de répondre à leurs besoins alimentaires en termes de quantité et de qualité tout en respectant leur budget. En ce sens, le fait de demander un montant d'argent en échange de l'aide alimentaire peut être considéré comme une atteinte au droit des personnes en situation d'insécurité alimentaire.

Participant 10 : Non, avant ça j'y allais, j'y allais icitte à l'Église Jacques-Cartier, là c'est la Saint-Vincent-de-Paul, mais là j'ai tout arrêté ça, j'ai dit là ça va faire, parce que je trouve, je considère qu'y ambitionnent sur les pauvres. Pis moi j'suis pas le genre à avoir la langue dans ma poche comme on dit. Non, non là c'est rendu trois dollars d'la fois-là, pis le panier de Noël, y est rendu à huit dollars. Pour avoir un panier de Noël, j'ai dit ça va faire, ça suffit. Pis un panier de Noël, on peut pas choisir, y nous donnent ce qu'y veulent. J'trouve qu'y ambitionnent, j'trouve qu'y exagèrent eux-autres icitte j'allais là avant. Mais c'est terminé. Terminé, j'vas pus là.

Comme l'exprime ce participant, le fait de devoir payer pour recevoir l'aide alimentaire est considéré comme une forme d'abus envers les personnes qui y ont recours, car cette manière de faire entre en contradiction avec la représentation subjective que les participants ont de leur droit.

L'impression que les organisations d'aide alimentaire portent atteinte au droit des participants affecte la relation qu'ils entretiennent avec le personnel de ces organisations. Cette violation de leur droit donne l'impression aux participants qu'ils sont victimes de stigmatisation.

Participante 3 : Y traite les gens, quand il a quelque chose à leur dire, il les traite comme si, vu qu'on est des pauvres, des défavorisés, etc., comme si on était d'la... un rejet de la société, des parias qu'on appelle en Inde.

Comme en témoigne cette participante, cette relation lui donne l'impression d'être pauvre, défavorisée et mise à l'écart de la société, elle a l'impression qu'un statut social disqualifié lui est attribué, ce qui lui donne le sentiment d'être stigmatisée et lui fait vivre la pauvreté de pouvoir (powerlessness).

Lorsque les participants considèrent qu'une organisation d'aide alimentaire porte atteinte à leur droit, ils cessent d'y avoir recours et se mettent à la recherche d'une autre où leur droit sera respecté. Toutefois, pour que le changement soit possible, ils doivent prendre connaissance de l'existence de cette organisation. Pour ce faire, ils sont souvent guidés par

des amis, des voisins ou des professionnels de l'intervention sociale. En ce sens, l'identification des organisations d'aide alimentaire qui peuvent être utilisées par les participants est un processus nécessitant le soutien d'un réseau social.

Le respect du droit à l'aide alimentaire est important pour certains participants, car pour eux, l'aide alimentaire n'est pas une solution de dernier recours, mais plutôt une manière de se nourrir quotidiennement. Comme il est impossible de satisfaire leurs besoins avec l'aide d'une seule organisation d'aide alimentaire, ils ont généralement recours à plus d'une organisation, et ce, sur une base régulière.

Participant 3 : Fait que moi, je dépense au niveau nourriture, je dépense pas énormément. Je dépense pas tout mon budget, parce que je vais tous les midis manger dans une soupe populaire, pas toujours la même. Donc le midi ça me coûte, y a un endroit où je vais, ça me coûte environ dix dollars par mois, parce que c'est cinquante cents du repas, y a un autre endroit où je vais où c'est gratuit. Puis tous mes repas du midi sont... ça vient dans ce budget-là, ça me coûte environ dix dollars par mois. Et moi je finance mes repas du matin et le soir, c'est pas vraiment un repas complet, je cuisine pratiquement plus.

