



Ressources sur la non-violence

Bulletin du Centre de ressources sur la non-violence

75, square Sir-Georges-Étienne-Cartier, bureau 108, Montréal, QC, H4C 3A1

514-504-5012 — crnv@nonviolence.ca — www.nonviolence.ca

Volume 16 > Numéro 1

Hiver 2026

Dénoncer et déjouer l'inflation alimentaire

> > > > > > *Par Ugo Lachapelle*

Pendant le temps des fêtes que nous venons de passer, il y a beaucoup d'interventions sur l'insécurité alimentaire. Il y a la guignolée; il y a les paniers de Noël; il y a une augmentation des dons aux organismes qui s'occupent de la population au prises avec des de l'insécurité alimentaire. Mais cette insécurité est constante et, au cours des dernières années, l'impression d'inabondance a augmenté en flèche. Plusieurs acteurs dans le milieu blâment la pandémie, mais celle-ci a le dos bien large pour vraiment être la cause de cette situation.

Lorsque l'on regarde les statistiques officielles chez Statistiques Canada¹, c'est une toute autre image qui se dégage. Ainsi, depuis 2008, l'écart entre l'indice des prix à la consommation général et sur la part des aliments est de l'ordre de 12 %, avec une augmentation brutale en 2022 qui fait que maintenant, c'est un écart de 24 % aujourd'hui. Ces écarts ont été causés par des épisodes inflationnistes, d'abord en 2008, puis en 2022, donc pas des moments liés à la pandémie, mais plutôt à des moments de dépression économique.

(L'autre période inflationniste au Canada, avec de l'inflation encore plus élevée, est entre 1970 et 1992, suite aux fameux chocs pétroliers. Cependant, la différence des augmentations en alimentation et générales étaient moindres, de l'ordre de 7 à 8 %).

Dénoncer

Ces augmentations des prix n'ont pas passé inaperçues; au contraire, elles ont mis à l'avant plan plusieurs problèmes dans le monde de la distribution alimentaire au Canada.

C'est ainsi qu'en 2023, une Ontarienne sur Reddit a dénoncé chez Loblaw, le conglomérat d'épicerie qui possède, entre autres, les bannières Maxi et Provigo, des aberrations de prix. De ce dévouement, un mouvement est apparu pour le boycott de toutes les bannières de Loblaw².

En plus de l'augmentation des prix, ce mouvement citoyen dénonce en plus les contrats de non-compétitions que certaines bannières ont forcés sur les locataires d'espace commerciaux, causant dans beaucoup de communautés des situations monopolistiques sur le détail alimentaire. Enfin, ils réclament plus de transparence de la part des grandes chaînes d'épicerie.

Avec ces dénonciations, l'industrie du commerce de détail alimentaire s'est dotée d'un code d'éthique en matière d'interaction entre les différents acteurs de l'industrie³. Ça ne s'attaque pas directement aux coûts, et reste à voir si ce code aura des effets concrets à long terme, mais c'est un pas.

Déjouer

Mais plus que dénoncer, plusieurs personnes et groupes s'organisent pour lutter contre cette inflation des prix. Des programmeurs ont déjà développé des applications pour orienter leurs utilisateurs potentiels vers des épicerie et autres distributeurs alimentaires indépendants et/ou locaux. Par exemple, AltGrocery⁴.

De plus, il y a plusieurs épicerie à rabais qui ont commencé à vendre les surplus de stock et des produits en liquidation, souvent avec des rabais pouvant atteindre jusqu'à 70 % comparativement aux prix dans les épicerie de chaînes⁵. Ainsi, par exemple dans la grande région de Montréal, il y a Liquidation Marie⁶ qui a développé un concept pour permettre la distribution de produits d'épicerie à des prix bas. On commence aussi à en trouver ailleurs en région.

En plus de ces épicerie, les gens s'organisent pour partager plus rapidement les bons rabais en épicerie, souvent à travers les réseaux sociaux.

