Observatoire québécois des inégalités

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

# Choisir entre le loyer et l'épicerie : Une nouvelle étude met en lumière les liens entre crise du logement et insécurité alimentaire

**Montréal, le 3 juillet 2025** - L'Observatoire québécois des inégalités publie une étude inédite explorant les liens entre la crise du logement et l'insécurité alimentaire. Un des constats clés de l'étude : être locataire augmente le risque d'être en insécurité alimentaire. En effet, les locataires ont 131 % plus de chances d'être en situation d'insécurité alimentaire que les personnes qui sont propriétaires de leur logement.

« On ne peut plus ignorer le fait que l'insécurité alimentaire et la précarité résidentielle sont liées. On s'en doutait, mais avec cette recherche, nous avons voulu mettre des chiffres plus précis sur cette réalité. Nos résultats permettent de mesurer l'ampleur de ces deux phénomènes », explique Sandy Torres, sociologue et autrice de l'étude.

## Se loger et se nourrir : des difficultés interconnectées

Pour mesurer l'ampleur de l'insécurité alimentaire chez les personnes aux prises avec des difficultés de logement, la chercheuse a analysé les microdonnées de l'Enquête canadienne sur le revenu (ECR) mettant en lumière les faits suivants :

- En 2022, l'insécurité alimentaire touchait deux fois plus les personnes habitant un logement inabordable (30,4 %) que les personnes vivant dans un logement abordable* (14 %).
- 31 % des personnes occupant un logement qui requiert des réparations majeures vivaient une forme ou une autre d'insécurité alimentaire. Ce sont même 9 % des personnes vivant dans un logement en mauvais état qui se trouvaient en insécurité alimentaire grave, qui se manifeste entre autres par une consommation alimentaire réduite.
- Une personne sur trois (33,3 %) occupant un logement de taille insuffisante était en situation d'insécurité alimentaire.
- Les personnes particulièrement exposées à des difficultés simultanées de logement et d'alimentation vivent dans des ménages à faible revenu ainsi que dans des ménages locataires.

L'étude comprend également un volet qualitatif avec l'analyse des témoignages recueillis auprès de 45 personnes lors de groupes de discussion menés dans différentes régions. Cette démarche permet de mieux saisir la diversité des formes que peut prendre la précarité résidentielle et l'insécurité alimentaire. Par exemple, les hausses de loyer amputent directement le budget alloué à l'alimentation, mais un loyer à bas prix cache souvent une mauvaise qualité d'habitat ou une instabilité résidentielle en plus de difficultés à se nourrir adéquatement.

**Vers des solutions à l'insécurité alimentaire et résidentielle**

La chercheuse a demandé aux personnes ayant participé aux groupes de discussion ce qui, selon elles, permettrait d'améliorer leur situation résidentielle et alimentaire. Celles-ci ont mentionné la nécessité d'agir sur le prix et la disponibilité des logements, l'insuffisance des revenus, l'éparpillement des informations et l'organisation de l'aide alimentaire, que la plupart utilisent. À bien des égards, leurs propos font écho à ceux des représentantes et représentants d'organismes communautaires rencontrés dans le cadre du projet de recherche.

Parmi les leviers d'action cités :
• augmenter l'offre de logements accessibles financièrement, dont les logements sociaux;
• soutenir la rénovation des logements;
• réduire les inégalités de revenu;
• rehausser les prestations sociales;
• adapter davantage l'aide alimentaire aux besoins des personnes usagères;
• privilégier les ressources multiservices.

« Considérant que le logement et l'alimentation constituent des déterminants clés de la santé et du bien-être, cette étude fournit de solides arguments en faveur d'actions décisives pour accroître la quantité de logements adéquats », conclut Nathalie Guay, directrice générale de l'Observatoire québécois des inégalités.

* Dans l'Enquête canadienne sur le revenu, le logement est considéré comme abordable si le ménage consacre moins de 30 % de son revenu aux frais de logement, y compris le loyer, les versements hypothécaires, les taxes foncières, les frais de chauffage et d'électricité.

Observatoire québécois des inégalités

**Pour informations et demandes d'entrevue :**
Julia Haurio
Directrice des communications
j.haurio@observatoiredesinegalites.com
514-513-8617

**À propos de l'Observatoire québécois des inégalités**

L'Observatoire québécois des inégalités produit, mobilise et démocratise des connaissances sur différentes formes d'inégalités au Québec afin d'éclairer la prise de décision et sensibiliser un large public à l'état des inégalités, à leurs causes et conséquences ainsi qu'aux solutions possibles.