Télécharger le rapport complet

Sandy Torres

Crise du logement au Québec : quels effets sur l'insécurité alimentaire ?

FAITS SAILLANTS

Observatoire québécois des inégalités

Les droits fondamentaux à se loger et à se nourrir sont malmenés depuis plusieurs années pour une population de plus en plus large au Québec. La situation a pris une tournure critique : crise de l'accessibilité financière, pénurie de logements locatifs, déficit chronique de logements sociaux, augmentation de la précarité résidentielle et de l'itinérance ainsi que de l'insécurité alimentaire.

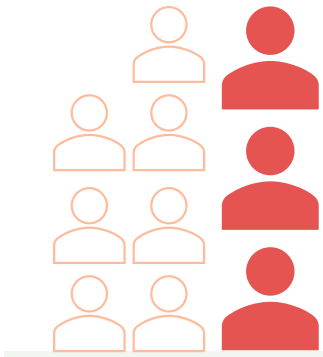
Le logement et l'alimentation influencent considérablement l'état de santé et le bien-être. L'Observatoire québécois des inégalités a examiné les impacts de la crise du logement sur la difficulté à se procurer de la nourriture en quantité ou en qualité suffisante. La recherche réalisée en 2024-2025 s'est appuyée sur trois sources :

- une revue de littérature,
- une analyse de statistiques,
- une analyse de témoignages recueillis dans trois régions (Montréal, Mauricie et Bas-Saint-Laurent).

Difficultés à se loger et à se nourrir : quelle ampleur au Québec ?

L'ampleur de l'insécurité alimentaire chez les personnes aux prises avec des difficultés de logement a été mesurée à partir des données de l'Enquête canadienne sur le revenu de Statistique Canada.

Logement trop cher et insécurité alimentaire



3 **personnes sur 10** qui occupent un logement inabordable* **ont de la difficulté à se nourrir adéquatement.**

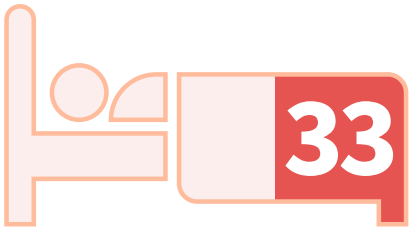
* Si les frais pour se loger représentent 30 % ou plus de son revenu selon la Société canadienne d'hypothèques et de logement.

Logement en mauvais état et insécurité alimentaire

31 %

des personnes habitant un logement qui requiert des réparations majeures ne **parviennent pas à couvrir leurs besoins alimentaires.**

Logement trop petit et insécurité alimentaire



33 %

des personnes qui vivent dans un logement trop petit* **n'ont pas accès à des aliments en quantité ou en qualité suffisantes.**

*Qui ne comporte pas suffisamment de chambres par rapport à la taille et à la composition du ménage.

Qui est le plus touché ?

Le fait d'**être locataire** expose davantage au risque de rencontrer des difficultés d'alimentation et de logement. Les personnes vivant dans des ménages à **faible revenu** sont également vulnérables à cette double difficulté.

Les **familles monoparentales** ainsi que les **personnes seules** sont les plus touchées par l'insécurité alimentaire comme par des difficultés de logement.

Qu'en disent les personnes directement concernées ?

Lors de groupes de discussion, 45 personnes ont apporté un éclairage complémentaire sur les liens entre les deux postes de dépenses les plus importants.

- Les **hausses de loyer** dans le marché privé accentuent le stress financier et laissent encore moins de budget disponible pour l'alimentation. Les personnes habitant un logement social peuvent également se trouver en insécurité alimentaire en raison de leur faible revenu (critère d'admissibilité aux HLM).
- Les personnes logées à moindre coût sur le marché le sont parfois au détriment de la **qualité du logement** ou de la **stabilité d'occupation.** Ainsi, habiter un logement dit abordable ne garantit pas en soi la sécurité résidentielle ni la sécurité alimentaire.

- Le manque de logements accessibles avec des revenus faibles ou modestes laisse peu de perspectives dans le contexte actuel. Des personnes deviennent **captives d'un logement** mal entretenu ou bien d'un environnement malsain par exemple, tandis que d'autres vivent dans la **crainte de perdre leur logement.**
- Vivre de l'insécurité alimentaire par manque d'argent, c'est faire de nombreux compromis sur le **choix de son alimentation.**

Comment changer les choses ?

Les personnes interrogées ont spontanément évoqué 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. Par exemple :

- 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.

Ainsi, tout en agissant sur les causes profondes, plusieurs solutions à plus court terme pourraient soulager le quotidien des personnes directement concernées.

Remerciements

Tous nos sincères et vifs remerciements aux citoyens et citoyennes ayant participé aux groupes de discussion pour avoir accepté de partager une partie de leur vie, mais aussi pour s'être écoutés et parfois même soutenus. Leur voix est nécessaire pour mieux comprendre et réduire les inégalités.

Nous remercions tout aussi chaleureusement les personnes du communautaire qui ont donné de leur temps alors qu'elles sont si affairées à répondre à des besoins criants, ainsi que les organisatrices communautaires de la santé publique. En particulier, les groupes de discussion n'auraient pas pu avoir lieu sans la précieuse contribution du Comité logement Ville-Marie, de l'Accueil Bonneau, du Centre d'organisation mauricien de services et d'éducation populaire (COMSEP) et de la Direction de la santé publique / CISSS du Bas-Saint-Laurent.

Ce projet est réalisé grâce à la contribution financière du ministère de la Santé et des Services sociaux.

Santé et Services sociaux Québec

Infographies : Estelle Villemin, responsable des productions graphiques et numériques