Déconstruire

À terme, il va falloir bien comprendre la source de l'augmentation des coûts en épicerie; si les augmentations finissent par doubler l'indice des prix à la consommation trop souvent, l'abordabilité va non seulement devenir un enjeu, mais pourrait mettre à mal l'équilibre et la paix sociale. On doit s'activer à rebalancer l'équité sociale pour un bon milieu de vie, et donc déconstruire cette inflation alimentaire qui n'a pas lieu d'être exagérée comme elle l'est actuellement et que l'on pourrait même possiblement inverser avec des améliorations dans la production et, surtout, la distribution alimentaire.



1 Statistiques Canada. "Tendances Des Prix : 1914 à Aujourd'hui." *Statistics Canada: Canada's national statistical agency / Statistique Canada : Organisme statistique national du Canada*, June 24, 2025. <https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/71-607-x/2018016/cpilg-ipcgl-fra.htm>.

2 Lien vers le sous-Reddit du boycott de Loblaw (Loblaw a perdu les pédales): <https://www.reddit.com/r/loblawsisoutofcontrol/>

3 Bolduc, Michel. "Le Code d'épicerie Du Canada Entre En Vigueur Le 1er Janvier." *Radio-Canada.ca*, December 3, 2025. <https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/2211105/code-epiciers-canada-lancement-critiques>.

4 Team, AltGrocery. "Discover Local Food, Events & XP Rewards near You." *AltGrocery*. Accessed December 3, 2025. <https://www.altgrocery.ca/ca/en/map>.

5 Montambault, Marie-Claude. "Couper Votre Facture En Deux Grâce Aux Épicerie de Liquidation." *Radio-Canada.ca*, December 11, 2024. <https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/2125900/epicerie-liquidation-produits-rabais>.

6 Lien vers Liquidation Marie: <https://liquidationmarie.ca/>

NOUVELLES BRÈVES



Par Amélie Beaudet

Loi 2: Exemple de violence systémique

Le 24 octobre dernier, la CAQ déposait le projet de loi 2 sous bâillon. Depuis, syndicats, médecins et employés du système de santé sont montés dans les barricades. Démissions multiples, départs de la province, rassemblements et menaces de départ sont au rendez-vous.

La violence systémique est une forme de violence intégrée aux institutions économiques, politiques ou sociales, produisant des préjudices collectifs sans acte malicieux individuel identifiable. Plus simplement, c'est comment le système opère dans ses règles, ses normes et ses structures qui cause la violence et provoque les problèmes.

La loi 2 en est un exemple flagrant. En plus de l'adoption marteau via une procédure qui empêche une analyse approfondie par l'Assemblée nationale, elle contient des conséquences pour ceux qui, à l'intérieur du système, voudraient montrer leur opposition. De plus, le manque d'analyse avant son adoption semblerait possiblement avoir des conséquences sur l'accessibilité aux soins pour les citoyens.

Et pour les citoyens, nous, ce même système force les gens à tomber très bas dans un trou, au lieu de prévenir la chute. Au bout du compte, notre système de santé, qui est supposé être universel, sans discrimination et, surtout, préventif, ne sert que de pansement pour panser les gens tombées et, ce, à un coût qui aurait pu être beaucoup moindre si les interventions avaient eu lieu plus rapidement.

[Violence systémique – Concept | La Petite Sociothèque](#)

Le CSJR offre prochainement :

L'atelier Guérison des mémoires, du 27 février au 1er mars 2026 à Granby, pour toute personne désireuse de relire sa vie dans une perspective réparatrice. Participez à une fin de semaine pour avancer sur son chemin de guérison en groupe dans un cadre sécuritaire et bienveillant.

Inscriptions en cours :

<https://csjr.org/querisondesmemoires/>

La paix: Un choix collectif

Il y a un peu plus d'un an, on se souhaitait une année de paix. Or, l'année 2026 débute avec un triste record: 2025 est l'année avec le plus de guerre active dans le monde depuis la 2e guerre mondiale. Avec plus de 130 conflits armés un peu partout sur la planète, les régions les plus touchées sont le Moyen-Orient, l'Afrique de l'Est et l'Amérique latine.

N'oublions pas les points chauds où, à tout moment, de nouveaux conflits sont à risque d'éclater (mer de Chine). À Gaza, la trêve se poursuit, incertaine. Au Venezuela, les États-Unis ont capturé et fait prisonnier le président Nicolás Maduro. Plusieurs pays se font toujours menacer d'être envahi (Groenland, Canada, Mexique) par leurs voisins.

