



VERS LA PÉRENNISATION ET LA MULTIPLICATION DES **INITIATIVES DE COUPONS NOURRICIERS** AU QUÉBEC

L'insécurité alimentaire, une tendance à la hausse

Tout comme le coût de la vie, la proportion de personnes en situation d'insécurité alimentaire est à la hausse. En 2023, près d'un ménage sur 5 (19 %) vivait de l'insécurité alimentaire au Québec, comparativement à 14 % en 2018¹. Cela représente un peu plus de 1,7 million de personnes, dont 463 000 enfants¹.

L'insécurité alimentaire se définit comme un **accès insuffisant ou inadéquat à la nourriture en raison de contraintes financières**. Elle peut être :

- **marginale** : inquiétude de manquer de nourriture ou limiter le choix d'aliments en raison d'un manque d'argent pour la nourriture.
- **modérée** : qualité ou quantité des aliments consommés compromise en raison d'un manque d'argent pour la nourriture.
- **grave** : apport alimentaire réduit et perturbation des habitudes alimentaires (ex. : sauter des repas, réduire la quantité de nourriture consommée ou passer des journées entières sans manger).

L'insécurité alimentaire entraîne des répercussions négatives sur la santé physique et mentale des personnes touchées. En effet, les ménages en situation d'insécurité alimentaire modérée ou grave consomment moins d'aliments sains et nutritifs, au profit d'aliments et de boissons faisant partie de la catégorie « Autres aliments » du *Guide alimentaire canadien*, notamment des boissons sucrées².

Plusieurs facteurs peuvent être associés à la probabilité qu'un ménage soit en situation d'insécurité alimentaire, notamment les caractéristiques démographiques, socioéconomiques ou liées au logement¹.

Les mesures actuelles peuvent être bonifiées

Comme le souligne le Bilan-Faim 2025 des Banques alimentaires du Québec, tous les indicateurs sont à la hausse : le nombre de demandes alimentaires, le nombre de bénéficiaires ou encore le nombre de fréquentations mensuelles³. Ces constats soulignent l'importance des mesures structurantes pour augmenter le revenu afin de contrer l'insécurité alimentaire, comme les programmes de coupons nourriciers.

Au cours des dernières années, plusieurs initiatives de projets pilotes et de programmes de coupons nourriciers à travers le Québec ont démontré des retombées positives autant sur la sécurité alimentaire que sur la consommation d'aliments favorables à la santé. En plus de respecter l'autonomie et de soutenir la dignité des personnes participantes, les coupons nourriciers peuvent représenter des leviers économiques pour soutenir les producteurs et productrices ainsi que les transformateurs bioalimentaires locaux, les marchés publics et les épiceries solidaires.



Le gouvernement du Québec devrait mettre en place un Fonds dédié aux initiatives de coupons nourriciers pour les personnes qui vivent de l'insécurité alimentaire. Ce Fonds permettrait de soutenir de manière stable et prévisible les initiatives de coupons nourriciers.

Pour maximiser les retombées positives sur la collectivité, les programmes de coupons nourriciers doivent répondre à **quatre conditions essentielles** :

- 1. Soutenir l'économie sociale et les circuits courts.** Les coupons nourriciers sont utilisés dans des points de vente solidaires ou directement auprès des producteurs et productrices, comme les marchés publics, les kiosques à la ferme, les épiceries solidaires et les coopératives d'alimentation, afin de stimuler l'économie solidaire.
- 2. Renforcer l'accès économique à une alimentation nutritive et variée pour les personnes qui vivent de l'insécurité alimentaire.** Les coupons nourriciers représentent un apport financier prévisible et sont un moyen pour contribuer à la lutte contre l'insécurité alimentaire.
- 3. Favoriser des choix alimentaires nutritifs et durables en respectant l'autonomie et la dignité des personnes.** Les programmes de coupons encouragent l'achat d'aliments nutritifs (ex. : fruits, légumes, produits laitiers et céréaliers peu transformés, aliments protéinés), tout en laissant aux personnes participantes la liberté de choix.
- 4. S'arrimer avec les réalités territoriales.** Les programmes de coupons nourriciers sont développés et portés en collaboration avec plusieurs parties prenantes du territoire concerné, incluant les producteurs et productrices, les marchands et les personnes participantes, afin de tenir compte des réalités territoriales.

