

L'impact de notre assiette: exigeons mieux

suite
au verso



Et si adopter une alimentation durable (locale, bas carbone, de saison, dans le respect des travailleur.euses la produisant)¹ n'était pas qu'une affaire de choix personnels... mais un **enjeu de souveraineté alimentaire, de justice sociale et de transformation collective** ?

Système alimentaire, faits saillants

Dans l'arrondissement, les **besoins alimentaires** explosent :

- En 2024, Moisson Montréal a comptabilisé **22 474 personnes** ayant bénéficié de dépannages alimentaires dans l'ensemble de l'arrondissement d'Ahuntsic-Cartierville².
- Cette augmentation s'explique en partie par l'inflation, qui fait flamber les prix des logements et de l'alimentation.

Malgré une production suffisante de denrées alimentaires, près d'un million de demandes d'aide alimentaire sont comptées chaque mois à Montréal, en 2024³.

Alors pourquoi des centaines de personnes ont faim ou peinent à se nourrir sainement ? Parce que notre système alimentaire maintient une dépendance aux **produits importés**, à la **logique de profit tout en renforçant les inégalités sociales, sans respecter la biodiversité ni ses limites**.

- La **souveraineté alimentaire**, c'est le droit des communautés à décider de leur alimentation : ce qu'elles produisent, consomment, échangent, dans le respect de l'environnement, de la culture et des besoins locaux.
- Ce **droit est aujourd'hui inaccessible pour une large partie de la population** (*personnes précaires, isolées ou nouvellement arrivées...*).



Quelques initiatives locales autour de l'alimentation:

[FEEDback Ahuntsic-Cartierville](#)

[Marché Ahuntsic-Cartierville \(MAC\)](#)

[SNAC](#)

[Ferme de rue](#)

[Popote roulante d'Ahuntsic](#)

[L'œuvre des Samaritains](#)

[Collectif d'achats de Youville](#)

[La Maison du Monde](#)

[La Corbeille](#)

Les jardins de Ville en vert et son programme Cultures solidaires : [Ville en vert](#)

Quelques pistes de leviers collectifs ...

- **S'informer et renforcer l'information sur les impacts cachés** des aliments exotiques ou transformés en épicerie et dans les lieux publics de restauration (origine, conditions de production, droits humains, déforestation...)⁴.
- Participer aux **projets d'agriculture urbaine et jardins collectifs** portés par des organismes locaux pour renforcer les circuits courts et la biodiversité urbaine⁵.

- **Soutenir les initiatives communautaires et les politiques publiques** garantissant le droit à une alimentation saine et digne.
- **Subventionner les aliments locaux et peu transformés** pour les rendre plus abordables que les produits transformés ou importés⁶.
- **Taxer ou réglementer les produits à fort impact climatique** (viande rouge, emballages à usage unique) comme on l'a déjà fait avec le tabac!
- **Développer des circuits courts en milieux urbains** (marchés de quartier, frigos partagés, épiceries communautaires ou solidaires, fermes urbaines...) dans les déserts alimentaires⁷.
- **Réduire le gaspillage alimentaire** à toutes les étapes : production, distribution, consommation⁸.
- Soutenir la **conversion des serres** vers la production alimentaire⁹.



Le vrai prix de cet avocat biologique

Sonia, David et Karim parlent d'un BBQ annulé à cause d'une vague de chaleur. Le sujet dévie sur : qu'est-ce qu'on mange ? À quel prix ? Et quel coût pour la planète ? Ensemble, ils et elle se demandent si les options disponibles n'amplifient pas la crise climatique. Avoir une alimentation «durable» dépend des options disponibles et accessibles, à proximité.

David : Je m'étais jamais dit que mon lunch pouvait générer autant d'émissions de GES... mais entre les plats préparés, la viande rouge, les produits venus de loin... ça chiffre vite ! Un steak de 300 grammes peut nécessiter jusqu'à 4 500 litres d'eau ! Entre l'eau utilisée pour faire pousser de quoi nourrir un bœuf, son entretien et ce qu'il boit... Et la plupart des serres ici servent à faire pousser des fleurs et du weed. Pas à nourrir le monde ! ?

Karim : Un simple lunch peut coûter des tonnes de CO2 ! Quand je consomme une guacamole, mon avocat vient du Mexique, mes tomates d'Espagne, puis y'a le transport derrière tout ça.... Même bio, mes mangues viennent du Pérou. C'est juste la peau de ma mangue qui est verte finalement.

