



Observatoire
québécois
des inégalités



Un locataire sur trois en situation d'insécurité alimentaire au Québec

Décembre 2025

Par Geoffroy Boucher, Économiste

Crédits

Recherche et rédaction

Geoffroy Boucher, Économiste
Observatoire québécois des inégalités

Pour citer ce document

Geoffroy Boucher (2025), Un locataire sur trois en situation d'insécurité alimentaire au Québec, Montréal, Observatoire québécois des inégalités.

ISBN

978-2-925552-13-0

Photographie page de couverture

Ruben Mavarez, Unsplash

Table des matières

Introduction [p.4](#)

L'insécurité alimentaire en hausse au Québec [p.5](#)

L'insécurité alimentaire atteint 1 personne sur 3 chez les locataires [p.7](#)

L'insécurité alimentaire continue à progresser au sein de la classe moyenne [p.8](#)

L'insécurité alimentaire atteint un sommet chez les personnes à faible revenu [p.10](#)

Une tendance moins marquée chez les prestataires de l'assistance sociale [p.11](#)

L'insécurité alimentaire en hausse marquée chez les personnes en emploi [p.13](#)

Un taux d'insécurité alimentaire plus marqué au sein de certaines régions [p.15](#)

Agir sur le revenu et le logement pour contrer l'insécurité alimentaire [p.17](#)

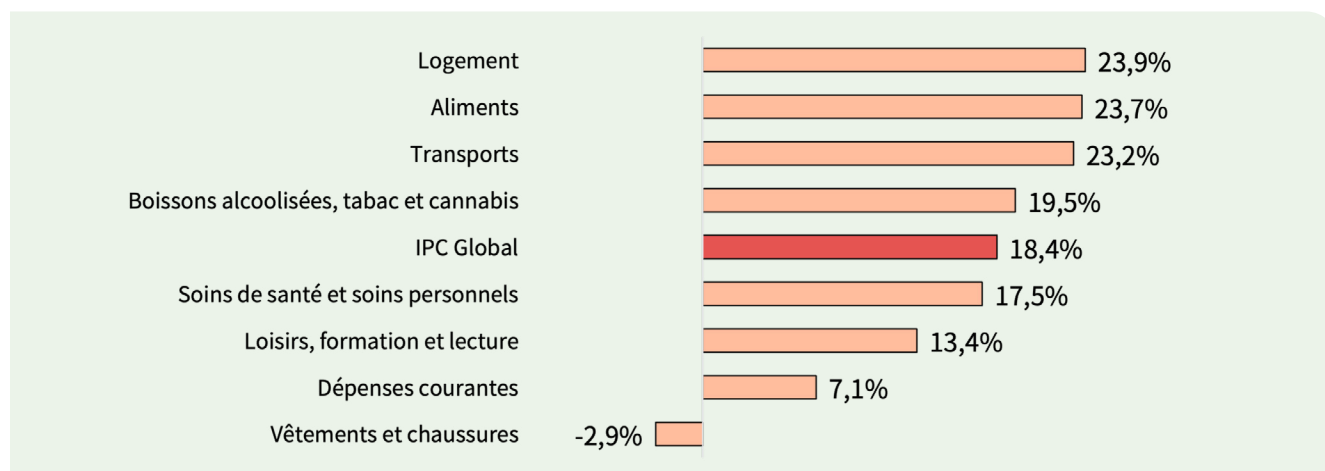
Pour aller plus loin [p.18](#)

Introduction

L'insécurité alimentaire est en hausse au Québec pour une 4^e année consécutive. Elle touche particulièrement les locataires, chez qui elle atteint désormais 1 personne sur 3, selon les données les plus récentes.

Cette situation s'inscrit dans un contexte d'augmentation marquée du coût de la vie. Entre 2020 et 2024, les composantes « logement » et « alimentation » de l'indice des prix à la consommation (IPC) ont toutes deux connu une augmentation de 24 % au Québec.

FIGURE 1. Variation de l'indice des prix à la consommation par composante, Québec, entre 2020 et 2024



Source : Calculs de l'Observatoire québécois des inégalités basés sur le tableau 18-10-0005-01 de Statistique Canada.