Cette participante va manger dans les soupes populaires tous les jours. Ce type d'aide constitue sa principale source d'approvisionnement alimentaire. Pour elle, l'achat de nourriture dans les épiceries est une manière d'acquérir ce qu'il est impossible d'obtenir auprès des organisations d'aide alimentaire. Toutefois, le fait qu'elle considère l'aide alimentaire comme un droit fait en sorte qu'elle considère cette pratique comme légitime. En ce sens, le recours à l'aide alimentaire sur une base régulière est envisagé comme un comportement économiquement responsable, parce qu'il est conforme au droit.

Tout comme pour les organisations d'aide alimentaire, les participants ont l'impression que les commerçants portent atteinte à leur droit lorsque ceux-ci vendent des articles à un prix prohibitif.

Participant 10 : J'irais pas donner mon argent pour rien à huit et quarante-neuf un pot de café, c'est pas vrai. Bon... j'boirais de l'eau à place... Y en a, c'est épouvantable, y exagèrent. Comment ça se fait qui peuvent à deux et quatre-vingt-dix-huit pis eux autres sont pas capables, j'comprends pas.

En comparant le prix du café entre les différents commerces, ce participant exprime l'opposition entre produits luxueux et produits permis. En effet, il désire faire l'acquisition

de café, mais celui-ci représente un produit luxueux dans l'un des commerces. En ce sens, il constitue à la fois une source de tentation et de ressentiment. Bien que l'acquisition de produits luxueux soit interdite, les participants les désirent tout de même et ils considèrent qu'ils devraient avoir le droit de les acquérir. L'impression que les commerçants portent atteinte à leur droit est d'autant plus manifeste lorsqu'un produit est mis en vente dans une épicerie se trouvant dans un secteur difficilement accessible pour les participants et que le même article soit affiché à plein prix dans leur secteur. Dans ces cas, la différence de prix est considérée comme une atteinte au droit des pauvres qui ont l'impression de vivre une injustice, ce qui conduit les participants à décrire les commerçants comme des gens cherchant à réaliser une plus-value dont la proportion excède le niveau moralement acceptable.

Dans cet idéaltype, les stratégies d'adaptation utilisées pour faire face au manque de nourriture sont considérées comme un droit. Tout comme celles représentées comme une obligation, elles sont le résultat d'une délibération rationnelle par laquelle il est possible de déterminer les meilleurs moyens pour faire face à cette situation. Lorsque les stratégies d'adaptation sont utilisées sur une base régulière, les stratégies les plus efficaces sont déjà déterminées et la délibération est laissée de côté. Dans ce cas, la validité normative est garantie par la tradition, c'est-à-dire que l'agent considère que cette pratique est légitime parce qu'il croit qu'elle a toujours existé. Légitimer les stratégies d'adaptation par la tradition fait en sorte que l'agent considère qu'il ne peut pas transgresser la norme de la responsabilité économique. Cette manière d'assurer la validité des stratégies d'adaptation entraîne une modification des représentations qui y sont associées. En effet, lorsque les stratégies d'adaptation sont devenues une habitude, elles ne sont plus considérées comme une manière de minimiser les conséquences du manque de nourriture, mais comme un droit, c'est-à-dire comme quelque chose qui est dû aux personnes en situation d'insécurité alimentaire en raison des conditions dans lesquelles elles vivent, elles sont alors envisagées comme le prolongement du système de protection sociale. Ainsi, le fait d'être confronté à la pauvreté économique est considérée comme un critère qui permet de recourir aux stratégies d'adaptation sans transgresser la norme de la responsabilité.

### 3.3 L'obligation d'être comme tout le monde (pauvreté de pouvoir et obligation)

En plus de l'expérience du manque de nourriture, les personnes en situation d'insécurité alimentaire font l'expérience de la pauvreté de pouvoir (powerlessness). Les participants la décrivent comme une perte de contrôle sur leur vie quotidienne, mais aussi comme une forme d'invisibilité sociale. En effet, les personnes en situation d'insécurité alimentaire peuvent vivre un déclassement et ressentir le besoin de le dissimuler en évitant de tisser des liens avec les autres personnes dans la même situation.

