

Portrait territorial de l'offre alimentaire

MRC de L'Islet



Ce document a été réalisé par la
**Corporation de développement communautaire
(CDC) ICI Montmagny-L'Islet**

Recherche et rédaction :
Jeanne Pelletier et Maëva Beaulieu

Sous la direction de :
Claire Jacquelin et Guy Drouin, codirection
CDC ICI Montmagny-L'Islet

Design graphique :
Marie-Josée Kidd

Novembre 2025



Table des matières

| | |
|---|----|
| L'origine du projet | 4 |
| Les mandataires du projet | 4 |
| Définitions | 4 |
| La sécurité alimentaire | 4 |
| Autonomie alimentaire | 5 |
| Désert alimentaire | 5 |
| Secteur à faible accès aux aliments de haute valeur nutritive ... | 5 |
| Marais alimentaires | 5 |
| Le projet | |
| L'objectif | 6 |
| La méthodologie | 6 |
| Les aliments traceurs | 7 |
| La notion d'accessibilité | 8 |
| Initiatives locales | 8 |
| Types de commerces | 11 |
| La liste des commerces visités | 12 |
| Les résultats | |
| Cueillette de données | 13 |
| L'accueil des commerçants | 13 |
| La fraîcheur | 13 |
| Présence des aliments traceurs | 14 |
| Carte du territoire et localisation des commerces | 15 |
| Le prix | 16 |
| Faits marquants et observations | 17 |
| Conclusion | 18 |
| Acronymes | 18 |
| Annexe 1 – Lettre de présentation du projet aux commerces. . | 19 |
| Annexe 2 – Collecte de données | 20 |
| Annexe 3 – Visages des commerçants | 21 |

L'origine du projet

Initialement, les agentes communautaires de la CDC ICI Montmagny-L'Islet avaient été mandatées afin de dresser un portrait de l'offre alimentaire sur les territoires, dans le cadre du Plan de développement de la zone agricole (PDZA) des MRC de L'Islet et Montmagny. Il est à noter que le document de 2018 avait été réalisé en s'inspirant du modèle développé par le Centre-Femmes de Lotbinière.

Ce projet ayant été fait en 2018, plusieurs variables ont changé depuis, telles que les commerces alimentaires ouverts ainsi que le prix des aliments. Pour cette raison, le document a été mis à jour en 2025 par une nouvelle équipe de la CDC ICI Montmagny-L'Islet.

Le mandataire du projet

La CDC ICI Montmagny-L'Islet a pour mission de :

- promouvoir l'émergence d'une vision commune par rapport au développement social et local du territoire,
- identifier et créer des occasions d'échanges, de formations et de partage d'informations entre les organismes afin de faciliter l'arrimage et la cohésion des interventions et de susciter des partenariats entre les secteurs d'activité,
- assurer le suivi dans le développement des projets locaux et valoriser les initiatives contribuant à l'amélioration de la qualité de vie au sein de la communauté,
- contribuer à la lutte à la pauvreté et à l'exclusion sociale,
- porter ses recommandations aux instances appropriées quant aux mesures qui favoriseraient le développement social, et la rétention des populations, jeunes et aînées,
- travailler au développement d'un sentiment d'appartenance et de fierté locale et soutien le logement social et à l'habitation en contribuant à favoriser le transport et l'accès aux services de toutes sortes.

Elle offre maintenant plusieurs services directs tels que :

- l'accompagnement des initiatives citoyennes ayant une vocation communautaire comme l'évènement « Troc tes fringues », l'accompagnement de friperies, l'organisation de repas communautaires, etc.
- le développement du programme de covoiturage CO-V : plate-forme régionale de covoiturage,
- le soutien à la création d'organismes comme Soupe au Bouton (organisme voué à la sécurité alimentaire), Café culturel Tempête, etc.

Définitions

La sécurité alimentaire

Tel que présenté dans le Portrait de l'offre alimentaire dans la MRC de Lotbinière¹, le concept de sécurité alimentaire² signifie que :

- Chacun peut se procurer, en tout temps, une quantité suffisante d'aliments sains et nutritifs pour mener une vie saine et active, et pour assurer à ses enfants une croissance et un développement adéquats ;
- L'accès physique et économique (pouvoir d'achat) à des aliments à un coût raisonnable est garanti ;
- L'accès à une information simple, fiable et objective qui permet de faire des choix alimentaires éclairés et assurés ;
- Les aliments accessibles sont acceptables sur les plans personnel et culturel ;
- Les aliments sont obtenus par des moyens socialement acceptables et respectueux de la dignité humaine ;

¹ Centre-Femmes de Lotbinière (2016). *Portrait de l'offre alimentaire dans la MRC de Lotbinière*. version en fichier PDF. Repéré à http://www.cflotbiniere.qc.ca/Documents_2016/Rapport_offre_alimentaire_version_5decembre2016_final.pdf le 7 octobre 2018

² Définition issue de la direction régionale de santé publique région de la Capitale Nationale, consulté le 18 août 2025, www.vivresansfaim.com

- Les aliments sont produits, distribués et consommés d'une manière qui s'inscrit dans un système agroalimentaire durable ;
- La production, la distribution et la consommation des aliments reposent sur des valeurs sociales justes et équitables.

Autonomie alimentaire

Dans le respect des êtres humains, de la nature, de tous les êtres vivants et de l'environnement, l'autonomie alimentaire suppose une prise en charge individuelle et collective visant l'accessibilité à une nourriture de qualité et à un meilleur contrôle du système alimentaire, qui ne peut se faire sans une démarche d'éducation populaire.

L'autonomie alimentaire³ est un processus de prise de pouvoir permettant, à toutes et à tous, l'exercice du droit à l'alimentation.

L'autonomie alimentaire repose sur quatre piliers : l'accessibilité alimentaire, le pouvoir de choisir, le respect et l'action collective.