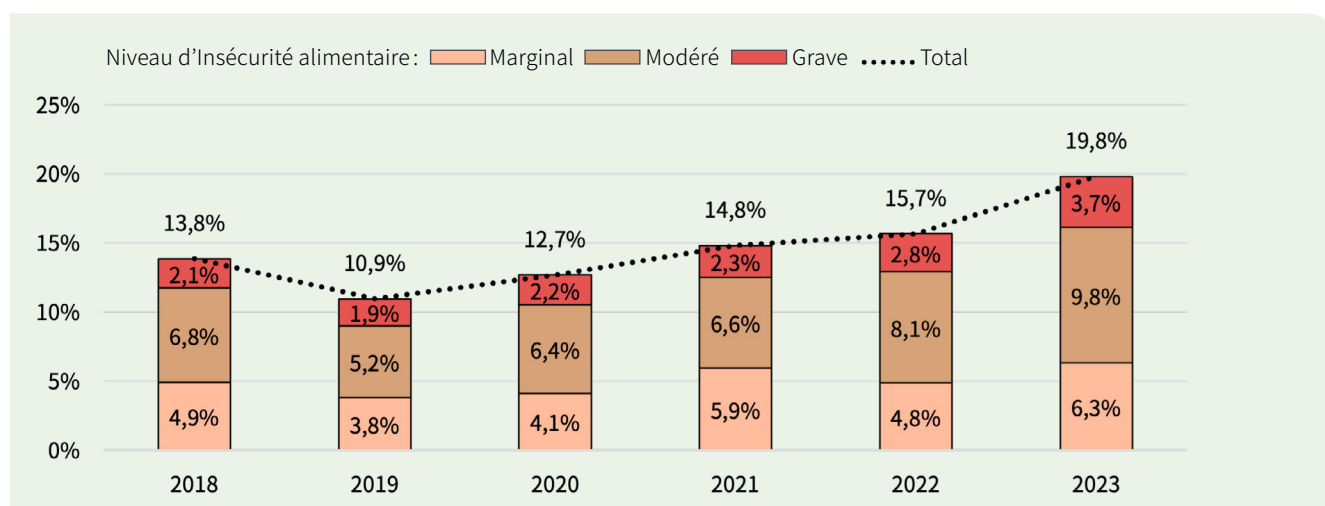
Pour mieux comprendre ce phénomène, l'Observatoire québécois des inégalités a croisé certaines variables d'intérêt tirées de la plus récente édition de l'Enquête canadienne sur le revenu (2023) de Statistique Canada. Cette analyse présente les résultats inédits de cette analyse.

L'insécurité alimentaire en hausse au Québec

Depuis 2019, le niveau d'insécurité alimentaire est en hausse au Québec. Il est passé de 10,9% en 2019 à 19,8% en 2023. Il s'agit d'une augmentation de 81,7% en 4 ans. En 2023, c'était plus de 1,7 million de personnes qui étaient en situation d'insécurité alimentaire au Québec.

Encore plus préoccupant : ce sont les niveaux d'insécurité alimentaire modérée et sévère qui ont connu l'augmentation la plus marquée. En 2023, 319 000 personnes ont souffert d'insécurité alimentaire sévère au Québec, caractérisée par une réduction marquée de l'apport alimentaire (voir encadré).

FIGURE 2. Proportion de la population en situation d'insécurité alimentaire selon le niveau d'insécurité alimentaire, Québec, 2018-2023



Source : Analyses de l'Observatoire québécois des inégalités basées sur les fichiers maîtres de l'Enquête canadienne sur le revenu de Statistique Canada.



Les divers degrés d'insécurité alimentaire sont communément caractérisés comme suit :

- **L'insécurité alimentaire marginale ou légère :** l'incertitude quant à la capacité de se procurer des aliments ou de ne pas avoir une alimentation suffisamment variée.
- **L'insécurité alimentaire modérée :** la qualité ou la quantité de nourriture est compromise pour les enfants ou les adultes.
- **L'insécurité alimentaire sévère :** une réduction importante de l'apport alimentaire et des perturbations graves des habitudes (repas sautés, consommation réduite d'aliments et, à l'extrême, privation de repas pendant une journée complète ou plus, et perte de poids).

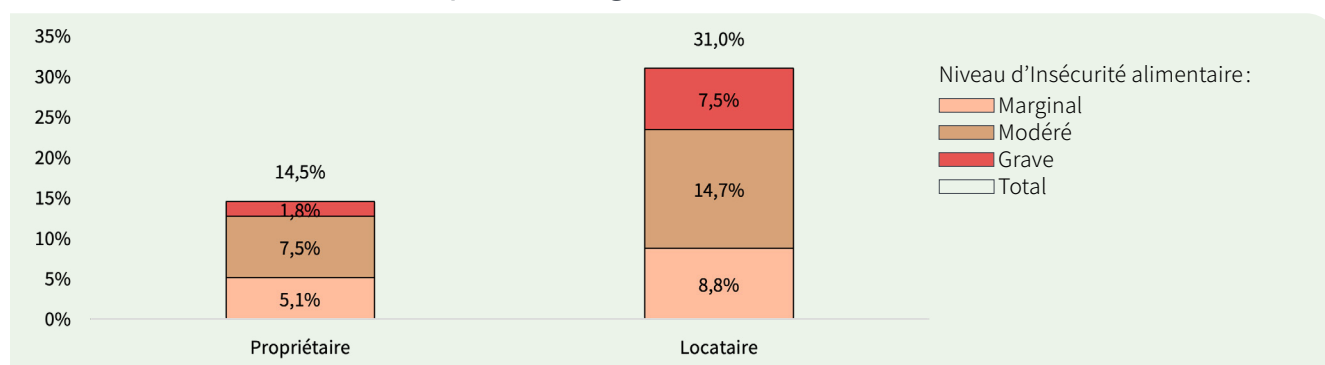
L'insécurité alimentaire atteint 1 personne sur 3 chez les locataires

L'insécurité alimentaire est fortement associée au mode d'occupation du logement. En 2023, près de 1 personne sur 3 (31 %) qui était locataire de son logement se trouvait en situation d'insécurité alimentaire, contre 14,5 % chez les propriétaires.