Participant 4 : C'est vrai que sur le moment, c'était comme un choc parce que tu passes d'un certain standing de vie à un autre, pis là t'apprends un peu à devenir invisible dans la foule, dans le sens que tout le monde, on a notre fierté. C'est sûr que quand on se retrouve dans ces centres-là, Centre de l'amitié, Saint-Vincent de Paul, pis ces endroits-là, on fait pas exprès pour essayer de se reconnaître sur la rue, on garde un certain anonymat.

Dans ce passage, le participant exprime que rester dans l'anonymat lui permet de protéger l'image qu'il a de lui-même en évitant de s'associer aux autres personnes qui ont recours à l'aide alimentaire. En agissant ainsi, il utilise l'invisibilité sociale comme une manière de protéger son identité sociale, c'est-à-dire d'éviter de se voir attribuer le statut de « faux pauvre ». En ce sens, ce participant utilise l'invisibilité sociale comme une forme de protection contre la stigmatisation, mais cela peut conduire à l'isolement social.

L'isolement social peut donner l'impression aux participants qu'ils sont seuls pour faire face à leurs problèmes. Cette situation affecte notamment les personnes sans emploi, car le travail joue un rôle important dans le développement et le maintien de la vie sociale. Afin de faire face à l'isolement, les participants sont dans l'obligation de s'intégrer dans de nouveaux cercles sociaux.

Participant 6 : Parce que je viens de déménager, comme j'veus disais je suis retraitée, pis je connais pas le quartier, je connais personne dans le quartier, c'est pour faire des nouvelles rencontres, des nouvelles connaissances.

Cette participante récemment retraitée a dû déménager dans un appartement moins dispendieux pour compenser la diminution de son revenu. Toutefois, cela a fait en sorte qu'elle a perdu accès à son réseau social. Pour faire face à la pauvreté de pouvoir (powerlessness), elle a commencé à participer à des groupes de cuisines collectives. Pour

les participants dans une situation similaire à la sienne, il devient nécessaire d'avoir accès à un réseau permettant de les supporter moralement. Pour eux, les stratégies d'adaptation ne constituent pas nécessairement une manière de faire face au manque de nourriture, mais davantage une manière de faire face à la pauvreté de pouvoir (powerlessness) en s'intégrant dans un groupe social.

L'intégration à un groupe peut être difficile pour les personnes en situation d'insécurité alimentaire, car pour éviter d'être stigmatisées par les membres du groupe et ainsi d'être étiquetées comme « faux pauvres », elles doivent faire la démonstration que leur pratique est conforme à la norme de la responsabilité économique en se conformant aux règles établies par le groupe. Ces règles ont pour fonction d'assurer le bon déroulement de la pratique à laquelle participent les membres du groupe.

Participant 7 : Quelqu'un qui, comme j'veus dis qui est difficile pis qui est pas social, y est pas là. Y faut, à moment donné on va faire une recette pis c'est vraiment la recette, ça ressemble pas, mais là on le jettera pas, on s'adapte avec.

Comme l'exprime cette participante à des groupes de cuisines collectives, une personne ayant une attitude négative représente une entrave au bon déroulement de l'activité. En effet, quelqu'un d'asocial qui participerait aux cuisines collectives sans chercher à socialiser risquerait de modifier la dynamique du groupe. D'un autre côté, quelqu'un de difficile qui chercherait à imposer ses préférences alimentaires aux autres risquerait de générer des conflits au sein du groupe. Ces deux aspects permettent de mettre en évidence que pour bien s'intégrer dans un groupe de cuisines collectives, il faut que la pratique ait le même sens pour tous les membres du groupe, c'est-à-dire de briser l'isolement social. Puisque le sens de cette pratique est d'établir des liens sociaux, les participants acceptent de sacrifier leurs préférences alimentaires et de se plier à la volonté du groupe qui peut se résumer aux idées d'une poignée de personnes faisant preuve d'initiative. Ce sacrifice n'accroît pas la pauvreté de pouvoir (powerlessness), car dans les cuisines collectives, les préférences culinaires importent moins que l'établissement de liens sociaux permettant ainsi l'intégration à un groupe de soutien.