La manière de faire la guerre change aussi: guerres civiles qui perdurent, combats asymétriques, violences à caractère unilatéral, attaques terroristes ou guerres hybrides (cyberattaques, désinformations). C'est un défi de plus à gérer pour ceux qui tentent de faire la paix.

Face à ces enjeux et à ces dangers, beaucoup d'individus, de groupes, et d'organisations non gouvernementales se mobilisent et unissent leurs forces dans l'objectif de mettre en œuvre une paix durable. Nous devons user de créativité et d'ingéniosité pour trouver des solutions pérennes à des conflits de plus en plus polarisés.

[Plus de dix conflits à surveiller dans le monde en 2026 | Radio-Canada](#)

[Omondo.info! - Conflits mondiaux 2025: Une année inédite depuis 1946 entre guerres, violences civiles et tensions géopolitiques](#)

COMMENT LUTTER CONTRE LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE DANS LE SUD-OUEST?



Par Louise Laurent

En 2022, l'Arrondissement du Sud-Ouest se dote d'un Plan de Développement d'une Communauté Nourricière¹ (PDCN), un plan d'action en plusieurs étapes, visant à développer un système alimentaire local et à le valoriser.

Le PDCN se donne alors pour but principal de faciliter les interactions entre les acteurs et actrices du système alimentaire, dans un horizon de 5 ans, en articulant trois orientations phares: *la promotion de la culture d'autonomisation citoyenne, la facilitation du développement des infrastructures et des espaces alimentaires de production, de transformation, de distribution et de valorisation, la contribution à l'accès à une alimentation saine pour les populations vulnérables.*

C'est cette dernière orientation qui va attirer notre attention dans cet article, car elle comprend l'objectif suivant: encourager la contribution solidaire des commerces à la communauté nourricière.

COMMENT LUTTER CONTRE LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE DANS LE SUD-OUEST? (suite)



Cet objectif, promu par la Ville de Montréal², n'est pas nouveau et a fait l'objet de nombreuses discussions dans les dernières années, notamment depuis l'adoption de la loi Garot³ en France. Un article publié récemment par l'Institut de Recherche et d'Information Socio-Économique (IRIS) intitulé "Lutter contre le gaspillage alimentaire par le don des invendus: retombées et recommandations pour Montréal" (2025)⁴ montre que cette loi a joué un rôle de catalyseur dans l'adoption d'autres lois européennes visant à réglementer le don d'invendus vers les organismes communautaires. C'est sur cet article très riche que se base l'essentiel des informations qui vont suivre.

En effet, on y recense une étude publiée en 2022 par Recyc-Québec qui conclut qu'au Québec, 41 % de la nourriture est rejetée au long de la chaîne alimentaire, de la terre (ou mer) à la table. On évalue ensuite que 39 % des résidus alimentaires sont des aliments qui auraient dû être mangés ou donnés (ex.: à des banques alimentaires) plutôt que rejetés.

Les chiffres démontrent une réalité de gaspillage alimentaire criante dans la province, et pourtant, bien que plusieurs projets de lois aient été déposés dans la dernière année, aucun n'a trouvé écho au parlement fédéral ou provincial.

Ainsi, les pouvoirs publics agissent peu, mais les chiffres parlent et les citoyen·nes agissent: en 2021, une pétition signée par 15 000 personnes force la tenue d'une consultation publique à Montréal. La ville de Montréal mandate ensuite la Maison de l'Innovation Sociale qui émet à la suite de la consultation, plusieurs propositions de règlements, parmi lesquels l'obligation de tri pour maximiser le don, et la déclaration obligatoire des quantités d'aliments et des résidus alimentaires envoyés au compostage et à l'enfouissement.