L'accessibilité à la nourriture

- Accès à une quantité suffisante de nourriture saine.
- Lieux d'approvisionnement diversifiés et avoisinants.
- Prix raisonnables et équitables.
- Pouvoir d'achat suffisant pour faire des choix alimentaires convenables en toute dignité.

Le pouvoir de choisir

- Prendre part aux décisions qui concernent notre communauté.
- Être collectivement outillé et informé sur les enjeux alimentaires.

Une question de respect

- Des êtres humains.
- De la nature et de tous les êtres vivants.
- De l'environnement.

Des actions à poser

- Se prendre en charge individuellement et collectivement.
- Réclamer le droit à l'alimentation pour toutes et tous.
- Revendiquer des lois et politiques.
- S'impliquer dans les mouvements collectifs, solidaires et locaux.

Désert alimentaire

Secteur économiquement défavorisé et caractérisé par un faible accès à des commerces offrant des aliments de haute valeur nutritive.⁴

Secteur à faible accès aux aliments de haute valeur nutritive

Secteur où la distance moyenne séparant les lieux de résidence et le plus proche commerce offrant des aliments de haute valeur nutritive est d'un kilomètre ou plus en milieu urbain ; de seize kilomètres ou plus en milieu rural.

Marais alimentaires

Le concept de marais alimentaires⁵ désigne des environnements alimentaires où l'accès à des aliments de haute densité calorique faibles en nutriments est tellement prééminent qu'il « noie » l'accès à des aliments sains.

Interventions visant à modifier l'accessibilité géographique à des commerces d'alimentation et impacts sur l'alimentation et le poids corporel.

³ L'autonomie alimentaire
<https://collectifalimentterre.org/securite-et-autonomie-alimentaire/definition> consulté le 18 août 2025

⁴ Identification des déserts alimentaires | Institut national de santé publique du Québec
<https://www.inspq.qc.ca/boite-a-outils-cooperative-alimentaire/identification-deserts> consulté le 18 août 2025

⁵ Marais alimentaires
https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/publications/2591_intervention_accessibilite_commerces_alimentation_impact.pdf consulté le 18 août 2025

Le projet

Les agentes communautaires de la CDC ICI Montmagny-L'Islet ont visité chaque commerce d'alimentation de la MRC de L'Islet pour vérifier la présence et mesurer la fraîcheur, la quantité et le prix de treize aliments traceurs. Ces aliments sont représentatifs d'une alimentation saine, nutritive et équilibrée, permettant d'assurer une sécurité alimentaire pour tous. Dans l'objectif d'inclure aussi les personnes présentant des intolérances alimentaires, le lait sans lactose et le pain sans gluten ont aussi été évalués selon les mêmes critères. D'autres indicateurs tels que l'accessibilité des commerces, le service de livraison et la présence d'aliments locaux ont également été qualifiés lors de la collecte de données.

L'objectif

L'Équipe, par la réalisation de cette étude, désire présenter l'état de la situation en 2025 concernant l'offre alimentaire du territoire de la MRC de L'Islet en plus de le comparer avec celui de 2018. Cela permettra de soutenir les acteurs et les organisations du milieu à faire leur propre réflexion sur le sujet, selon leur champ de compétence respectif.

La méthodologie

L'étude menée par la CDC ICI Montmagny-L'Islet avait pour but de répertorier l'offre alimentaire des MRC de L'Islet et Montmagny en :

- Visitant les supermarchés, épiceries, dépanneurs, dépanneurs-essence et autres commerces de la région ;
- Dressant l'inventaire des aliments traceurs de façon quantitative et qualitative ;
- Documentant et comparant les prix réguliers des aliments traceurs ;
- Vérifiant l'accessibilité physique des commerces ainsi que les services de livraison ;
- Vérifiant la présence d'aliments locaux dans les commerces ;
- La présence de services de livraison, et de comprendre et identifier les facilitateurs et enjeux des commerçants.

