

QUI A RECOURS À L'AIDE ALIMENTAIRE À SAINT-LÉONARD?

PORTRAIT DE 120 PERSONNES INTERROGÉES DANS HUIT POINTS DE DISTRIBUTION

Note de
synthèse

01

Comment lire les résultats

Les 120 personnes ayant répondu à l'enquête résident à Saint-Léonard. Elles ont été recrutées du 23 février au 12 mars 2026 dans huit points de distribution d'aide alimentaire du territoire. La participation était volontaire et sans une sélection aléatoire des personnes répondantes. Les données reposent sur les déclarations des personnes interrogées. Les résultats décrivent donc leur situation, mais ne peuvent être généralisés ni à l'ensemble des usagers de l'aide alimentaire ni à toute la population de Saint-Léonard. Enfin, le questionnaire ne reposait pas sur une échelle normalisée permettant de mesurer la prévalence ou de déterminer le degré d'insécurité alimentaire.

L'essentiel du portrait

Les 120 personnes interrogées représentent autant de ménages où vivent 340 personnes, dont 171 enfants et adolescents. L'enquête montre surtout une aide devenue régulière pour de nombreux ménages et des privations qui persistent malgré le soutien reçu.



5 ménages sur 8 (62,5%)
sont des familles avec
enfants et adolescents



Près de 1 ménage sur 2 (48,3 %)
déclare un revenu annuel
inférieur à 20 000 \$



Près de 7 personnes sur 9 (76,7 %)
ont manqué de nourriture au moins
une fois au cours des 12 derniers mois



7 personnes sur 10 (70 %)
ont réduit ou sauté des repas
faute d'argent



6 personnes sur 7 (85,8 %)
se sentent accueillies
avec respect



5 personnes sur 8 (64,2 %)
affirment être satisfaites
de l'aide reçue

Six constats à retenir

- 1. Les difficultés touchent toute la maisonnée.** La moitié des 340 personnes déclarées dans les ménages sont des enfants ou des adolescents.
- 2. Le manque de revenu est au cœur du problème.** Près de deux personnes sur trois citent les revenus insuffisants comme un frein à leur autonomie alimentaire; le logement et l'emploi s'ajoutent souvent à cette contrainte.
- 3. L'aide n'est pas seulement ponctuelle.** 63,3 % reçoivent une aide chaque semaine et 35,8 % y ont recours depuis au moins un an.
- 4. La quantité ne résume pas les besoins.** La qualité, la fraîcheur, les protéines, les produits frais, les préférences alimentaires et les besoins d'accompagnement comptent aussi.
- 5. Ce qui est attendu du panier : des protéines (76,7 %) et des produits frais (75,8 %),** de la quantité, mais aussi de la fraîcheur et des aliments compatibles avec les pratiques du ménage.
- 6. Les besoins débordent l'alimentation.** 48,3 % souhaitent de l'aide en emploi, 32,5 % en santé ; 56,7 % sont ouverts à être orientés ailleurs.

Des ménages familiaux et des profils variés

Les personnes rencontrées ont des âges, des parcours migratoires et des situations familiales différents. Cette diversité influence la manière de connaître les services, de s'y rendre et d'utiliser les aliments reçus, sans constituer en elle-même une cause d'insécurité alimentaire.

Des besoins qui dépassent la personne qui se présente au service

Les familles avec enfants représentent 62,5 % des ménages : 36,7 % sont biparentales et 25,8 % monoparentales. Les adultes vivant seuls comptent pour 20,8 %. Les 120 ménages regroupent 340 personnes, dont 171 enfants et adolescents : 43 de moins de 6 ans, 73 de 6 à 11 ans et 55 de 12 à 17 ans.

Les adultes de 35 à 54 ans forment 56,7 % des personnes interrogées. Les femmes sont légèrement majoritaires (55,8 %). Ces résultats décrivent les personnes présentes lors de la collecte et non l'ensemble des usagers de l'aide alimentaire.

Une diversité de parcours d'établissement

Les citoyen.nes de nationalité canadienne constituent 42,5 % de l'échantillon, les demandeurs d'asile 19,2 % et les résidents permanents 17,5 %. Plus de la moitié des personnes interrogées vivent au Canada depuis cinq ans ou moins (55,8 %), mais 26,7 % y résident depuis plus de dix ans. Le recours à l'aide alimentaire concerne donc à la fois des personnes récemment établies et des ménages installés depuis longtemps.