Une stratégie d'adaptation dont le sens est partagé par les membres d'un groupe permet à ces derniers d'être reconnus comme étant semblables, c'est-à-dire comme des personnes

dont la situation d'insécurité alimentaire a été engendrée par des événements hors de leur contrôle. En d'autres mots, il s'agit de reconnaître les autres comme des individus qui ne transgressent pas la norme de la responsabilité économique.

Participant 13 : Tous dans le même bateau, fait qu'on essaie de ramer sur le même bord.

Comme l'exprime ce participant, il y a une forme de solidarité entre les personnes qui ont recours à l'aide alimentaire, car elles sont toutes confrontées à des difficultés similaires et par conséquent, elles doivent toutes y faire face. La solidarité est rendue possible en reconnaissant les autres personnes qui ont recours à l'aide alimentaire comme semblables à soi.

Reconnaître qu'une personne mérite de recevoir de l'aide peut conduire les participants à vouloir lui venir en aide. En effet, la reconnaissance permet l'entraide et l'établissement d'un réseau de soutien entre les personnes en situation d'insécurité alimentaire.

Participant 15 : Ça fait que moi souvent mes denrées, y a une p'tite partie qui sert à un de mes protégés. Lui y est malade pis y a du mal à aller aux services, puis donc quand que j'cuisine, lui y a souvent sa p'tite part.

Cette participante donne une part de la nourriture qu'elle reçoit à une personne qui n'est pas en mesure d'avoir un accès physique à l'aide alimentaire. Pour elle, venir en aide aux autres lui permet de se sentir utile, ce qui rehausse l'image qu'elle a d'elle-même et lui permet d'éviter d'occuper le palier inférieur d'une relation sociale hiérarchique. En effet, en utilisant une partie de la nourriture qu'elle reçoit pour aider les autres, elle offre une aide matérielle et symbolique qui la place au même niveau que les organisations d'aide alimentaire. Ainsi, en aidant les autres, elle est en mesure de faire face à la pauvreté de pouvoir (powerlessness).

Les participants voulant faire face à l'isolement social cherchent à s'intégrer dans un groupe de soutien. Pour ce faire, ils doivent s'assurer que le sens de leur pratique soit conforme à celui des autres membres du groupe, car cela leur permet d'être reconnus comme semblables aux autres personnes qui ont recours à l'aide alimentaire, c'est-à-dire comme des personnes qui ne se définissent pas uniquement à partir de leurs conditions économiques, mais aussi à partir du sens de leur pratique. Pour les participants, être

reconnu en fonction du sens de leur pratique permet d'être reconnu pour leurs qualités individuelles. Celles-ci ne se démarquent pas par leur caractère exceptionnel, mais plutôt parce qu'elles sont partagées et valorisées par les autres membres du groupe.

La pauvreté de pouvoir (powerlessness), tout comme le manque de nourriture, peut engendrer de la souffrance. C'est pourquoi les participants ressentent le besoin de faire face à la souffrance engendrée par la pauvreté de pouvoir (powerlessness) par une volonté de protéger leur statut social tout en s'intégrant dans un cercle social. La protection de l'identité sociale réfère à la volonté des participants d'échapper à l'impression de stigmatisation, alors que l'intégration à un groupe social permet de faire face à l'isolement social. Toutefois, la poursuite de ces deux objectifs débouche sur un paradoxe, parce qu'ils sont poursuivis simultanément et que l'atteinte de l'un peut empêcher d'atteindre l'autre. En effet, pour protéger leur statut social, les participants peuvent être obligés de s'isoler socialement, alors que l'intégration à un groupe social oblige les participants à courir le risque de s'exposer à la stigmatisation.

