



EIPCCP

CONSULTER LES PEUPLES AUTOCHTONES  
SUR LA POLITIQUES RELATIVE AUX  
CHANGEMENTS CLIMATIQUES

SEPTEMBRE / ÉDITION #17

# Bulletin d'information

SUR L'ENVIRONNEMENT, LE CHANGEMENT CLIMATIQUE, LA CONSERVATION ET LA BIODIVERSITÉ

Les collectivités  
autochtones

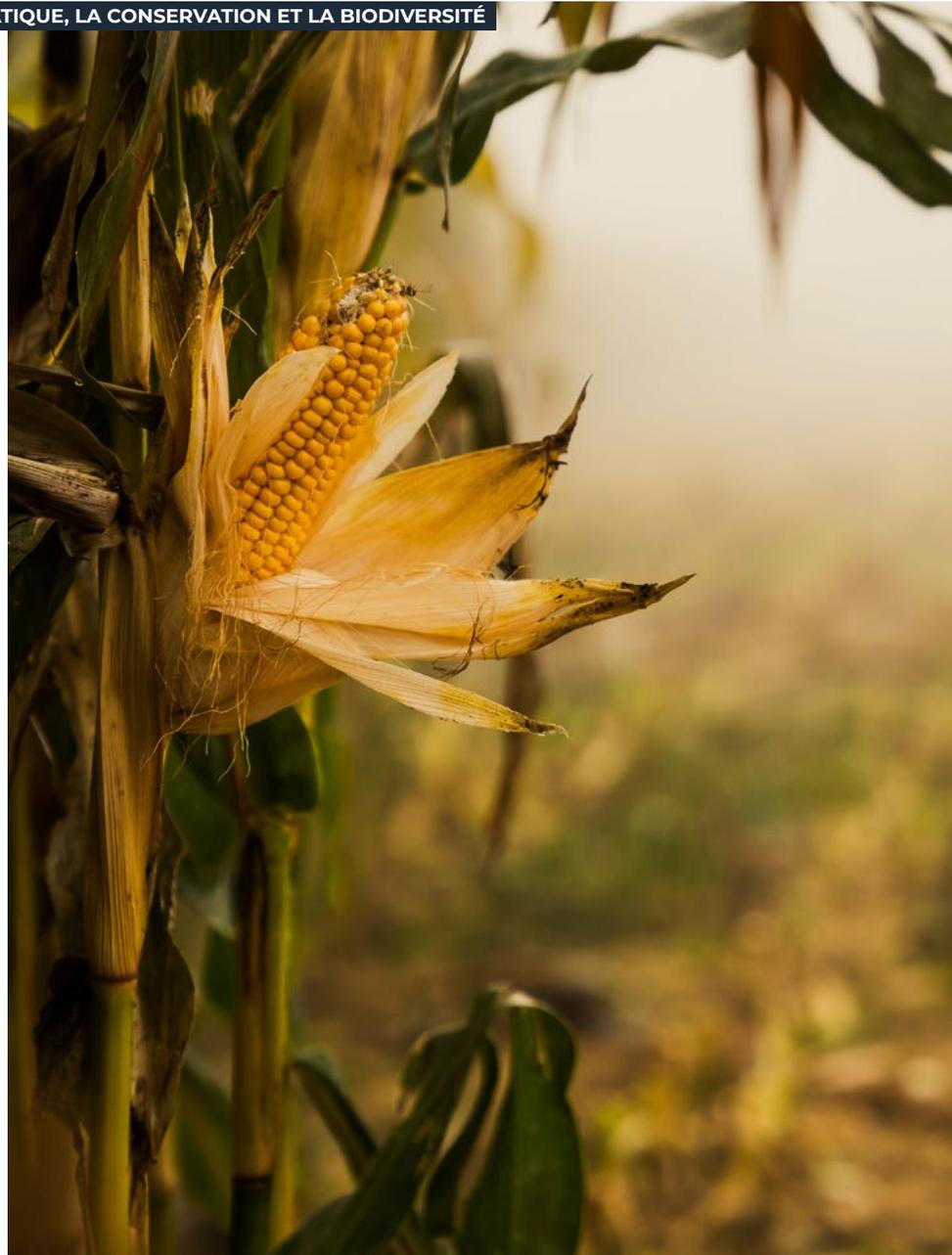
## Luttent contre l'insécurité alimentaire