Six personnes sur dix déclarent une bonne compréhension du français, 31,7 % une compréhension moyenne et 8,3 % une faible compréhension. Le français demeure la langue de service; un langage clair, des supports visuels et des renseignements simples peuvent toutefois faciliter l'accès.

Une fragilité économique marquée

Près de la moitié des ménages (48,3 %) déclarent moins de 20 000 \$ par année. Aucun ne déclare 60 000 \$ ou plus, mais plus du quart des personnes ne connaissent pas le revenu du ménage ou préfèrent ne pas répondre. Par ailleurs, 55 % recherchent un emploi. L'aide sociale est la source de revenus la plus souvent mentionnée (33,3 %), devant l'emploi à temps partiel (15 %) et l'absence de source stable (10,8 %).

Le logement pèse sur le budget et sur la capacité de cuisiner

Le logement locatif privé concerne 63,3 % des personnes interrogées. Si 89,2 % disent avoir un logement stable, 18,3 % ont connu un hébergement temporaire au cours de la dernière année, 11,7 % un risque d'expulsion et 6,7 % une absence de logement fixe; ces situations peuvent se chevaucher. Une personne sur cinq ne dispose que partiellement, ou pas du tout, d'un espace fonctionnel pour conserver et préparer les aliments.



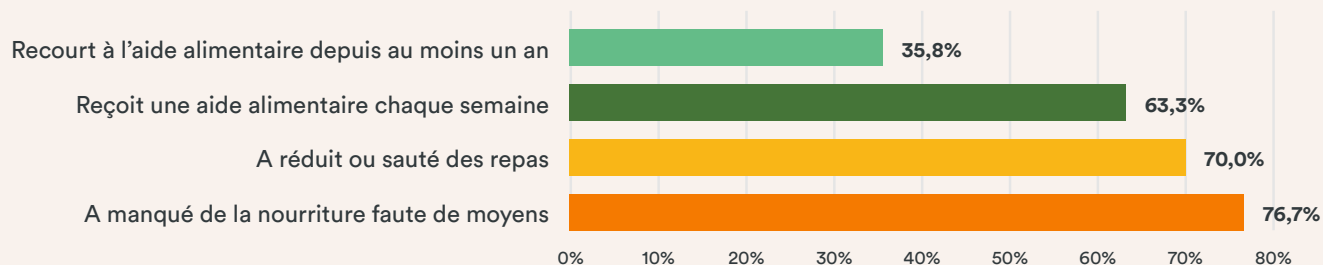
Repère territorial

À l'échelle de Saint-Léonard, 65 % des ménages sont locataires et 20,5 % des ménages locataires consacrent au moins 30 % de leur revenu au logement. Le territoire ne comptait qu'environ 604 logements sociaux selon les données municipales mobilisées dans le rapport. Ces éléments aident à comprendre pourquoi le logement réduit parfois la part du budget disponible pour l'alimentation.

Une aide indispensable qui ne couvre pas tous les besoins

L'aide alimentaire joue un rôle régulier dans l'équilibre de nombreux ménages. Elle atténue les difficultés, mais ne fait pas toujours disparaître le manque de nourriture ni les restrictions imposées aux repas.

Des difficultés alimentaires marquées et un recours fréquent à l'aide



Lecture : les deux premiers indicateurs portent sur les douze mois précédant l'enquête. Tous les pourcentages sont calculés sur l'ensemble des 120 personnes interrogées.

Des privations encore fréquentes

Au total, **76,7 % ont manqué de nourriture au moins une fois faute de moyens financiers**. Pour 59,1 %, cette situation survient parfois, souvent ou très souvent. De même, 70 % ont réduit la taille de leurs repas ou sauté un repas; 55,8 % l'ont fait parfois ou plus fréquemment. Ces indicateurs décrivent des privations concrètes, mais ne constituent pas une mesure normalisée du niveau d'insécurité alimentaire.

Un recours à la fois récent et inscrit dans la durée

85,8 % ont reçu une aide alimentaire au cours des douze derniers mois. Pour 63,3 %, le recours est hebdomadaire. Si 39,2 % utilisent les services depuis moins de six mois, 35,8 % y ont recours depuis au moins un an. Le réseau doit donc accueillir de nouvelles demandes tout en soutenant des ménages dont les difficultés persistent.