Les stratégies d'adaptation s'inscrivant dans cet idéaltype visent à faire face à la pauvreté de pouvoir (powerlessness) en permettant à l'agent de s'intégrer dans un groupe social. Cela n'est possible qu'en étant reconnu par les membres du groupe comme étant semblable à eux, c'est-à-dire que l'agent doit agir conformément à l'interprétation que le groupe fait de la norme de la responsabilité économique. Puisque dans cet idéaltype, les autres deviennent le point de référence permettant de juger de l'acceptabilité d'un comportement, la validité normative est garantie par le charisme qui prend alors une forme radicalement différente de celle décrite par Weber ([1921], 1995). En effet, pour le sociologue allemand, le charisme réfère aux qualités extraordinaires d'une personne alors qu'ici, le charisme réfère à une glorification du conformisme qui est incarné dans ce qu'Hoggart (1970) nomme l'homme moyen. L'homme moyen est une représentation abstraite qui invite les agents à adopter les mêmes comportements, les mêmes croyances, les mêmes idées et les mêmes goûts que la majorité. Être conforme à l'image de l'homme moyen engendre un sentiment de dignité, car tous deviennent semblables et égaux, de cette manière, il ne peut plus y avoir de rapports hiérarchiques. En raison de ce rapport d'égalité, il devient

impossible de désigner un égal comme « faux pauvre » sans s'affubler soi-même de cette étiquette.

### **3.4 La récompense de la responsabilité (pauvreté de pouvoir et droit)**

Faire face à la pauvreté de pouvoir (powerlessness) implique l'acquisition d'un pouvoir permettant de transformer ses conditions d'existence. Les participants utilisent d'autres stratégies que de se limiter aux produits permis, car devoir limiter leurs achats à ceux-ci diminue leur estime d'eux-mêmes et engendre la pauvreté de pouvoir (powerlessness).

Participant 5 : Le pain, quand on va toujours au minimum, vous comprenez ce que je veux dire, le pain à rabais, la saucisse à rabais, toute à rabais, le lait à rabais, ben tout est rabaisé.

Comme l'exprime ce participant, le fait de devoir acheter uniquement des produits à rabais mine l'estime qu'il a de lui-même. En effet, il a l'impression que, parce qu'il doit acheter des produits à prix réduit, il a moins de valeur que les personnes qui ne sont pas confrontées à l'insécurité alimentaire.

Afin de rehausser l'image qu'ils ont d'eux-mêmes les participants doivent accroître leur pouvoir d'achat et utiliser des stratégies qui leur permettent d'acquérir des produits luxueux. Ils exercent des choix qui ne sont pas limités aux produits permis. Cette manière de faire représente une transgression de la norme de la responsabilité économique, mais les participants considèrent que cela est nécessaire.

Participant 8 : Moralement, même si on n'a pas les moyens nécessairement d'y aller [au restaurant], mais j'trouve que ça coûte moins cher que de payer un psy parce que tu restes chez vous pis que tu manges les murs pis que... Fait que dépenser cinq piasses, six piasses, sept piasses, une fois par mois, deux fois par mois, ça le vaut, parce que psychologiquement ça l'aide. C'est beau de couper, mais à moment donné y faut se récompenser.

Comme l'exprime cette participante, il est nécessaire de se récompenser pour les efforts réalisés tout en essayant de limiter les impacts du manque de nourriture. Le caractère nécessaire de cette transgression indique qu'elle considère qu'elle a occasionnellement le droit de transgresser la norme de la responsabilité économique si celle-ci est respectée les

autres jours du mois. Ainsi, pour avoir le droit de transgresser la norme de la responsabilité, faut faire des efforts pour avoir les ressources financières permettant de se récompenser.