Ce constat préoccupant appuie les résultats **d'une étude** publiée récemment par l'Observatoire qui explore le lien entre la crise du logement et l'insécurité alimentaire et qui révèle que les locataires ont 131 % plus de chances d'être en situation d'insécurité alimentaire que les personnes qui sont propriétaires de leur logement.

Le logement étant généralement une dépense incompressible, l'alimentation en subit souvent les contrecoûts. L'insécurité alimentaire sévère chez les personnes locataires a d'ailleurs connu une augmentation de 63 % en 3 ans, passant de 4,6 % en 2020 à 7,5 % en 2023.

FIGURE 3. Proportion de la population en situation d'insécurité alimentaire selon le mode d'occupation du logement, Québec, 2023



Source: Analyses de l'Observatoire québécois des inégalités basées sur les fichiers maîtres de l'Enquête canadienne sur le revenu de Statistique Canada.

L'insécurité alimentaire continue à progresser au sein de la classe moyenne

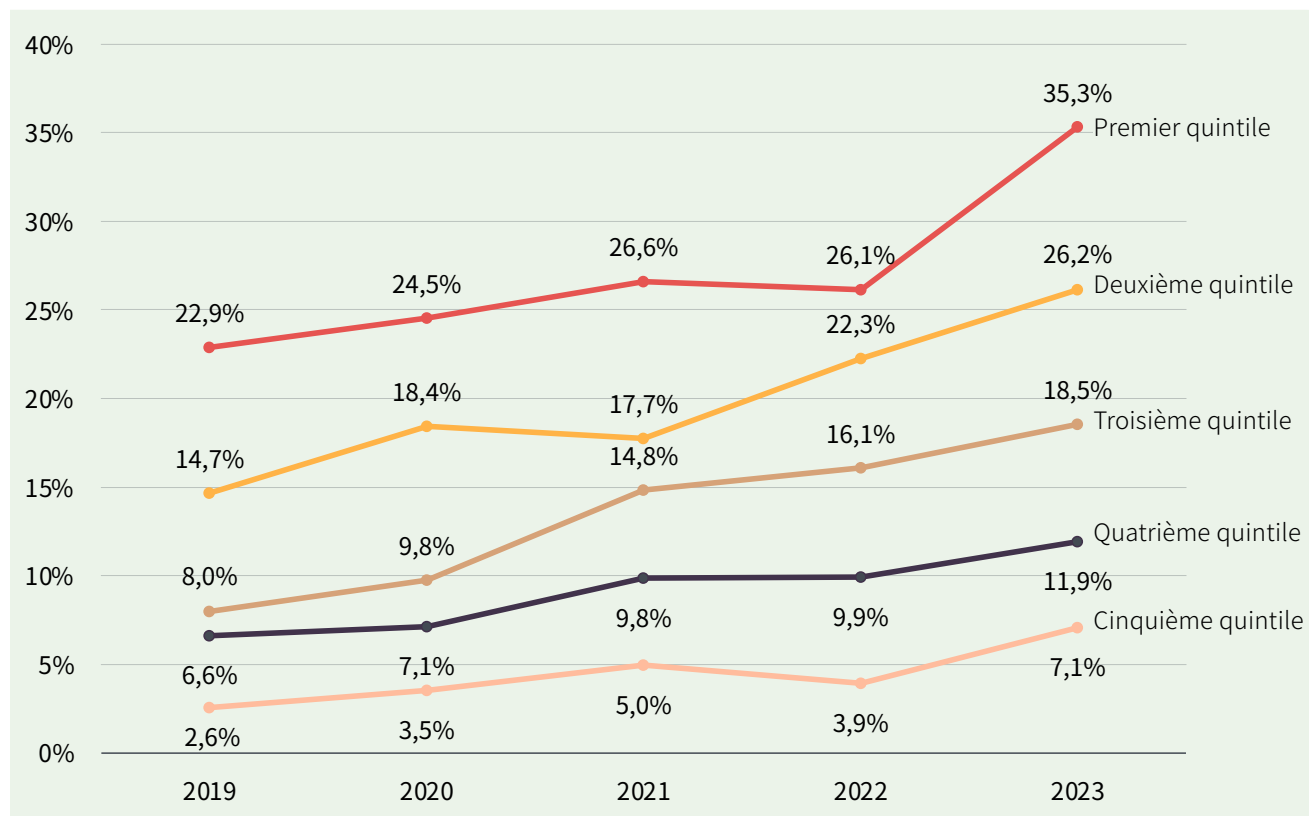
L'analyse des données par quintile de revenu (voir encadré) révèle la sévérité du phénomène de l'insécurité alimentaire chez les personnes à faible revenu. S'il n'est pas surprenant de constater que le niveau d'insécurité alimentaire varie en fonction du revenu, la figure 4 permet d'en saisir l'ampleur.