La quantité compte, mais pas seulement

Les protéines sont recherchées par 76,7 % des personnes interrogées et les fruits et légumes frais par 75,8 %. Les produits halal sont mentionnés par 47,5 %, les produits sans porc par 22,5 % et les produits pour bébés par 17,5 %. Un quart des personnes déclarent au moins une restriction, une allergie, une intolérance ou une condition particulière. En parallèle, 40 % consomment des fruits et légumes frais au plus deux jours par semaine.

Lorsqu'on leur demande ce qui devrait être amélioré, 42,5 % citent la quantité, 40 % la qualité, la fraîcheur ou la conservation, 25 % les produits de base (riz, pâtes, conserves ou farine), 22,5 % les produits frais et 21,7 % la variété. **L'adéquation d'un panier dépend donc du volume, mais aussi de son utilité réelle pour le ménage.**

Des services appréciés, malgré certains obstacles

85,8 % disent se sentir accueillis avec respect et 64,2 % se déclarent satisfaits ou tout à fait satisfaits de l'aide reçue. L'accès physique pose néanmoins problème à 14,2 % des personnes, notamment en hiver, en raison de la distance, du coût du transport, des horaires, de la mobilité ou du poids des denrées. Le transport collectif et la marche sont utilisés par 71,6 % des personnes interrogées.



Au-delà du panier : mieux relier l'aide aux autres leviers

Les difficultés alimentaires s'inscrivent souvent dans un cumul de contraintes : revenus insuffisants, coût du logement, emploi instable, responsabilités familiales ou problèmes de santé. Les points de distribution sont ainsi des lieux où d'autres besoins peuvent être repérés, sans que les organismes alimentaires aient à les prendre eux-mêmes en charge.

Une orientation volontaire vers les bonnes ressources

Parmi les personnes ayant précisé un domaine de référencement, le logement ou l'hébergement arrive en tête (45,1 %), devant les finances ou la gestion budgétaire (33,8 %) et le soutien familial ou parental (31 %). **Le référencement devrait rester volontaire : 43,3 % le souhaitent, 13,3 % répondent « peut-être », mais 43,3 % n'en veulent pas.** Lorsqu'un suivi est accepté, le courriel et le téléphone sont les moyens privilégiés.

Quatre priorités pour les décisions

1. **Adapter davantage l'offre.** Prioriser les protéines et les produits frais, tenir compte de la taille des ménages, améliorer la fraîcheur et offrir une marge de choix lorsque les capacités le permettent.
2. **Structurer un référencement simple et volontaire.** Actualiser le bottin des ressources (emploi, logement, santé, finances et soutien familial) et transmettre des renseignements personnels seulement si cela est nécessaire et consenti.
3. **Rendre les services plus visibles et accessibles.** Le bouche-à-oreille demeure la principale porte d'entrée (61,7 %). Des informations claires, des horaires mieux connus et une attention au transport peuvent rejoindre les personnes moins connectées aux réseaux locaux.
4. **Actualiser régulièrement le portrait.** Combiner quelques indicateurs communs, de courtes enquêtes et des mécanismes de rétroaction afin de suivre l'évolution des besoins sans alourdir inutilement le travail des organismes.



Près de 1 personne sur 2 (48,3 %)

souhaite de l'aide ou de l'information en matière d'emploi



Près de 1 personne sur 3 (32,5 %)

souhaite de l'information sur les services de santé



Près de 1 personne sur 5 (19,2 %)

mentionne la reconnaissance des diplômes



Près de 4 personnes sur 7 (56,7 %)

souhaitent ou envisagent un référencement vers d'autres services

RÉALISATION



AVEC LE SOUTIEN
FINANCIER DE



Centraide
du Grand Montréal

RÉDACTION

Francis Joël Tchenkeu, Ph.D. - *Conseiller à la recherche*

ISBN 978-2-9823853-2-0

Dépôt légal – Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2026

© CSL, septembre 2026

Apports et limites de la mutualisation



Elle peut faciliter la circulation des surplus, le partage de certaines capacités de conservation, l'information sur les ressources disponibles et le référencement.

Elle ne peut cependant corriger à elle seule l'insuffisance des revenus, le coût du logement ou le manque structurel de financement et de denrées.