Ces propositions de règlements s'appuient aussi sur une réalité documentée qui montre les limites de l'*approche volontaire*. Plusieurs écrits montrent en effet que sans réglementation efficace, on constate un écart significatif entre les discours de réduction adoptés par les compagnies et ce qui est mis en œuvre véritablement pour réduire le gaspillage alimentaire. Pourtant, les effets de cette réglementation à Montréal seraient majeurs. L'étude de l'IRIS indique en effet que, auprès de l'ensemble des établissements alimentaires à Montréal, il serait possible de récupérer de 649 à 1 636 tonnes d'aliments par année auprès des grands établissements, ce qui représente entre 1,2 million et 3 millions de repas.

Ce sont non seulement des quantités non négligeables en matière de lutte à la sécurité alimentaire, mais c'est aussi une bonne nouvelle pour l'environnement car lorsqu'un aliment comestible est jeté, ce sont toutes les ressources qui correspondent à son cycle de vie qui sont perdues. En outre, pour les commerces, le gaspillage alimentaire représente une perte de revenus, qui a pour effet de réduire les marges de profit, et c'est le consommateur qui en paie les frais avec une augmentation du prix d'achat des denrées.

Les retombées de l'adoption d'une telle réglementation sont sans aucun doute bénéfiques à toutes les parties prenantes à Montréal.

Aux dernières nouvelles, l'administration de la ville de Montréal est actuellement en train d'étudier cette possibilité. Une consultation destinée aux organismes qui reçoivent des dons alimentaires a été organisée par la Ville de Montréal en collaboration avec la Maison

“ 41 % de la nourriture est rejetée au long de la chaîne alimentaire (...) ensuite 39 % des résidus alimentaires sont des aliments qui auraient dû être mangés ”

de l'Innovation Sociale en mai dernier et portait sur deux projets de règlements municipaux, dont l'une prévoit l'obligation de dons pour les commerces alimentaires.

Toutefois, l'article de Guillaume Tremblay Boily montre bien que la réglementation seule est insuffisante pour soutenir les groupes concernés et qu'un accompagnement est nécessaire. Parmi les recommandations mises de l'avant, on trouve donc l'embauche d'un·e spécialiste en approvisionnement local communautaire pour chaque arrondissement, la création d'un fonds pour renforcer les capacités logistiques des organismes de récupération alimentaire ou encore le financement de l'achat d'un camion et l'embauche d'un·e chauffeur·euse.

Ceci nous permet de revenir au PDCN de l'Arrondissement du Sud-Ouest, qui finance deux projets, parmi lesquels l'Épicamion, un camion réfrigéré mutualisé porté par Épicentre Saint Henri qui vise à faciliter le transport des denrées pour les organismes communautaires.

Toutefois, malgré l'existence de ce projet novateur qui rencontre un franc succès dans le quartier, les défis demeurent. En effet, la récupération des denrées nécessite un circuit logistique bien huilé, mais aussi une instance de coordination proche du terrain et un dialogue ouvert en permanence entre les générateurs de résidus alimentaires, et les groupes qui en reçoivent.

En outre, plusieurs partenariats existent déjà entre des organismes communautaires qui agissent en sécurité alimentaire dans le quartier et des commerçants et grands groupes de distribution. Toutefois, ces partenariats existent selon la bonne volonté des propriétaires, et les organismes communautaires qui collaborent individuellement avec chacun d'entre eux n'ont que peu de marge de manœuvre pour faire évoluer la collaboration de telle sorte à ce qu'elle bénéficie à un système local équitable, solidaire et autonome.

Il sera important de suivre de très près l'adoption d'un tel règlement à Montréal et d'en évaluer la mise en œuvre dans le Sud-Ouest afin que cette réglementation essentielle dans la lutte contre le gaspillage alimentaire réponde aux besoins et aux aspirations de toutes les parties prenantes.

En ce sens, les tables de concertations réunies au sein de plus grandes instances pan-montréalaises et régionales peuvent jouer un rôle d'influence pour faire entendre les voix des groupes en alimentation dans les différents quartiers, au même titre que les Société de Développement Commercial (SDC) pour les petites et moyennes entreprises en restauration. On peut aussi attendre que l'Arrondissement du Sud-Ouest, engagé par les actions du PDCN, utilise son expertise et sa connaissance du milieu communautaire local pour être un acteur pivot majeur dans la mise en place de ce système alimentaire local et solidaire.