Comme nous l'avons **relevé l'an dernier**, c'est au sein de la classe moyenne que la progression de l'insécurité alimentaire est la plus saisissante¹. Alors qu'**il n'existe pas de consensus** concernant la définition de la classe moyenne, on la situe souvent au centre de la distribution de revenu dans la littérature économique.

Et c'est précisément chez les personnes faisant partie du troisième quintile de revenu, soit les personnes se trouvant au centre de la distribution de revenu et qu'on pourrait associer à « la classe moyenne », que l'augmentation de l'insécurité alimentaire a été la plus marquée entre 2019 et 2023. Comme on le voit à la figure 4, le niveau d'insécurité alimentaire est passé de 8,0 % à 18,5 %, soit une augmentation de 131 % (ou 10,5 points de pourcentage). En 2023, c'était 322 000 personnes de la « classe moyenne » qui se trouvaient en situation d'insécurité alimentaire.

1. L'analyse par quintiles de revenu présentée l'an dernier s'appuyait sur une méthodologie différente. Dans la présente étude, les quintiles de revenu total des ménages ont été remplacés par des quintiles de revenu après impôts ajusté.

FIGURE 4. Proportion de la population en situation d'insécurité alimentaire selon le quintile de revenu après impôt ajusté, Québec, 2019-2023



Source : Analyses de l'Observatoire québécois des inégalités basées sur les fichiers de microdonnées à grande diffusion de l'Enquête canadienne sur le revenu de Statistique Canada pour les années 2019 à 2022 et les fichiers maîtres pour l'année 2023.



L'analyse par quintile repose sur le revenu après impôt ajusté, lequel tient compte de la fiscalité, des transferts gouvernementaux ainsi que de la taille des ménages.

Un quintile est une valeur qui divise une distribution en cinq parties égales. Un quintile représente donc 20 % d'une distribution de données; le premier quintile représente le premier cinquième des données (1 % à 20 %); le deuxième quintile représente le deuxième cinquième (21 % à 40 %) et ainsi de suite.

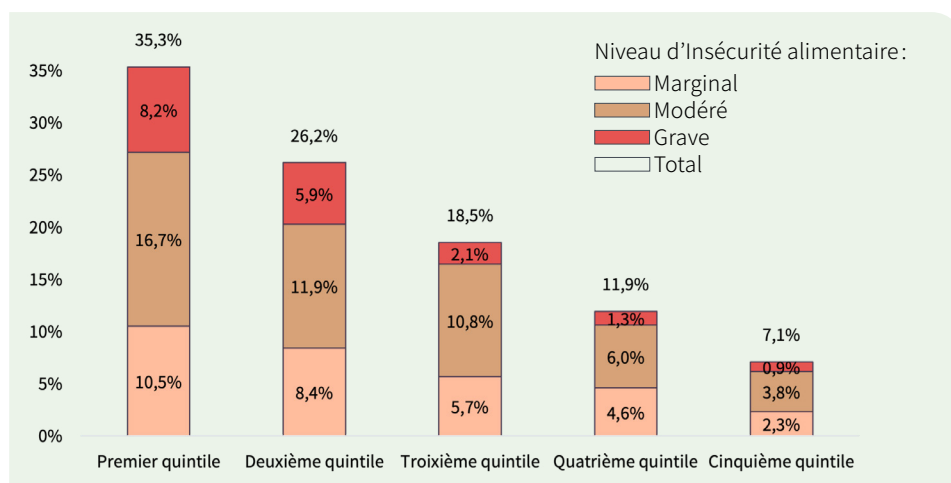
L'insécurité alimentaire atteint un sommet chez les personnes à faible revenu

Cette hausse au sein de la classe moyenne ne doit cependant pas faire oublier que l'insécurité alimentaire touche de façon disproportionnée les personnes les plus démunies.

Chez les personnes dont le revenu se situe parmi le premier quintile de revenu après impôt ajusté, c'est-à-dire parmi les personnes faisant partie des 20 % plus faibles revenus, le niveau d'insécurité alimentaire est passé de 22,9 % en 2019 à 35,3 % en 2023, soit une augmentation de 55 % (ou 12,4 points de pourcentage). Au sein de ce groupe, 615 500 personnes souffraient d'insécurité alimentaire en 2023, dont 142 000 étaient en situation d'insécurité alimentaire sévère.

FIGURE 5. Proportion de la population en situation d'insécurité alimentaire selon le quintile de revenu après impôt ajusté, Québec, 2023

Source : Analyses de l'Observatoire québécois des inégalités basées sur les fichiers maîtres de l'Enquête canadienne sur le revenu de Statistique Canada.



Une tendance moins marquée chez les prestataires de l'assistance sociale

Le niveau d'insécurité alimentaire est très élevé chez les personnes vivant dans un ménage prestataire de l'assistance sociale (41,6 % en 2023). Chez ces dernières, le niveau d'insécurité alimentaire sévère est particulièrement préoccupant, touchant 13,7 % des personnes en 2023. Ces données appuient une analyse publiée par l'Observatoire qui révélait que les programmes d'assistance sociale ne permettaient pas à leurs prestataires de couvrir leurs besoins de base.