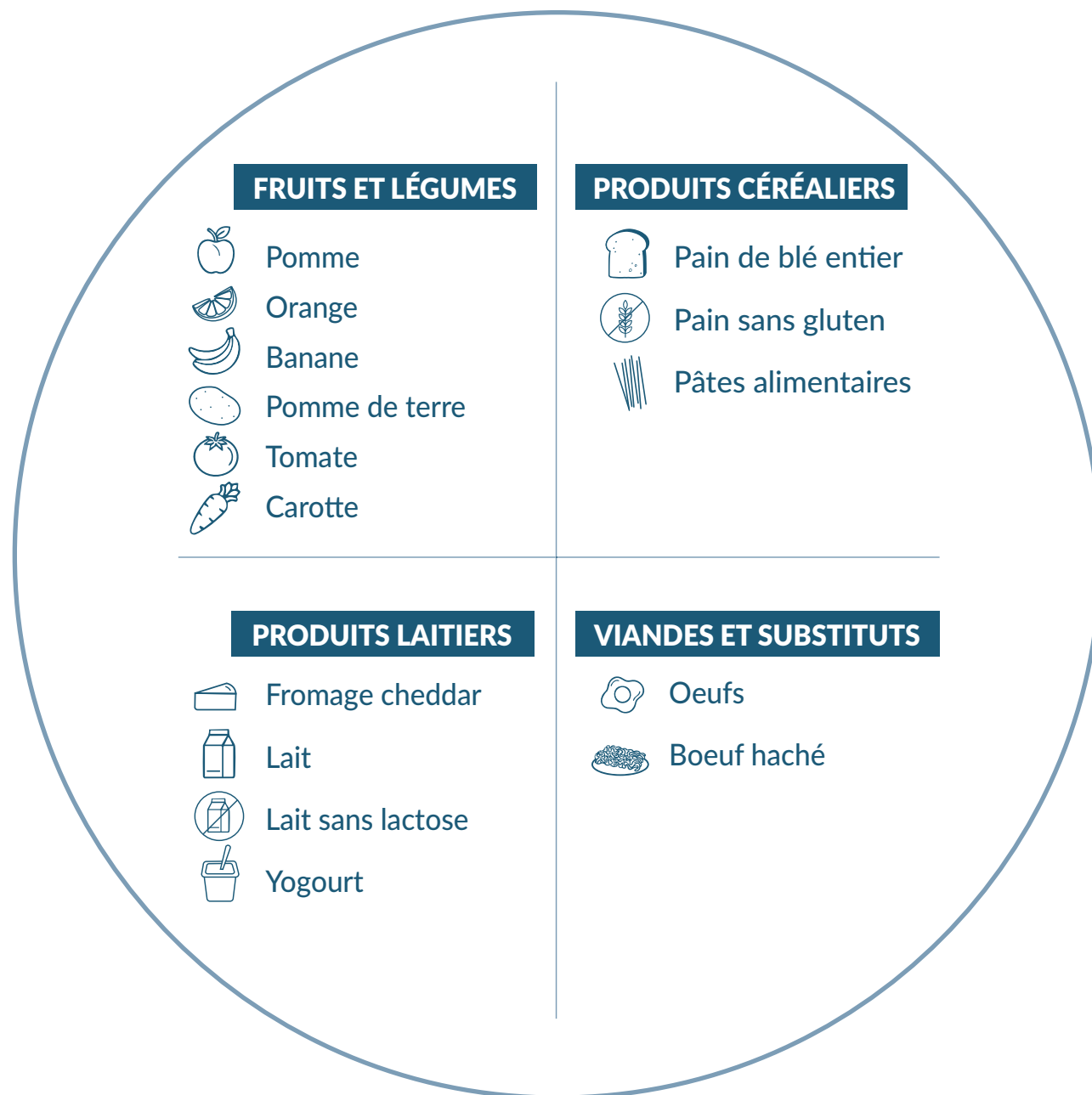
Les agentes se sont présentées sans avis préalable dans les commerces de la région. La lettre de présentation du projet a alors été remise et elles ont procédé à l'étude. Les données, colligées dans le formulaire de cueillette de données, ont par la suite été analysées par les intervenants et présentées dans ce document. Vous trouverez la lettre de présentation ainsi que le formulaire de collecte de données en annexe du présent document.

L'étude s'est déroulée dans la période estivale de l'année 2025.



Les aliments traceurs

Le comité du projet de l'offre alimentaire a fait le choix de conserver les 13 aliments traceurs utilisés dans le *Portrait de l'offre alimentaire* fait en 2018, car ces aliments étaient représentatifs d'une alimentation saine et équilibrée. À ces aliments, le lait sans lactose et le pain sans gluten ont été ajoutés, puisque plusieurs personnes avaient souligné la différence de prix entre ces aliments et leur version régulière dans le cas d'intolérance ou d'allergies alimentaires.



La notion d'accessibilité

Bien qu'il y ait une très grande diversité de revenus dans la MRC de L'Islet⁶, un plus grand pourcentage d'individus et de ménages vivent avec des revenus inférieurs à la moyenne de la région de Chaudière-Appalaches. Il n'y a présentement aucun secteur à faible accès aux aliments de haute valeur nutritive dans la MRC de L'Islet selon l'INSPQ⁷, mais certains défis persistent. Cependant, quelques zones de déserts alimentaires sont présentes.

En effet, certaines habitations plus éloignées se retrouvent à plus de 16 km d'une épicerie. Une personne ne possédant pas de véhicule motorisé pour se déplacer doit alors avoir recours au transport collectif si elle désire se rendre à l'épicerie.

L'utilisation de ce moyen de transport dans un milieu rural demande une bonne planification, en plus d'être peu adaptée aux épiceries. En effet, il est interdit de prendre le transport collectif avec une trop grande quantité de sacs. S'il est impossible de faire du covoiturage, la seule option envisageable reste la livraison.

Accessibilité physique

L'accès physique (présence de portes automatiques et de rampes d'accès) a été répertorié, tout comme les services de livraison des commerces.

Au niveau de l'accessibilité physique, la majorité des commerces possèdent une porte au niveau du sol ou une rampe qui permet d'y accéder, mais très peu de commerces présentent des portes automatiques. Il est aussi possible de remarquer qu'un effort a été fait par plusieurs commerces pour rendre les lieux de plus en plus accessibles.

| ACCESSIBILITÉ | NOMBRES DE COMMERCES |
|--|----------------------|
| Commerce avec une marche ou plus | 8 |
| Commerce sans porte automatique | 26 |
| Commerce avec aucune marche et porte automatique | 4 |
| Nombre total de commerces visités | 30 |

Le portrait ne s'est pas penché sur l'accessibilité pour les personnes présentant d'autres types de vulnérabilités, comme les personnes non voyantes, par exemple.

Livraisons

La densité de la population de la MRC de L'Islet est relativement faible et le territoire est vaste, ce qui fait du transport un enjeu. En effet, la densité est de 8,4 habitants au m² et le territoire couvre 2 097,09 km². Une des façons d'aider la population est donc d'offrir un service de livraison.

Lors des visites des commerces, les agentes ont pu faire le constat que l'ensemble des municipalités est couvert par un service de livraison, généralement pour un coût supplémentaire. De plus, plusieurs commerces offrent ce service de manière non officielle pour les personnes dans le besoin qui le demandent. La plupart des petits commerces prennent les commandes par téléphone et certaines grandes bannières l'offrent aussi via un site internet ou une application.