Vous souhaitez en savoir plus? Une liste de références est disponible sur notre site web.

VIE DU CENTRE >

Par Amélie Beaudet

Changements au CA

Lors de l'assemblée générale annuelle du 25 septembre 2025, plusieurs changements ont eu lieu dans le CA. Nous voulons remercier chaleureusement Shimbi-Kamba Katchelewa et Normand Beaudet pour leur dévouement de longue date dans les activités du CRNV. Normand était le dernier membre fondateur du CRNV. Nous leur souhaitons bonne continuation.

Ces retraits sont survenus à la suite de l'arrivée de 2 nouveaux membres. C'est avec plaisir que nous accueillons Atlantis Puisegur comme président et Ugo Lachapelle comme secrétaire au sein du conseil d'administration.

Depuis l'assemblée générale annuelle, Colin Perreault et Alexandre Vidal se sont aussi retirés du CA pour prendre soin d'eux et de leur famille. Merci pour tout le temps et l'énergie que vous avez donnés au CRNV.

Direction

C'est avec un grand plaisir que nous accueillons Yasmina Azi comme nouvelle directrice. Yasmina Azi est nouvellement arrivée à la direction générale du Centre de ressources sur la non-violence. Gestionnaire en milieu communautaire et doctorante en droit international public, Yasmina se spécialise dans le droit à la paix et les droits sociaux, économiques et culturels.

Résilience C

C'est un redémarrage officiel pour le projet Résilience C! Malgré une première année mouvementée et deux restructurations, le projet est maintenant revenu sur les rails en force. Durant le mois de janvier, nous contacterons plusieurs organismes de St-Henri (Montréal) afin d'évaluer leur niveau de robustesse et de résilience lors d'événements climatiques extrêmes.

Bulletin en anglais

Depuis le dernier numéro, automne 2025, il est possible d'obtenir une version anglaise du bulletin par courriel ainsi que sur le site internet. Si vous désirez ou préférez le recevoir dans cette langue, veuillez communiquer avec bulletin@nonviolence.ca.

Outils de paix

Nous avons participé au Lac à l'épaule d'outils de paix le 22 octobre dernier. Cet événement a permis de faire un portrait des forces, faiblesses, menaces et opportunités de l'organisme. Notre présence a permis de rencontrer des partenaires potentiels dans des activités communes.

Un bâtiment pour le communautaire

Au cours des dernières années, d'importants efforts ont été déployés afin qu'un organisme communautaire puisse acquérir le bâtiment. Malgré la recherche de bailleurs de fonds et des démarches auprès de plusieurs organismes, le manque de ressources financières n'a pas permis de concrétiser l'achat. Le bâtiment est maintenant mis en vente sur le marché privé.

Ce dénouement soulève des inquiétudes quant aux possibilités futures pour le milieu communautaire du Sud-Ouest d'accéder à des espaces adaptés et durables hors du marché privé.

Nous lançons donc un appel aux bailleurs de fonds, institutions et partenaires susceptibles d'offrir un soutien financier, stratégique ou immobilier afin d'accompagner un organisme communautaire dans l'achat du bâtiment.

Permettre l'acquisition de ce bâtiment par le communautaire, c'est investir dans le développement social et la réponse aux besoins croissants du Sud-Ouest.

Petit rappel

En visitant nos pages web, vous pouvez faire un don mensuel. Il suffit de cliquer sur le logo Canadon.

FAITES UN DON
alimenté par
canadon.org

English newsletter

You may now obtain an English version of the newsletter through our website or by E-mail. If you would like to receive it in English, please communicate with bulletin@nonviolence.ca.

Le Centre de ressources sur la non-violence est un centre d'action, de formation et d'information pour la promotion de la non-violence. Celle-ci est une façon de vivre et de lutter dont la force et l'efficacité sont illustrés par les différents champs d'action du Centre.

Ont collaboré à ce numéro: Yasmina Azi, Amélie Beaudet, Michaël Daoust, Ugo Lachapelle et Louise Laurent.

La reproduction totale ou partielle des informations et articles contenus dans ce bulletin est fortement encouragée... si la source est bien indiquée.