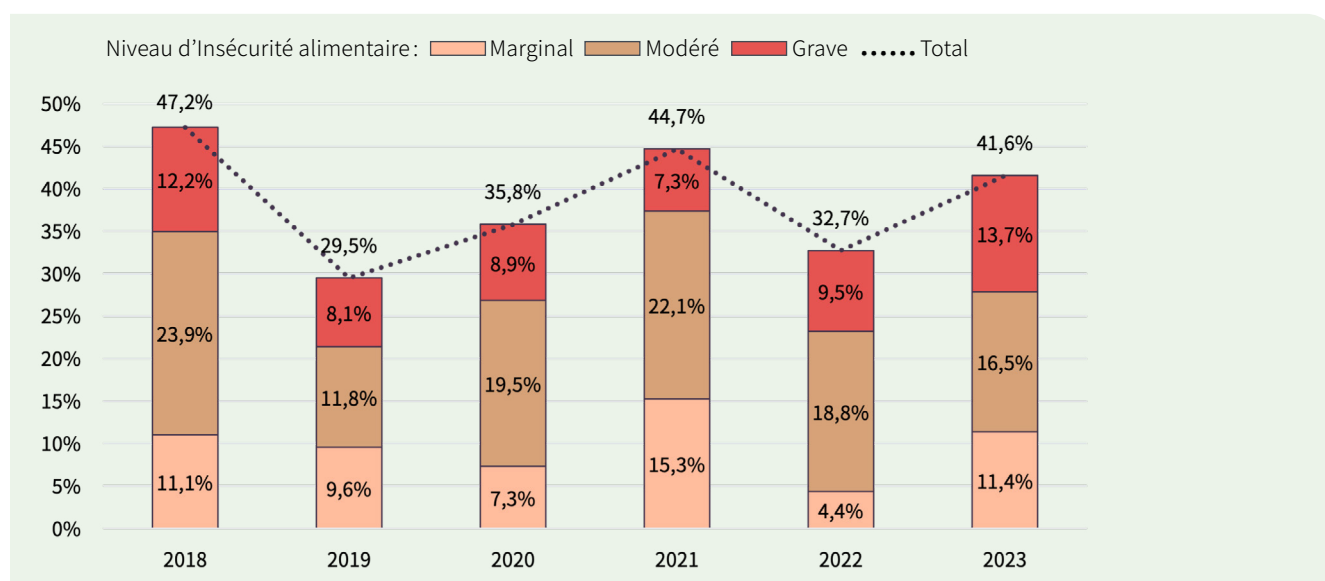
Il est toutefois à noter que l'augmentation du taux d'insécurité alimentaire a été moins marquée chez les personnes vivant dans un ménage prestataire de l'assistance sociale au Québec qu'au sein de la population générale. En effet, après avoir atteint 44,7 % en 2021, l'insécurité alimentaire chez ce groupe a reculé à 32,7 % en 2022, avant de remonter à 41,6 % en 2023. Au total, l'insécurité alimentaire chez les personnes vivant dans un ménage prestataire de l'assistance sociale a augmenté de 42 % entre 2019 et 2023, soit une hausse moindre que celle observée dans l'ensemble de la population (81,7 %).

Ce phénomène pourrait s'expliquer par l'entrée en vigueur du **programme de revenu de base**, un programme qui se distingue par des prestations plus élevées que celles prévues aux autres programmes d'assistance sociale et par le versement d'une aide financière individuelle, plutôt que par ménage. Ce nouveau programme est entré en vigueur au Québec le 1^{er} janvier 2023, juste avant le début de la période de collecte des données de l'Enquête canadienne sur le revenu 2022 (du 22 janvier au 4 juillet 2023).

Ces observations rejoignent celles d'une **étude menée par la Chaire de recherche sur la réduction des inégalités sociales de santé** concernant les retombées perçues de l'introduction du programme de revenu de base au Québec. Bien que la petite taille de l'échantillon exige de la prudence dans l'interprétation des résultats, l'étude rapporte que plusieurs personnes ont indiqué avoir réduit ou cessé leur recours aux banques alimentaires et avoir amélioré la qualité de leur alimentation depuis qu'elles reçoivent les prestations du programme de revenu de base.

Il convient de préciser que ce programme n'est pas accessible à l'ensemble des prestataires de l'assistance sociale. Son accès est limité aux personnes ayant connu des contraintes sévères à l'emploi pendant au moins 66 mois sur 72. Ce groupe représentait seulement 30,5 % des adultes prestataires des programmes d'assistance sociale en décembre 2023.