Initiatives locales

Dans la MRC de L'Islet, il importe de nommer les différentes initiatives permettant d'avoir accès à des aliments locaux. En effet, plusieurs boutiques spécialisées (Boulangerie, boucheries, fromageries, producteurs de sirop d'érable, de miel et de produits dérivés, etc.) et quelques marchés permettent de rapprocher le client du producteur. Notons entre autres le marché virtuel La Chèvre et le Chou.

⁶ Tableau de profil, Profil du recensement, Recensement de la population de 2021 - L'Islet, Municipalité régionale de comté (MRC) [Division de recensement], Québec
Repéré à <https://www12.statcan.gc.ca/census-recensement/2021/dp-pd/prof/details/page.cfm?Lang=F&DGUIDlist=2021A00032417&GENDERlist=1,2,3&STATISTIClist=1&HEADERlist=0> le 18 août 2025

⁷ INSPQ, Géoportail de santé publique du Québec, consulté le 18 août 2025, <https://cartes.inspq.qc.ca/géoportail>

Producteurs locaux

Une liste non exhaustive des producteurs locaux, dont certains saisonniers, a été faite. Ces producteurs offrent des produits frais et préparés, la plupart du temps, sur place. En voici plusieurs :

- Bleuetière Nord du Bras, L'Islet
- Cédrière Bernier, Saint-Damase-de-L'Islet
- Chèvrerie des belles amours, L'Islet
- Ferme Agroforestière JV - Jules Vaillancourt, Saint-Omer
- Ferme des Hautes-Terres de L'Islet-Sud, Saint-Pamphile
- Ferme des Pensées sauvages, Saint-Jean-Port-Joli
- Ferme Diane Pelletier, Saint-Pamphile
- Ferme la petite Marie, Saint-Aubert
- Ferme Paysanne, L'Islet
- Ferme Pré Rieur, Saint-Jean-Port-Joli
- Fruits et légumes Cendrée, L'Islet
- Fruits et légumes RG, L'Islet
- Fruits et légumes Saint-Pierre, Saint-Jean-Port-Joli
- Ghislain Deschênes, Producteur de pommes de terre, Saint-Aubert
- Jardins Herencia, Sainte-Louise
- Jardins maraichers DM, Saint-Cyrille-de-Lessard
- La Corporation touristique de la Seigneurie des Aulnaies, Saint-Roch-des-Aulnaies
- La Cueillette, Saint-Pamphile
- Les Bisons Chouinard, Saint-Jean-Port-Joli
- Les Coteaux de St-Cyrille, Saint-Cyrille-de-Lessard
- Les Entreprises Bucoliques senc, Saint-Cyrille-de-Lessard
- Les jardins du Pied à Terre, L'Islet
- Les jardins Lauzeraie, L'Islet
- Mangalitsa Porc-Joli, Saint-Jean-Port-Joli
- Noiseraie des Aulnaies, Saint-Roch-des-Aulnaies
- Petits fruits L'Islet, L'Islet
- Pin des vallons, Saint-Pamphile
- Roch le fermier, Saint-Roch-des-Aulnaies
- Verger et jardins Couette, L'Islet



Jardins collectifs et communautaires⁸

Un jardin communautaire correspond à des parcelles de terres qui sont louées aux individus qui désirent s'en occuper. Dans le cas des jardins collectifs, plusieurs personnes prennent soin ensemble des végétaux qu'ils désirent faire pousser, puis se partagent les fruits de leur récolte.

Plusieurs municipalités offrent la possibilité de participer à un jardin collectif et/ou communautaire. Des options plus accessibles, telles que l'accès à des bacs de terre surélevés, sont aussi disponibles dans plusieurs municipalités. Le nombre de parcelles étant en constante évolution dans plusieurs municipalités, seule une liste des jardins existants est présentée.

| | |
|---|---|
| ▪ Jardin collectif à Saint-Adalbert | ▪ Jardin communautaire à Saint-Jean-Port-Joli |
| ▪ Jardin collectif à Saint-Pamphile | ▪ Jardin communautaire de Sainte-Perpétue |
| ▪ Jardin communautaire à L'Islet | ▪ Le Jardin du Côteau de Sainte-Félicité (Jardin communautaire) |
| ▪ Jardin communautaire à Saint-Adalbert | ▪ Les Incroyables Comestibles à Saint-Jean-Port-Joli (Jardin collectif) |
| ▪ Jardin communautaire à Saint-Aubert | |

Frigos communautaires

Dans le but d'aider les personnes dans le besoin, plusieurs frigos communautaires sont répartis dans la MRC. À ces endroits, il est possible de déposer des surplus de nourriture dans le respect des normes du MAPAQ ou d'aller en chercher lorsqu'on en a besoin. Il est possible d'en trouver un dans les municipalités de Saint-Jean-Port-Joli, Tourville, Saint-Marcel et Saint-Pamphile.

Distribution alimentaire

La Soupe au Bouton est l'organisme responsable de la sécurité alimentaire dans la MRC de L'Islet. En addition, plusieurs organismes contribuent à aider les jeunes en permettant la distribution de déjeuners ou de collations dans différentes écoles sur le territoire. De plus, des paniers de Noël et des repas communautaires sont aussi offerts par plusieurs partenaires. Ces initiatives permettent d'aider les personnes se trouvant dans des situations plus difficiles. Il y a d'ailleurs une liste d'organismes communautaires qui contribuent à la sécurité alimentaire sur le site web de la CDC ICI Montmagny-L'Islet.

Popotes roulantes

Le service de popotes roulantes est offert par deux organismes qui, ensemble, couvrent la totalité du territoire de la MRC de L'Islet. Voici un aperçu des prix :

| SERVICE DE POPOTES ROULANTES OFFERT DANS LA MRC | |
|---|-------------|
| Municipalités couvertes | 12/14 |
| Intervalle de prix | 7 \$ - 8 \$ |

Initiatives

Il existe aussi des services alimentaires portés par des organismes du territoire, comme des cuisines collectives et des repas communautaires.