**iskwêwak, femmes :**

Le corps de la femme est ahurissant. Alors que les hormones des hommes fonctionnent sur un cycle de 24 heures, le cycle hormonal des femmes s'étend sur un mois en entier, dans le cadre d'un processus complexe qu'on appelle le cycle menstruel. Cette composante de la vie des femmes n'est qu'une des nombreuses merveilles du monde naturel que le corps exécute harmonieusement, conjointement à la grossesse, à l'allaitement, à la ménopause, etc.

SUITE À LA PAGE SUIVANTE





Être femme, c'est une chose incroyable et admirable, et les complexités hormonales qui se déploient dans nos corps ne sont qu'un aspect de cette remarquable capacité de concevoir la vie. Cela étant dit, toutefois, il est extrêmement important pour les femmes de nourrir leur corps afin d'accommoder les différents changements hormonaux qui surviennent au cours de leur vie, car notre vitalité et nos besoins fluctuent au rythme des hormones.

En effet, des études suggèrent qu'en mangeant des aliments biologiques frais aux différentes étapes hormonales, les femmes peuvent éviter des symptômes et des maladies associées à la **menstruation**, à la **grossesse** et à la **ménopause**. Ces mêmes études soutiennent aussi qu'il est également important de limiter sa consommation d'aliments hautement transformés, de sucres ajoutés et de sel excédentaire, qui peuvent exacerber et accélérer les complications.

La bonne nouvelle, c'est que les femmes **peuvent** prendre le contrôle de leur expérience hormonale en s'appuyant simplement sur les aliments que nous mangeons. Malheureusement, cette agentivité est hors de portée pour de nombreuses femmes autochtones.

**JETEZ UN COUP D'ŒIL À VITALS BY DAYE**, qui a créé de merveilleuses illustrations détaillées représentant les différentes phases du cycle menstruel des femmes, dans le but d'expliquer de quels aliments et nutriments nous avons besoin à chaque étape, et pourquoi.



## L'insécurité alimentaire tout au long de la vie d'une femme autochtone :

Les femmes autochtones à l'échelle de l'île de la Tortue souffrent disproportionnellement de maladies liées au régime alimentaire, comme **l'anémie**, le **diabète**, le **syndrome des ovaires polykystiques**, les **maladies cardiovasculaires** et la **malnutrition**. Des **études** suggèrent qu'il y a une corrélation directe entre les taux de maladie chez les peuples autochtones et la diminution de la consommation d'aliments traditionnels. Par ailleurs, nous savons avec certitude que la **colonisation** a joué un rôle, par rapport aux circonstances marginales dans lesquelles se retrouvent aujourd'hui les peuples autochtones : entre les **déserts alimentaires** et les **cercles vicieux de la pauvreté**, de nombreux peuples autochtones n'ont pas un accès égal à la nourriture.



Si les estimations varient selon les différentes régions, le consensus veut qu'environ la moitié des peuples autochtones de l'île de la Tortue font face à **l'insécurité alimentaire**, avec des taux aussi élevés que **92 %** dans certaines collectivités.



### Pourcentage de ménages en situation d'insécurité alimentaire au Canada



**11.1 %** des Blancs



**28.2 %** des Autochtones hors réserves



**50.8 %** des Premières Nations sur réserves

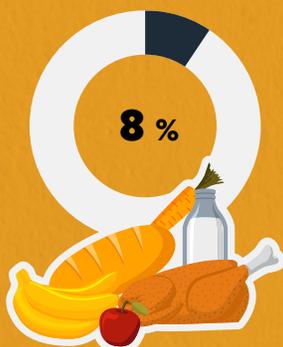
Sources : Statistique Canada, Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes, 2017-2018; Le Centre de gouvernance de l'information des Premières Nations, 2018