FIGURE 6. Proportion des personnes vivant dans un ménage recevant des prestations d'assistance sociale en situation d'insécurité alimentaire, Québec, 2018-2023

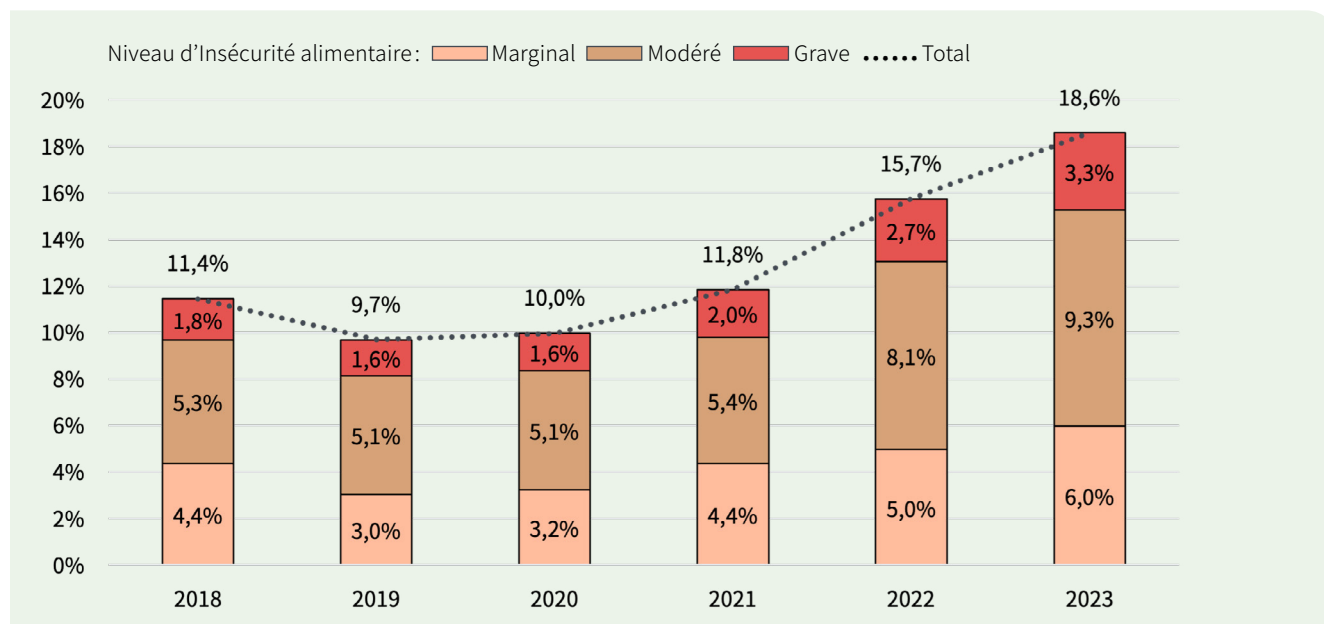


Source : Analyses de l'Observatoire québécois des inégalités basées sur les fichiers de microdonnées à grande diffusion de l'Enquête canadienne sur le revenu de Statistique Canada pour les années 2018 à 2022 et les fichiers maîtres pour l'année 2023.

L'insécurité alimentaire en hausse marquée chez les personnes en emploi

Avec la forte augmentation des inégalités de revenu observée au Québec depuis 2020, l'insécurité alimentaire touche de plus en plus les personnes en emploi. Depuis 2019, le niveau d'insécurité alimentaire chez les personnes ayant un revenu d'emploi est en hausse au Québec. Il a presque doublé en 4 ans, passant de 9,7 % en 2019 à 18,6 % en 2023. En 2023, c'était près de 800 000 personnes ayant les salaires comme principale source de revenu qui étaient en situation d'insécurité alimentaire au Québec. Parmi celles-ci, environ 140 000 étaient en situation d'insécurité alimentaire sévère.

FIGURE 7. Proportion de la population ayant les salaires comme principale source de revenu en situation d'insécurité alimentaire, Québec, 2018-2023

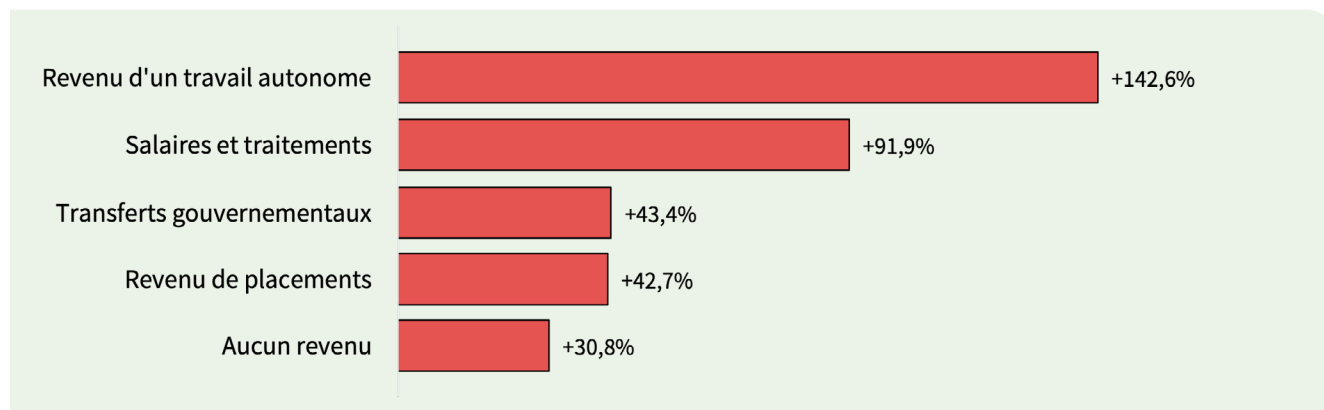


Note : Pour les personnes âgées de 16 ans et plus (15 ans et plus à partir de 2022) dans les ménages privés du Québec.