⁸ Jardins collectifs et jardins communautaires: CASAL. <https://www.securitealimentairelaval.org/en/casal/projets-et-initiatives/jardins-collectifs-et-jardins-communautaires>, Consulté le 18 août 2025.

La liste des commerces visités

Les premières études comparables ont choisi de visiter l'entièreté des commerces des régions. La CDC ICI Montmagny-L'Islet est du même avis que le Centre-Femmes de Lotbinière et a opté pour la représentation de l'offre quotidienne de nourriture en visitant les supermarchés, épiceries, dépanneurs-essence et certains autres types de commerces qui répondent aux exigences d'offre quotidienne d'aliments.

Pour la région de L'Islet, 30 commerces ont été visités. Ces commerces étaient situés dans les municipalités de L'Islet, Saint-Aubert, Saint-Cyrille-de-Lessard, Sainte-Félicité, Sainte-Louise, Sainte-Perpétue, Saint-Jean-Port-Joli, Saint-Pamphile, Saint-Roch-des-Aulnaies et Tourville. 4 municipalités n'ont quant à elles aucun commerce alimentaire à l'été 2025. C'est le cas de Saint-Omer, Saint-Adalbert, Saint-Damase-de-L'Islet et Sainte-Félicité.

Le tableau suivant présente les sept catégories de commerces visités.

| TYPES DE COMMERCES | DÉFINITIONS |
|----------------------|---|
| Le supermarché | C'est un vaste magasin vendant en libre-service des denrées alimentaires et des produits d'achats courants. |
| L'épicerie | Commerce de détail où l'on vend une grande variété de produits de consommation courante, principalement des denrées alimentaires. |
| Le dépanneur | C'est une épicerie qui reste ouverte au-delà des heures d'ouverture des autres commerces. |
| Le dépanneur-essence | C'est une épicerie qui reste ouverte au-delà des heures d'ouverture des autres commerces et qui offre l'essence à leur clientèle. |
| La boulangerie | Commerce du boulanger, boutique où l'on vend du pain. |
| La boucherie | Commerce du boucher, boutique où l'on vend la viande. |
| Autre | La catégorie autre contient des commerces qui ont des caractéristiques différentes des autres catégories. |

LISTE DES COMMERCES

| |
|--|
| Accommodation Leclerc inc. |
| Alimentation Blanchet Inc. |
| Boeuf Pelletier |
| Boulangerie Gosselin |
| Boulangerie Sibuet |
| Crevier-Station-service Saint-Pamphile |
| Dépanneur Ginard Inc. / Shell |
| Dépanneur H & R Gaulin Inc. |
| Dépanneur Saint-Cyrille/Jocelyn Bernier Traiteur |
| Dépanneur Saint-Roch-des-Aulnaies /Shell |
| Esso Saint-Jean-Port-Joli |
| Halte Multiservices Le 550 |
| IGA Coop Saint-Jean-Port-Joli |
| Irving L'Islet |
| Korvette Saint-Jean-Port-Joil |
| Korvette Saint-Pamphile |
| La Cambuse, épicerie en vrac |
| Les Gâteries de la Mie |
| Marché aux Caissons – SAQ Agence |
| Marché des Aulnaies |
| Marché Extra, PH Normand &Fils |
| Marché G & S Inc. |
| Marché Richelieu – Saint-Aubert |
| Marché Tradition Aubonne |
| Marché Tradition – Coop de Saint-Pamphile |
| Marché Tradition – Coop de Sainte-Perpétue |
| Noiseraie des Aulnaies |
| Pétro-Canada Saint-Jean-Port-Joil |
| Pétro-Canada L'Islet |
| Pétro-T – Harnois Sainte-Perpétue |

Les résultats

Cueillette de données

La collecte de données a été réalisée par les agentes communautaires de la CDC ICI Montmagny-L'Islet, soit Jeanne Pelletier et Maëva Beaulieu durant le mois de juillet 2025.

La démarche et les objectifs de cette étude ont été expliqués aux commerçants qui ont tous été participatifs.

L'accueil des commerçants

Les commerçants visités ont tous été accueillants envers les intervenantes et ont répondu avec une grande générosité à l'étude réalisée. Les commerçants sont dédiés à leur commerce et ont une volonté profonde d'offrir des produits de qualité à leur clientèle. Les commerces familiaux montrent aussi une grande fierté. Le service à la clientèle diffère grandement entre les petites entreprises et les grandes chaînes.

Présence des aliments traceurs

Les aliments traceurs ont été évalués dans l'ensemble des commerces visités. À la page suivante, vous trouverez la représentation des aliments traceurs présents, par municipalité.

La fraîcheur
















La fraîcheur des fruits et légumes était l'aspect le plus subjectif de l'étude. Les agentes se sont donc entendues sur la définition de fraîcheur des aliments au niveau des fruits et légumes. En effet, il est possible de retrouver des dates de péremption sur l'ensemble des autres aliments. Ainsi, la légende de fraîcheur peut être retrouvée dans les annexes. Dans quelques commerces, les agentes ont pu constater la présence d'aliments frais côtoyant des aliments qui ne correspondaient pas aux critères de fraîcheur établis. Dans ces cas, il a été conclu que des produits frais étaient accessibles.

Contrairement aux idées préconçues, la distance par rapport à l'autoroute ne s'est pas montrée garante de la fraîcheur. Le facteur ayant la plus grande influence était plutôt la rotation des aliments. Certains commerçants ont expliqué qu'il était particulièrement difficile d'avoir constamment une offre de produits frais tout en évitant les pertes lorsque la quantité de clients est moindre.