Pour les participants cherchant à faire face à la pauvreté de pouvoir (powerlessness), avoir le droit de se récompenser pour les sacrifices effectués représente un objectif qui permet de motiver l'utilisation des stratégies d'adaptation. Cette force motivationnelle modifie la manière dont les participants se représentent les stratégies d'adaptation. En effet, lorsque celles-ci sont employées pour faire face au manque de nourriture, elles sont considérées comme une nécessité, mais lorsqu'elles sont employées pour faire face à la pauvreté de pouvoir (powerlessness), elles sont considérées comme un moyen d'atteindre l'objectif poursuivi.

Participant 3 : Mon fromage j'veis m'en acheter si y est en spécial. Moi j'parle pas du cheddar, j'parle plus d'un camembert, d'un brie ou d'un oka, par exemple le oka, maintenant au métro, de temps en temps, une fois par mois, une fois aux deux mois, ils le mettent à un prix raisonnable, fait que là j'en achète, j'me gâte. Mais le reste de temps, j'veis pas aller m'en acheter parce que ça va trop me bouffer mon budget et moi j'aime mettre un petit peu de côté, même si j'ai pas le droit, ils le savent pas. J'mets un p'tit peu de côté pour avoir un voyage à moi une fois par année.

Comme l'exprime cette participante, l'utilisation de stratégies monétaires lui permet d'intégrer des produits luxueux comme des fromages fins dans la catégorie des produits permis et de se faire plaisir. Cette transformation dans la manière dont sont envisagées les stratégies d'adaptation fait en sorte qu'elles ne sont plus considérées comme une conséquence d'une situation économique précaire, mais comme un choix rationnel. En effet, cette participante décrit l'interdiction d'acquérir des produits luxueux comme une contrainte nécessaire à la réalisation de son projet : voyager. En se représentant les stratégies d'adaptation comme un moyen, les participants ont l'impression d'exercer leur pouvoir de choisir et ainsi de faire face à la pauvreté de pouvoir (powerlessness).

Par ailleurs, les entrevues ont fait ressortir deux modèles alimentaires dont l'adoption permet aux participants de faire face à la pauvreté de pouvoir (powerlessness). Le premier est le modèle alimentaire végétarien qui permet de réduire le coût des dépenses en épicerie et dont l'adoption donne aux participants l'impression d'exercer un contrôle sur leur

alimentation en s'inscrivant dans un modèle alimentaire différent du modèle dominant, comme l'exprime ce participant en décrivant les habitudes alimentaires de son entourage.

Participant 9 : Ben l'steak c'était pas... c'est bon. Ah, c'est bon des steaks! Tsé deux steaks par semaine, trois steaks. Ah oui, tu peux te l'payer pis tout ça. Mais y avait des végétariens, c'est quoi cette affaire-là? Tsé y avait des alternatives de nutrition. Fait que j'essaye ça. Tsé c'est, c't'un travail en progression, la vie c'est ça.

Pour ce participant, la consommation de viande est envisagée comme faisant partie intégrante du modèle alimentaire dominant. Toutefois, le prix élevé des protéines animales l'empêche de s'en procurer régulièrement et par conséquent de s'intégrer dans ce modèle alimentaire.

En éliminant de l'alimentation la viande qui est souvent considérée comme un produit luxueux par les participants en raison de son prix prohibitif et de la difficulté de s'en procurer auprès des organisations d'aide alimentaire, le modèle alimentaire végétarien apparaît comme une alternative légitime au modèle dominant et permet d'échapper à la pauvreté de pouvoir (powerlessness). En effet, les recettes végétariennes permettent de se passer de viande sans avoir l'impression qu'il s'agit d'une privation, car malgré l'absence de viande, les mets végétariens sont en mesure de procurer aux participants un plaisir gustatif. De plus, le végétarisme permet aux participants d'avoir l'impression d'exercer un contrôle sur leur santé. Dans bien des cas, les participants ayant adopté ce modèle alimentaire affirment avoir perdu du poids, ce qui leur donne l'impression de manger plus sainement et d'exercer un contrôle sur leur corps.