### Inuits du Nunavut

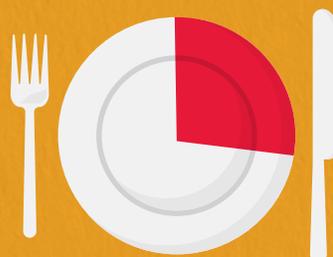


**70 %**

### Autres Canadiens

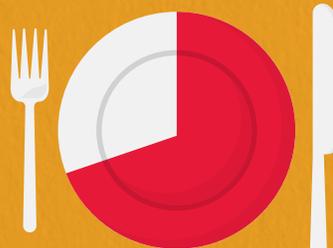


**8 %**



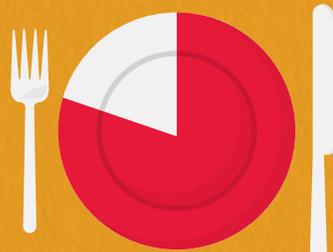
**28 %**

Insécurité alimentaire générale



**74 %**

Insécurité alimentaire chez les personnes qui perçoivent leur famille comme « pas du tout aisée » ou « pas très aisée »



**84 %**

Insécurité alimentaire chez les participants autochtones

Question de contextualiser, pour plusieurs collectivités autochtones, l'épicerie la plus proche nécessite un navettage important, qui peuvent prendre en moyenne **jusqu'à 50 minutes en voiture, tant pour l'aller que le retour**. Les seuls détaillants locaux de nourriture se limitent alors aux dépanneurs ou aux stations-service, qui offrent, réalistement, des aliments limités de piètre qualité. Ce dilemme devient encore plus difficile lorsque la nourriture devient financièrement hors de portée. Pensez aux circonstances des collectivités autochtones du Nord, où le coût de la nourriture est exceptionnellement plus élevé en raison du transport. Dans ces régions, la nourriture est habituellement vendue dans un seul commerce de gros local; la seule option est alors de payer les prix exorbitants des articles qu'on peut se permettre. Près de **70 % de la population inuite du Nunavut** se retrouve en situation d'insécurité alimentaire pour cette raison.