Une autre initiative a aussi été remarquée dans plusieurs commerces : les fruits et légumes en moins bon état étaient vendus à prix réduit. Il est possible que cette technique permette à la fois d'éviter les pertes et de diminuer le gaspillage alimentaire.

| FRAICHEUR | Pas frais | Frais |
|-----------------------|-------------------------|-----------------------------------|
| Aliments | 1 | 2 |
| FRUITS ET LÉGUMES | | |
| Pommes | Molles | Fermes |
| Oranges | Présence de moisissures | Absence de moisissures |
| Bananes | Tachés, brunes | Jaune, peu de taches |
| Pommes de terre | Présence de germes | Absence de germes |
| Tomates | Molles | Fermes |
| Carottes | Présence de moisissures | Absence de moisissures |
| VIANDES ET SUBSTITUTS | | |
| Bœuf haché | Emballé 2 jours ou plus | Emballé la veille ou le jour même |
| Oeufs | Périmé | Pas périmé |
| PRODUITS LAITIERS | | |
| Lait | Périmé | Pas périmé |
| Lait sans lactose | Périmé | Pas périmé |
| Yaourt | Périmé | Pas périmé |
| Fromage cheddar | Périmé | Pas périmé |
| PRODUITS CÉRÉALIERS | | |
| Pain de blé entier | Périmé | Pas périmé |
| Pain sans gluten | Périmé | Pas périmé |
| Spaghetti | Périmé | Pas périmé |

Présence des aliments traceurs par municipalité

| | Pomme | Orange | Banane | Pomme de terre | Tomate | Carotte | Pain de blé entier | Pain sans gluten | Pâtes alimentaires | Fromage cheddar | Lait | Lait sans lactose | Yogourt | Oufs | Bœuf haché |
|--------------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|---|---|---|---|---|
| |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| L'Islet | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| Saint-Adalbert | | | | | | | | | | | | | | | |
| Saint-Aubert | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| Saint-Cyrille-de-Lessard | | | | | | | ✓ | | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | |
| Saint-Damase-de-L'Islet | | | | | | | | | | | | | | | |
| Sainte-Félicité | | | | | | | | | | | | | | | |
| Saint-Jean-Port-Joli | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| Sainte-Louise | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| Saint-Marcel | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| Saint-Omer | | | | | | | | | | | | | | | |
| Saint-Pamphile | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| Sainte-Perpétue | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| Saint-Roch-des-Aulnaies | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| Tourville | | | | | | | ✓ | | ✓ | ✓ | ✓ | | | ✓ | |

Carte du territoire et localisation des commerces

Localisation des commerces

La carte suivante illustre la localisation des commerces visités. Afin de faciliter la compréhension et de permettre une meilleure comparaison, les secteurs Nord et Sud ont été divisés.



Les prix

Afin de permettre la comparaison des articles, seuls les produits vendus selon le format uniformisé choisi ont été retenus pour le calcul. Les premiers tableaux présentent les prix réguliers des fruits et légumes pour 2018 et 2025, suivis des prix réguliers des autres aliments traceurs.

| Prix réguliers des fruits et légumes dans les points de ventes en 2018 | | | | | | |
|--|---------|---------|---------|----------------|---------|----------|
| | Pommes | Oranges | Bananes | Pomme de terre | Tomates | Carottes |
| Format uniformisé | 1 lb | 1 lb | 1 lb | 1 lb | 1 lb | 1 lb |
| Minimum | 1,30 \$ | 1,23 \$ | 0,79 \$ | 0,41 \$ | 1,22 \$ | 0,90 \$ |
| Maximum | 2,00 \$ | 2,23 \$ | 1,22 \$ | 0,65 \$ | 3,30 \$ | 1,50 \$ |
| Écart entre min et max | 0,70 \$ | 1,00 \$ | 0,43 \$ | 0,24 \$ | 2,07 \$ | 0,60 \$ |

| Prix réguliers des fruits et légumes dans les points de ventes en 2025 | | | | | | |
|--|---------|---------|---------|----------------|---------|----------|
| | Pommes | Oranges | Bananes | Pomme de terre | Tomates | Carottes |
| Format uniformisé | 1 lb | 1 lb | 1 lb | 1 lb | 1 lb | 1 lb |
| Minimum | 1,25 \$ | 0,83 \$ | 0,89 \$ | 0,56 \$ | 2,00 \$ | 1,25 \$ |
| Maximum | 2,22 \$ | 2,00 \$ | 2,27 \$ | 0,79 \$ | 3,50 \$ | 3,00 \$ |
| Moyenne | 1,80 \$ | 1,98 \$ | 1,17 \$ | 0,70 \$ | 2,44 \$ | 1,95 \$ |
| Écart entre min et max | 0,98 \$ | 1,17 \$ | 1,38 \$ | 0,23 \$ | 1,50 \$ | 1,75 \$ |

| Prix réguliers des autres aliments traceurs dans les points de vente en 2018 | | | | | | | |
|--|-------------|----------|---------|---------|---------|--------------------|-----------|
| | Boeuf haché | Oeufs | Lait | Yogourt | Fromage | Pain de blé entier | Spaghetti |
| Format uniformisé | Kg | Douzaine | 2L | 650 g | 300 g | 675 g | 900 g |
| Minimum | 11 \$ | 3,39 \$ | 3,60 \$ | 3,19 \$ | 4,99 \$ | 2,59 \$ | 1,70 \$ |
| Maximum | 15,77 \$ | 4,09 \$ | 3,99 \$ | 4,69 \$ | 6,29 \$ | 4,99 \$ | 6,45 \$ |
| Écart entre min et max | 4,77 \$ | 0,70 \$ | 0,39 \$ | 1,50 \$ | 1,30 \$ | 2,40 \$ | 4,75 \$ |

| Prix réguliers des autres aliments traceurs dans les points de vente en 2025 | | | | | | | |
|--|-------------|----------|---------|---------|----------|--------------------|-----------|
| | Boeuf haché | Oeufs | Lait | Yogourt | Fromage | Pain de blé entier | Spaghetti |
| Format uniformisé | Kg | Douzaine | 2L | 650 g | 400 g* | 675 g | 500 g* |
| Minimum | 17,39 \$ | 4,15 \$ | 4,17 \$ | 4,19 \$ | 6,99 \$ | 3,49 \$ | 2,29 \$ |
| Maximum | 20,49 \$ | 6,99 \$ | 6,39 \$ | 5,99 \$ | 12,29 \$ | 4,99 \$ = | 4,85 \$ |
| Moyenne | 18,47 \$ | 5,18 \$ | 4,79 \$ | 5,38 \$ | 8,12 \$ | 4,65 \$ | 3,27 \$ |
| Écart entre min et max | 3,10 \$ | 2,84 \$ | 2,22 \$ | 1,80 \$ | 5,30 \$ | 1,50 \$ | 2,56 \$ |