David : Ouais, ça va plus loin que juste le choix entre une alimentation végétarienne ou non. Ce qui compte, c'est pas juste ce que tu manges, c'est quelles autres options on nous propose à la place du suremballage et des grandes chaînes d'approvisionnement. Moi à la belle saison je fais mon épicerie au marché public de Sauvé : c'est pas toujours bio ni local, mais c'est ce que je peux me permettre. Et ça ne vient pas de l'autre bout du monde en avion. Les tomates viennent parfois du jardin Au courant juste l'autre côté de la rue Sauvé L'origine des produits, les méthodes de culture, tout ça, ça pèse lourd.

Sonia : Je pensais que j'avais fait un bon choix avec mon steak végé... jusqu'à ce que je lise qu'il est fait avec du soya importé du Brésil. J'essaie de faire mieux, mais j'ai pas le temps d'aller au marché ou de cuisiner toutes les semaines.

↑ **Parce que l'action individuelle ne suffira pas, ces constats appellent des réponses à l'échelle des politiques publiques, de l'aménagement urbain et du commerce de détail.**

Le saviez-vous ?

L'alimentation représente entre 20 et 30 % de l'empreinte carbone individuelle au Québec¹⁰. Les principaux postes d'émissions alimentaires sont :

- **La viande rouge**, particulièrement le bœuf et l'agneau, car ce sont des ruminants et que leur élevage nécessite plus de terres agricoles dédiées à leur alimentation ainsi que des milliers de litres d'eau à chaque kg de viande produit¹¹.
- Les **produits ultra-transformés et importés**, souvent accessibles mais à fort impact environnemental (ex : fraises en hiver...).
- **Le transport, les emballages et la production intensive**, toutes les émissions liées aux transports, à la production de plastique, à un système agro-industriel intensif et fortement dépendant des énergies fossiles. Bref, tout un système agro-industriel dépendant des énergies fossiles !

Mais l'impact n'est pas qu'environnemental, il est aussi économique, social et territorial. Une alimentation «durable» ce n'est pas juste ce qu'on mange : c'est aussi **ce qui est abordable, disponible, visible et adapté au territoire.**

- Dans Ahuntsic-Cartierville, l'accès à une alimentation durable reste inégal : l'offre alimentaire est limitée à de grandes chaînes, les marchés publics sont saisonniers et plusieurs quartiers sont qualifiés de «**déserts alimentaires**».

S'il est important réfléchir à notre consommation individuelle, ce n'est pas juste à chacun·e des faire des choix responsables dans un système qui les restreint. C'est ensemble que nous devons revendiquer une alimentation digne, locale, durable, accessible à tous·tes et adaptée au territoire.

Références

1. Équiterre. 2021. «[Qu'est-ce que l'alimentation durable](#)»
2. Moisson Montréal, 2024.
3. Moisson Montréal. 2024. «[Bilan-Faim](#)»
4. Équiterre. 2021 «[Qu'est-ce que l'alimentation durable](#)»
5. Ville de Montréal. 2025. «[Agriculture urbaine à Ahuntsic-Cartierville](#)»
6. Équiterre. 2021. «[La tendance pour l'achat local profite à des aliments nuisibles à la santé](#)»
7. Vivre en Ville. 2022. «[Nourrir tous les milieux. Trousse d'accompagnement pour la réalisation d'un portrait-diagnostic de l'accès à une saine alimentation](#)»
8. INSPQ. 2025.
9. ACEF du Nord. 2024. Mémoire présenté à la Commission de l'agriculture, des pêcheries, de l'énergie et des ressources naturelles. «[Loi assurant la gouvernance responsable des ressources énergétiques et modifiant diverses dispositions législatives : une occasion manquée vers plus de justice sociale](#)»
10. Geoffrey Dirat. 2020. Le Devoir. «[L'assiette des Québécois passée au crible climatique](#)» ; Laure Patouillard, Titouan Greffe, Estelle Louineau, Elliot Muller et Cécile Bulle. CIRAIQ. «[Life Cycle Inventory Database for Consumption in Québec - Food Consumption](#)»
11. Éric Robitaille. 2025. INSPQ. «[Étude de la portée : les liens entre les systèmes alimentaires, l'alimentation et les changements climatiques](#)»