## Comparaison du coût des aliments entre le sud et le nord du Canada

### 100% PUR JUS D'ORANGE

\$3  
per Litre



\$10.95  
per Litre

### POMMES DE TERRE ROUGES

\$8.80  
per 10lb



\$22.49  
per 10lb

### CHOU

\$5.68  
each



\$28.54  
each

### GALETTES DE BOEUF

\$37.39  
per  
2.72kg



\$50.69  
per  
2.72kg

### FARINE TOUT USAGE

\$8-\$14  
per 10lb



\$22  
per 10lb

### LE BŒUF HACHÉ

\$13.05  
per kg



\$22  
per kg

### BANANES

\$1.83  
per kg



\$4.19  
per kg

### POULET CROUSTILLANT SURGELÉ

\$22  
per 2kg



\$64.99  
per 2kg

### NESTLE BOUTEILLES D'EAU

\$4.49  
per 24  
pack



\$104.99  
per 24  
pack

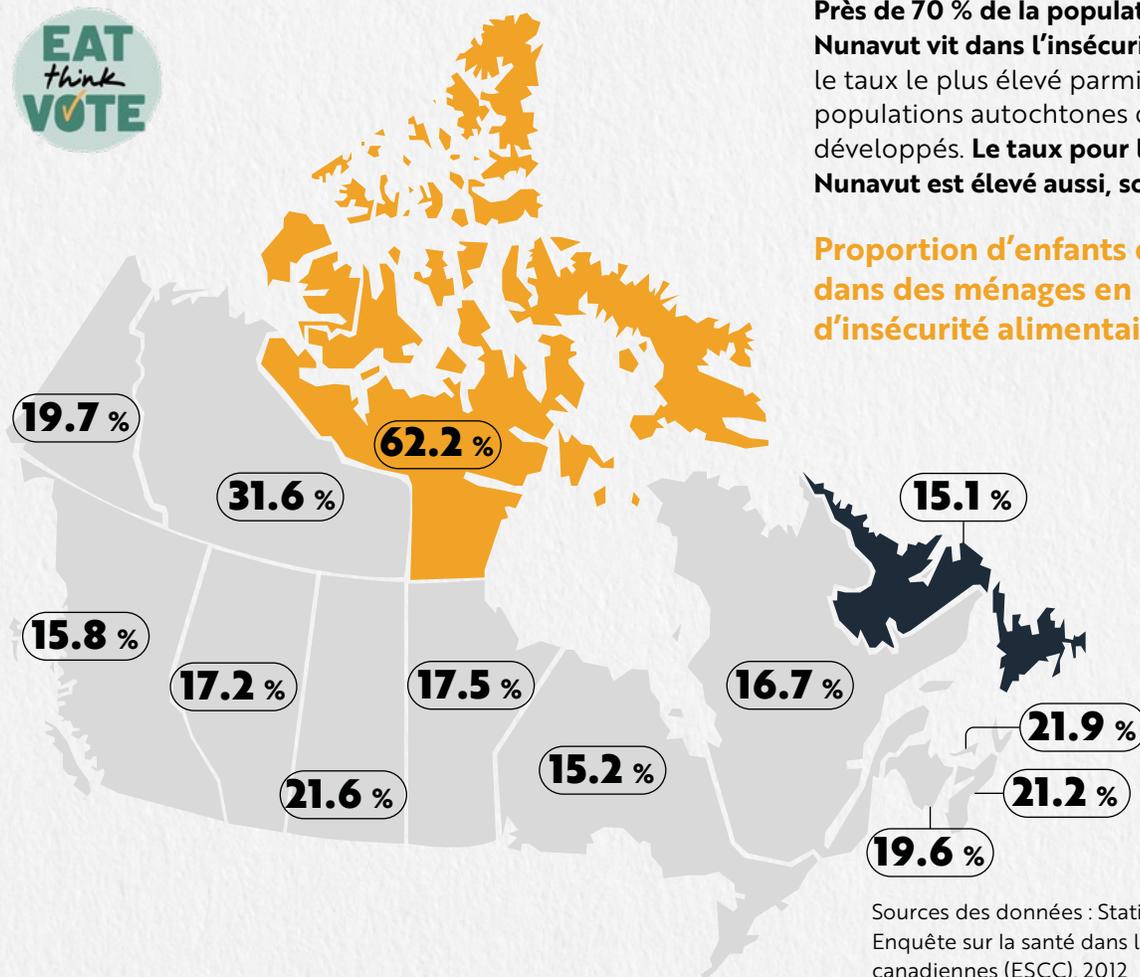
Les prix indiqués à gauche montrent le coût moyen de l'article dans le sud du Canada (données fondées sur Edmonton et Fort McMurry). Les prix indiqués à droite montrent le coût moyen de l'article dans le nord du Canada (données fondées sur le Nunavut et Fort Chipewyan).

Pour de nombreuses femmes autochtones, **l'alimentation** du corps est beaucoup plus compliquée que de simplement se rendre au magasin pour acheter n'importe quels aliments riches en nutriments dont elles ont besoin. Il pourrait en fait être plus approprié de parler de **subsistance**, car si les femmes autochtones font tout ce qu'elles peuvent pour se nourrir et nourrir leur famille, elles sont contraintes d'y parvenir dans le cadre de limites qui échappent à leur contrôle immédiat. Et avec l'intensification intimidante des changements climatiques, les sources de nourriture traditionnelle sont plus à risque que jamais, alors que nous sommes témoins de la disparition du saumon, des feux de forêt,

de la multiplication des proliférations d'algues, ainsi que l'inscription du caribou aux espèces menacées.

Le résultat : Plus que jamais, les corps des femmes autochtones payent le prix de l'insécurité alimentaire, avec une augmentation des **taux de maladie et d'infertilité**.





Près de 70 % de la population du Nunavut vit dans l'insécurité alimentaire, le taux le plus élevé parmi les populations autochtones dans les pays développés. Le taux pour les enfants du Nunavut est élevé aussi, soit à 62 %.

### Proportion d'enfants qui vivaient dans des ménages en situation d'insécurité alimentaire

Sources des données : Statistique Canada, Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes (ESCC), 2012

## Documentaire

Harvesting Hope: In Northern Manitoba Communities

► **VISIONNEZ** ce documentaire pour écouter ce que les collectivités autochtones ont à dire elles-mêmes sur leur expérience avec l'insécurité alimentaire et les mesures qu'elles prennent pour y remédier.