**Il est important de préciser que les formats d'emballage du fromage et des spaghettis ne sont pas identiques entre 2018 et 2025, ce qui peut influencer la comparaison des prix.*

Aliments sans gluten et sans lactose

| | Format | Présence par municipalité | Prix minimum | Prix maximum | Prix moyen | Écart entre min et max |
|-------------------|----------|---------------------------|--------------|--------------|------------|------------------------|
| Pain sans gluten | Variable | 4/14 | 6,49 \$ | 10,49 \$ | 8,11 \$ | 4,00 \$ |
| Lait sans lactose | 2L | 9/14 | 5,60 \$ | 7,79 \$ | 7,14 \$ | 2,19 \$ |

Coût total de l'épicerie

| | L'Islet Nord Aliments réguliers | L'Islet Sud Aliments réguliers | L'Islet Nord Aliments pour intolérances | L'Islet Sud Aliments pour intolérances |
|--------------|------------------------------------|-----------------------------------|---|--|
| Prix minimum | 75,25 \$ | 78,98 \$ | 80,03 \$ | 88,26 \$ |
| Prix maximum | 81,34 \$ | 80,18 \$ | 85,68 \$ | 88,26 \$ |
| Prix moyen | 78,11 \$ | 79,40 \$ | 82,86 \$ | 88,26 \$ |

Faits marquants et observations

Selon la définition de l'INSPQ, il n'y a pas de désert alimentaire dans la MRC de L'Islet. Cependant, plusieurs éléments sont tout de même préoccupants :

- Quelques résidences, situées sur des routes secondaires ou des rangs, se trouvent à plus de 16 kilomètres du commerce d'alimentation le plus proche;
- Certaines personnes, qui ne possèdent pas d'auto et/ou de permis de conduire, habitent à plus de 1 kilomètre du commerce d'alimentation le plus proche. En effet, quelques municipalités n'ont aucun commerce alimentaire ;
- Les personnes souhaitant prendre le transport collectif se trouvent généralement loin des arrêts d'autobus. De plus, les bagages ou sacs d'emplettes doivent absolument se retrouver sur les genoux des usagers, ce qui limite la possibilité d'aller faire l'épicerie à l'aide du transport en commun. Enfin, sur réservation 24 heures à l'avance, le bus offre un trajet du sud du territoire vers le nord le matin, et le retour ne peut se faire qu'en fin de journée, à moins d'utiliser le taxi, ce qui a un impact financier majeur pour les personnes à faible revenu ;
- Certains magasins restent actuellement ouverts dans le but de servir la population malgré une faible rentabilité. Malgré leurs bénéfices pour la population, ils font malheureusement face à de plus grands enjeux sur le long terme : la rénovation des infrastructures peut être impossible et/ou très coûteuse, ce qui pourrait entraîner la fermeture de plusieurs commerces dans les prochaines années ;
- Une personne bénéficiant de l'aide sociale doit consacrer entre 38 % et 41,5 % de ses revenus pour se procurer uniquement les 13 aliments traceurs de manière hebdomadaire, si elle habite à distance de marche d'un commerce d'alimentation et qu'elle n'a aucune intolérance ou allergie alimentaire (le montant de l'aide sociale en 2025 est de 784 \$/mois pour une personne seule⁹).

Pour remédier à plusieurs de ces situations, un service de livraison souvent non officiel couvre l'ensemble des municipalités de la MRC. Il y a toutefois de nombreux inconvénients à l'utilisation de ces services.

⁹ Montants des prestations d'aide sociale chaque mois | Gouvernement du Québec <https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/aide-sociale-et-solidarite-sociale/information-aide-financiere/montants-prestations-aide-sociale>, Consulté le 18 août 2025.

Conclusion

Les agentes communautaires de la CDC ICI Montmagny-L'Islet ont pu constater, lors de la collecte de données, le dévouement des commerçants envers leur entreprise. Ceux-ci se montrent soucieux de leur travail et recherchent la qualité des aliments qu'ils offrent. Bien que cette implication soit positive pour leur clientèle et pour la survie des commerces, elle peut également devenir une source d'épuisement.

Les principaux enjeux observés concernent le prix élevé des aliments sains, qui peut rendre leur accès difficile, ainsi que le risque d'apparition de déserts alimentaires. En effet, même s'il n'en existe pas actuellement à l'exception de quelques résidences isolées, la fermeture éventuelle de certains commerces pourrait en faire apparaître plusieurs.

Ce document visait à vérifier s'il y avait présence de désert alimentaire en plus de faire un état des prix dans la MRC. Cependant, d'autres enjeux, tels que la présence de marais alimentaires, auraient aussi pu être vérifiés. Enfin, nous sommes conscients des limites de ce portrait. Une analyse croisée entre le faible accès à une alimentation saine et des facteurs tels que la scolarité ou le revenu permettrait d'offrir une compréhension plus approfondie de la problématique.