Le second modèle alimentaire adopté pour faire face à la pauvreté de pouvoir (powerlessness) est le modèle « traditionnel » dont les pratiques ont pour objectif d'économiser en évitant d'acheter des aliments transformés et en cuisinant essentiellement à partir d'aliments bruts. Ce modèle est qualifié de traditionnel, car les participants ayant adopté ce modèle alimentaire se réfèrent souvent à leur mère ou à leur grand-mère comme modèle de maîtrise de ces pratiques culinaires.

Participant 15 : Faut apprendre à cuisiner parce que du tout prêt à manger, ça coûte une fortune. Pis c'est plus contrôlé, on contrôle plus le goût, on contrôle plus nos affaires quand qu'on cuisine.

Cette participante a adopté le modèle alimentaire traditionnel parce qu'elle apprécie les économies qu'il permet de réaliser, mais surtout parce qu'il permet d'exercer un contrôle sur son alimentation en s'assurant que les plats cuisinés correspondent à ses préférences. De plus, le fait de cuisiner à partir d'aliments bruts peut représenter un défi mettant à l'épreuve les habiletés des participants. La réalisation de recettes complexes permet aux participants de ressentir un sentiment d'accomplissement personnel et ainsi de faire face à la pauvreté de pouvoir (powerlessness).

Lorsque les participants adoptent un nouveau modèle alimentaire, ils n'adhèrent pas nécessairement aux valeurs véhiculées par ce modèle. Le choix du nouveau modèle alimentaire est un moyen pour réaliser un projet et se fait en fonction de l'objectif poursuivi par les participants. Il peut s'agir d'opérer une transformation de leur corps comme perdre du poids en mangeant plus sainement ou de réduire le coût des dépenses alimentaires tout en accroissant la quantité d'aliments avec lesquels il est possible de réaliser des recettes. Ainsi, l'adhésion à un nouveau modèle alimentaire permet aux participants de combattre les effets de la pauvreté de pouvoir (powerlessness) en exerçant un plus grand contrôle sur leur alimentation.

Dans cet idéaltype, les stratégies d'adaptation visent la réalisation d'un projet qui est lui-même orienté en fonction des valeurs. Toutefois, pour que le projet puisse permettre de faire face à la pauvreté de pouvoir (powerlessness), il doit être conforme aux valeurs des participants, autrement ils ne le considéreront pas comme désirable. La désirabilité est ce qui motive les participants à entreprendre le projet. Ainsi, le désir de réaliser le projet permet de justifier les moyens utilisés pour y arriver. Lorsque les moyens entrent en contradiction avec la norme de la responsabilité, les participants ne se représentent pas ce choix comme une transgression de la norme de la responsabilité économique, mais comme un moyen légitime de réaliser leur projet. En ce sens, la validité normative est assurée par la croyance rationnelle en valeur.

En considérant les stratégies d'adaptation comme des pratiques, il a été possible de mettre en évidence qu'elles sont régies à la fois par un impératif économique et par un impératif moral. L'impératif économique oblige les participants à limiter leurs achats aux produits permis afin d'éviter d'accroître les effets du manque de nourriture alors que l'impératif

moral oblige les participants à se conformer à la norme de la responsabilité économique sans quoi ils risquent d'être étiquetés comme « faux pauvres » et de s'exposer à la stigmatisation. Toutefois, la manière dont les participants interprètent la norme de la responsabilité les conduit à inscrire les stratégies d'adaptation qu'ils utilisent dans des logiques d'action conformes à leurs croyances. Ces croyances influencent la source de validité que les participants accordent à la norme de la responsabilité économique et ainsi légitiment le recours aux stratégies d'adaptation. En effet, les stratégies d'adaptation comprises dans l'idéaltype de *La responsabilité comme contrat* sont légitimées par la croyance en la légalité, celles s'inscrivant dans *Le droit d'être pauvre* par la tradition, celles décrites par *L'obligation d'être comme tout le monde* par le charisme et celles représentant *La récompense de la responsabilité* par la croyance rationnelle en valeur.