Source : Analyses de l'Observatoire québécois des inégalités basées sur les fichiers de microdonnées à grande diffusion de l'Enquête canadienne sur le revenu de Statistique Canada pour les années 2018 à 2022 et les fichiers maîtres pour l'année 2023.

Ce sont d'ailleurs les personnes dont la principale source de revenu sont les salaires ou les revenus de travail autonome qui ont subi la hausse la plus marquée de l'insécurité alimentaire entre 2019 et 2023. Ce phénomène rejoint les constats des banques alimentaires, qui observent une fréquentation accrue de la part de personnes en emploi.

FIGURE 8. Variation du taux d'insécurité alimentaire selon la principale source de revenu, Québec, 2019-2023



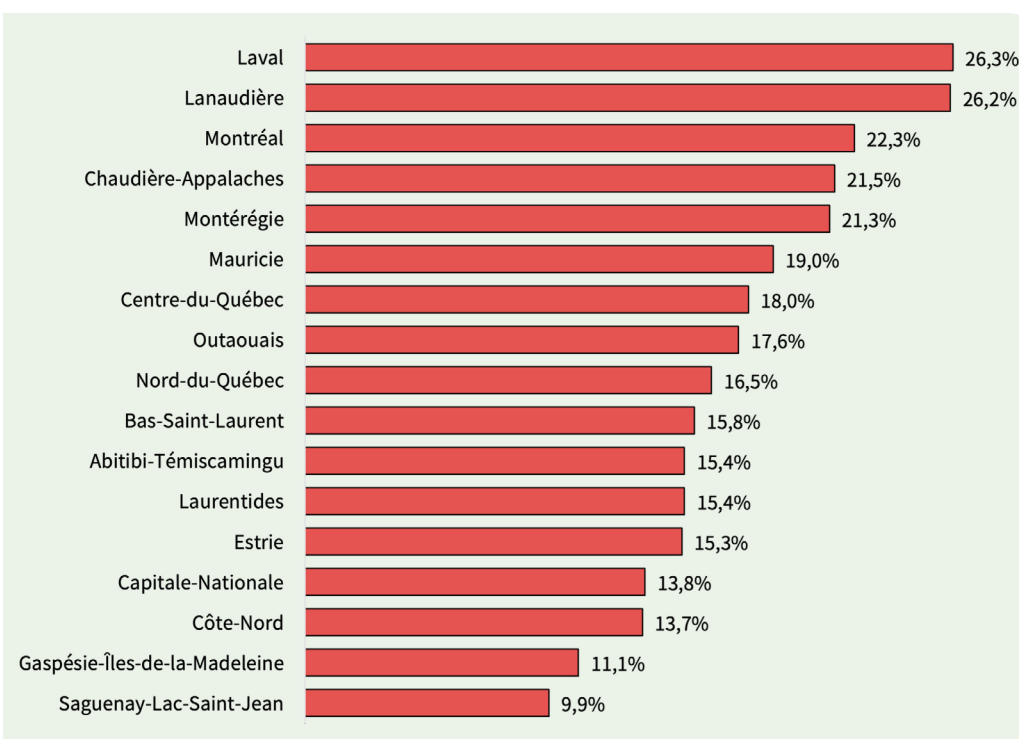
Note : Pour les personnes âgées de 16 ans et plus en 2019 et 15 ans et plus en 2022.

Source : Analyses de l'Observatoire québécois des inégalités basées sur les fichiers de microdonnées à grande diffusion de l'Enquête canadienne sur le revenu de Statistique Canada pour les années 2018 à 2022 et les fichiers maîtres pour l'année 2023.

Un taux d'insécurité alimentaire plus marqué au sein de certaines régions

Le taux d'insécurité alimentaire atteint des sommets dans les régions de Laval et de Lanaudière, où plus de 1 personne sur 4 (26%) se trouve en situation d'insécurité alimentaire. Au contraire, l'insécurité alimentaire est moins prévalente au sein des régions de Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine et du Saguenay-Lac-Saint-Jean, où elle touche environ 1 personne sur 10.