Acronymes

| | |
|-------|--|
| CDC | Corporation de développement communautaire |
| INSPQ | Institut national de santé publique du Québec |
| MAPAQ | Ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec |
| MRC | Municipalité régionale de comté |
| PDZA | Plan de développement de la zone agricole |



Annexe 1 – Lettre de présentation du projet aux commerces



Juin 2025

Objet : Portrait de l'offre alimentaire dans les MRC de Montmagny et de L'Islet

(Supermarchés, épiceries, dépanneurs)

Bonjour,

La Corporation de Développement Communautaire (CDC) ICI Montmagny-L'Islet, un regroupement d'organismes communautaires multisectoriels, a le mandat de visiter les commerces en alimentation de chacune des municipalités pour faire un portrait de l'offre alimentaire dans les MRC de Montmagny et L'Islet (28 municipalités). Cette initiative émane du chantier de sécurité alimentaire du comité Agissons ensemble pour la santé durable sur les territoires des MRC de Montmagny et de L'Islet.

Pour ce faire, une équipe du CDC visitera l'ensemble des commerces au cours de l'été et s'intéressera à la présence de 15 aliments traceurs représentatifs d'une saine alimentation (pomme, orange, carotte, tomate, banane, pomme de terre, pain de blé entier, pâtes alimentaires, fromage cheddar, lait, yogourt, œufs, et bœuf haché, pain sans gluten, lait sans lactose). L'accès, la disponibilité, la qualité et le prix de ces denrées seront notés, ainsi que l'offre d'aliments locaux.

Cette démarche vise d'abord à documenter l'offre alimentaire des différents secteurs du territoire, puis à comprendre et identifier les facilitateurs et les enjeux des commerçants.

Nous vous remercions à l'avance de votre collaboration et sommes disponibles pour toute information.

Monsieur Guy Drouin
Codirecteur de la CDC ICI Montmagny-L'Islet

418 358-0648

Le Comité des partenaires du projet :

| | |
|-------------------------------|--------------------|
| CDC ICI Montmagny-L'Islet | Guy Drouin |
| MRC de L'Islet | Josée-Ann Dumais |
| MRC de Montmagny | Frédérique Boulet |
| CISSS de Chaudière-Appalaches | Andrée-Anne Fortin |

Annexe 2 – Collecte de données

Fiche de collecte de données

Nom du commerce et municipalité : _____

Type de commerce : (encercler) _____ épicerie/ dépanneurs/ dépanneurs essence/ autres

Date : _____ Comparaison 2018 : (encercler) toujours ouvert/ fermé/ nouveau commerce

| LISTE ALIMENTS TRACEURS | Aliment présent (cocher) | Fraicheur* | Prix (le moins cher) PAS SPÉCIAUX | Format (kilo/lb/litre/g) | Quantité disponible | | | | |
|--|--------------------------|--------------|-----------------------------------|--------------------------|---------------------|--|--|--|--|
| Fruits et légumes | | | | | | | | | |
| Pomme | | | | 3lbs | | | | | |
| Orange | | | | 3lbs | | | | | |
| Carotte | | | | 2lbs | | | | | |
| Tomate | | | | kg | | | | | |
| Banane | | | | kg | | | | | |
| Pomme de terre | | | | 10lbs | | | | | |
| Produits céréaliers | | | | | | | | | |
| Pain de blé entier | | | | 675g | | | | | |
| Pain sans gluten | | | | | | | | | |
| Pâtes alimentaire macaroni | | | | 500g | | | | | |
| Produits laitiers | | | | | | | | | |
| Cheddar | | | | 400g | | | | | |
| Lait | | | | 2L | | | | | |
| Lait sans lactose | | | | 2L | | | | | |
| Yogourt | | | | 650g | | | | | |
| Viandes et substituts | | | | | | | | | |
| Œufs (douzaine) | | | | douzaine | | | | | |
| Bœuf haché (frais ou surgelé) | | | | Kg | | | | | |
| ACCESSIBILITÉ POUR PERSONNE À MOBILITÉ RÉDUITE | Nombre correspondant | Commentaires | | | | | | | |
| Nombre de marche et présence d'ascenseur | | | | | | | | | |
| Présence de portes automatiques | | | | | | | | | |
| LIVRAISON | | | | | | | | | |
| Fréquence | | | | | | | | | |
| Commande (téléphone, internet, courriel, etc.) | | | | | | | | | |
| Mode de paiement | | | | | | | | | |
| Coût livraison | | | | | | | | | |
| Coût assemblage | | | | | | | | | |
| Municipalité couverte | | | | | | | | | |
| Nombre de commande par semaine | | | | | | | | | |

Annexe 3 – Visages des commerçants



Accommodation Leclerc Sainte-Perpétue



Alimentation Blanchet Saint-Marcel



Boulangerie Gosselin L'Islet



Boulangerie Sibuet Saint-Jean-Port-Joli.



Crevier service Jo Saint-Pamphile



Dépanneur H et R Gaulin Tourville



Dépanneur Saint-Cyrille



Harnois (halte multi service) Saint-Pamphile



IGA Saint-Jean-Port-Joli



La Cambuse Saint-Jean-Port-Joli



Les Gâtseries de la Mie
Saint-Jean-Port-Joli



PH Normand et fils inc.



Marche Aubonne L'Islet



Marché aux caissons Sainte-Louise



Marché des aulnaies Saint-Roch-des-Aulnaies



Marché G et S Saint-Jean-Port-Joli



Pédro T Harnois Sainte-Perpétue



Marché Tradition Saint-Pamphile



Marché Tradition Sainte-Perpétue



CDC ICI MONTMAGNY-L'ISLET

- 318, rue Verreault, Local #26 Saint-Jean-Port-Joli (Qc) G0R 3G0
 - 160, boul. Taché Est, Montmagny (Qc) G5V 4E8
- 418 358-0648 | cdcicimontmagnylislet.com