## L'insécurité alimentaire des Autochtones contrée par des solutions communautaires adaptées à la culture

Beaucoup de personnes ont fait valoir que les conditions particulières de l'insécurité alimentaire des Autochtones peuvent seulement être surmontées en s'appuyant sur l'autodétermination et la réalisation d'une souveraineté alimentaire, soit la capacité de choisir la nourriture à laquelle nous avons accès et de contrôler son propre régime. La meilleure façon d'y parvenir consiste à retourner à nos racines ancestrales : l'agriculture durable, la chasse, le piégeage, la pêche, le commerce et le partage s'appuyant sur une approche communautaire.

Le **programme Healthy Roots**, qui a été lancé par la collectivité Haudenosaunee des Six Nations pour promouvoir la consommation d'aliments traditionnels et pour aborder l'insécurité alimentaire, est un exemple exceptionnel d'une telle initiative. Le programme a été lancé par Adrienne Lickers Xavier et sa mère Kitty R. Lynn Lickers, qui ont réalisé ensemble une variété de projets en vue d'aider à nourrir leur collectivité. Elles étaient convaincues que l'argent n'est pas le seul moyen d'assurer sa sécurité ou sa souveraineté alimentaire, et qu'il serait plutôt possible de trouver des solutions novatrices au sein de leur collectivité à titre d'opération unifiée autodéterminée.

Adrienne Lickers Xavier, au milieu, avec sa mère Kitty R. Lynn Lickers à droite.



En 2011, elles ont lancé le projet **Our Sustenance**, qui consistait en un marché et un jardin fermier. Le projet s'est agrandi au fil des ans au point d'inclure une serre de 6000 pieds carrés, un jardin d'herbes, des cours de mise en conserve et de jardinage, une cuisine communautaire, un herboriste apothicaire, et **plus encore**. Le duo mère-fille a aussi fourni son aide à l'élaboration de ce qui suit :



Un bon programme de boîte d'aliments.



Un marché hebdomadaire où 10 dollars permettent d'acheter 10 articles (les articles étant toujours des aliments culturels)



Un programme de jardinage dans le cadre duquel les membres de la collectivité ont reçu tout ce dont ils ont besoin pour commencer leurs propres jardins dans la cour ou sur le patio, ainsi que pour la continuité annuelle de celles-ci.



Un partage de soupe. Une fois par semaine pendant 6 semaines, les personnes inscrites ont reçu un colis à leur porte comprenant l'ensemble des fournitures et des ingrédients nécessaires pour produire la soupe de la semaine.

La même nuit, les participants étaient invités à se connecter à un appel sur Zoom consistant en une sorte de rassemblement dans la cuisine d'une durée de 2 heures, où Kitty Lickers enseigne comment créer la soupe tout en impartissant des connaissances culturelles, permettant essentiellement de rapprocher la collectivité avec la nourriture et la culture.



## Séminaire vidéo

### La sécurité alimentaire du point de vue autochtone

► **VISIONNEZ** ici pour en apprendre davantage sur les projets d'Adrienne Lickers Xavier et sa mère Klitty R. Lynn Lickers, ainsi que d'autres initiatives dirigées par les Autochtones pour lutter contre l'insécurité alimentaire au sein de leurs collectivités.



Les pratiques agricoles communautaires sont une excellente façon de veiller à la sécurité alimentaire, pour les peuples autochtones, ainsi qu'un excellent acte de décolonisation qui vient nourrir nos collectivités, nos cultures et la terre. Les Six Nations incarnent le pouvoir que l'on peut trouver en s'appuyant sur nos méthodes autochtones pour améliorer la situation sur le plan des difficultés et de l'insécurité. En produisant de la nourriture au sein de la collectivité, on donne l'occasion de se connecter à la Terre mère et à nos ancêtres, on répond aux changements climatiques en augmentant la biodiversité et, bien entendu, on vient nourrir et guérir nos peuples afin de survivre pendant encore sept générations, et d'autres encore.

Ressource :

Communiquer avec le **Indigenous Food Systems Network** (ISFP), un organisme voué au soutien des collectivités en vue d'atteindre une sécurité alimentaire autonome.