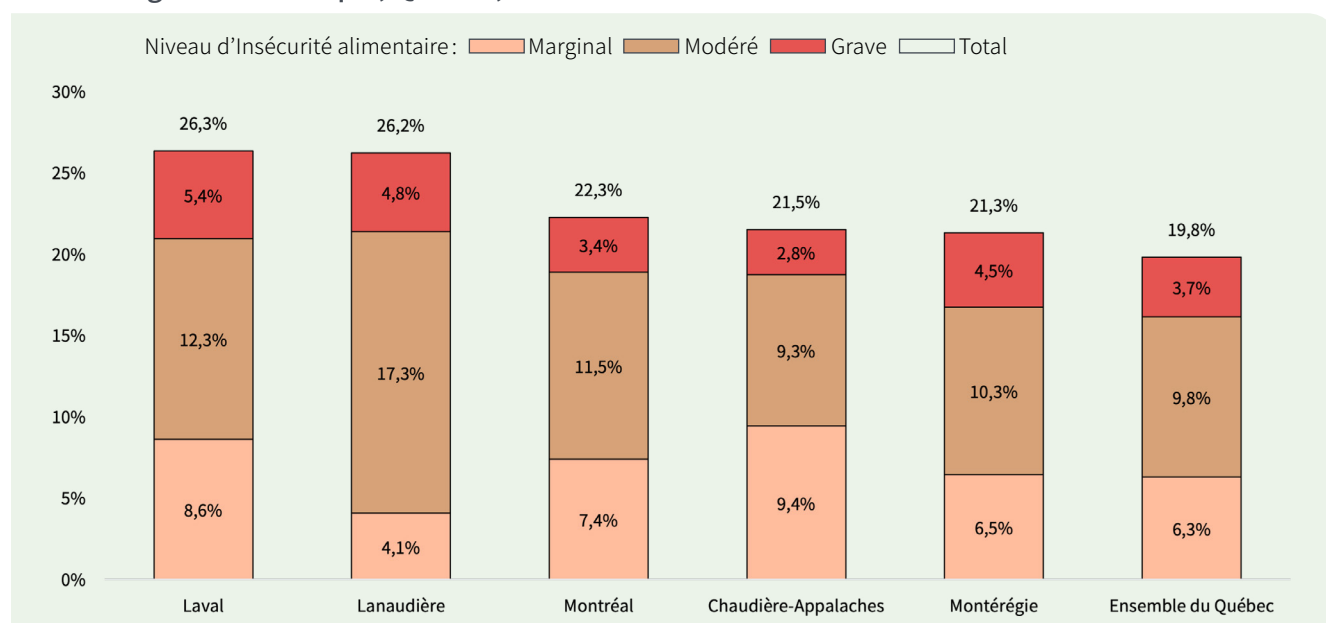
FIGURE 9.
Proportion de la population en situation d'insécurité alimentaire selon la région économique, Québec, 2023



Source : Analyses de l'Observatoire québécois des inégalités basées sur les fichiers maîtres de l'Enquête canadienne sur le revenu de Statistique Canada.

En plus des régions de Laval et de Lanaudière, trois autres régions affichent un taux d'insécurité alimentaire plus élevé que la moyenne québécoise (19,8 %), soit les régions de Montréal (22,3 %), de Chaudière-Appalaches (21,5 %) et de la Montérégie (21,3 %). L'insécurité alimentaire grave atteint 5,4 % de la population à Laval, soit plus de 25 000 personnes.

FIGURE 10. Proportion de la population en situation d'insécurité alimentaire selon la région économique, Québec, 2023



Source : Analyses de l'Observatoire québécois des inégalités basées sur les fichiers maîtres de l'Enquête canadienne sur le revenu de Statistique Canada.

Agir sur le revenu et le logement pour contrer l'insécurité alimentaire

L'insécurité alimentaire se manifeste généralement lorsque les ressources financières à la disposition d'une personne ne permettent pas une alimentation adéquate. C'est pourquoi les experts insistent sur la nécessité d'agir sur le revenu pour contrer cette problématique.

Le Québec dispose d'ailleurs de plusieurs leviers pour s'assurer que l'ensemble de sa population ait un revenu lui permettant de couvrir ses besoins de base, par exemple la fixation du salaire minimum, les allocations pour familles et enfants, le crédit d'impôt pour solidarité, les régimes de pension publics et les programmes d'assistance sociale.

D'après les calculs de Statistique Canada, un investissement de 4,7 milliards de dollars aurait suffi, en 2023, pour que toutes les personnes vivant au Québec disposent d'un revenu atteignant les seuils de la mesure du panier de consommation, leur permettant ainsi de couvrir leurs besoins de base. À titre de comparaison, cette somme représentait 3,1 % du budget du Québec en 2023.

Comme la hausse marquée de l'insécurité alimentaire est étroitement liée à la crise du logement au Québec, les mesures visant à agir sur le prix et la disponibilité des logements pourraient aussi contribuer à réduire l'insécurité alimentaire. L'accroissement de l'offre de logements financièrement accessibles, notamment de logements sociaux, apparaît comme une avenue particulièrement prometteuse.

Pour aller plus loin

- ➔ Écoutez la série de balado sur l'insécurité alimentaire de l'émission « On s'appelle et on déjeune » à laquelle l'Observatoire a participé.
- ➔ Consultez le rapport Crise du logement au Québec : quels effets sur l'insécurité alimentaire ? de l'Observatoire québécois des inégalités.
- ➔ Consultez le Bilan faim 2025 des Banques alimentaires du Québec.



Observatoire
québécois
des inégalités