Financer les coupons nourriciers en taxant les boissons sucrées

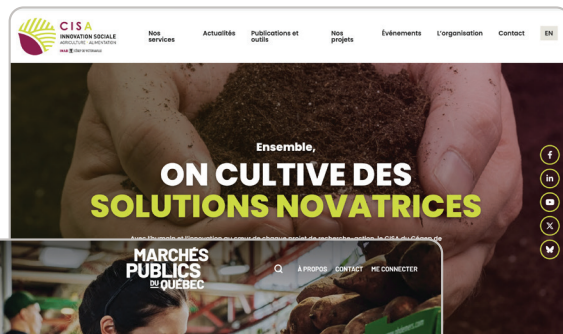
Plusieurs mesures gouvernementales peuvent financer les initiatives de coupons nourriciers. La taxation des boissons sucrées compte parmi les avenues prometteuses. **Au Québec, deux personnes sur trois sont en faveur d'une taxe sur les boissons sucrées dont les revenus sont réinvestis dans un programme de coupons nourriciers** pour augmenter le pouvoir d'achat des familles à très faibles revenus⁴.

Au Québec, l'instauration d'une taxe de 0,20 \$ par litre sur les boissons sucrées pourrait générer entre 50 et 100 millions de dollars par année, selon les boissons incluses*. Un réinvestissement dans des initiatives pour augmenter le pouvoir d'achat de la population permettrait d'assurer un meilleur appui et d'atténuer son effet régressif auprès des populations à faible revenu.

Expériences inspirantes

La Carte proximité du Carrefour solidaire

Depuis son lancement en 2020, la Carte proximité du **Carrefour solidaire** offre une carte prépayée aux ménages vivant de l'insécurité alimentaire à travers les organismes communautaires éligibles au programme. La carte peut être utilisée auprès des partenaires marchands, soit des épiceries et des marchés solidaires, des kiosques à la ferme et des marchés publics. Selon le bilan de l'année 2025, les personnes participantes au programme soulignent que la Carte proximité leur a permis de manger plus sainement, de vivre moins de stress lié à l'alimentation et d'en apprendre plus sur les produits locaux du Québec. Le programme a permis une réduction de 32 % de l'insécurité alimentaire grave chez les personnes participantes⁵.



Coupons nourriciers de l'Association des marchés publics du Québec (AMPQ)

Durant les saisons d'activités des marchés publics, des projets pilotes de coupons nourriciers se sont déployés dans la municipalité régionale du comté de Portneuf et dans la région du Bas-Saint-Laurent. Le programme de coupons nourriciers de l'**AMPQ**, en collaboration avec le Centre d'innovation sociale en agriculture (**CISA**), vise à offrir des bons d'achat aux personnes en situation de vulnérabilité et destinés à être utilisés en circuits courts, notamment en marché public⁶. Ce programme contribue à mettre en relation ces personnes avec les producteurs et productrices ainsi que les transformateurs bioalimentaires de leurs territoires.

La mise en place d'un Fonds dédié aux initiatives de coupons nourriciers, financé par exemple par la taxation des boissons sucrées, permettrait de contribuer à la lutte contre l'insécurité alimentaire en favorisant la multiplication et la pérennisation des initiatives de coupons nourriciers pour les personnes vivant de l'insécurité alimentaire.

* Ce montant a été calculé à partir des données d'achat des boissons sucrées au Québec en 2020-2021⁷, et ce, en considérant une baisse de 15 % des achats.

RÉFÉRENCES

- 1 Institut de la statistique du Québec. (2026). **Portrait de l'insécurité alimentaire au Québec.**
- 2 Institut national de la santé publique du Québec. (2025). **Consommation et habitudes alimentaires selon la situation de sécurité alimentaire des ménages.**
- 3 Banques alimentaires du Québec. (2026). **Bilan Faim Québec 2025.**

- 4 Sondage Léger réalisé du 1er au 3 août 2025 au compte du Collectif Vital auprès de 1007 répondants et répondantes.
- 5 Carrefour solidaire. (2025). **Carte proximité, fermière solidaire : Bilan 2025.**
- 6 CISA. (2023). **Coupons nourriciers.**
- 7 Institut national de santé publique du Québec. (2025). **Achats de boissons sucrées au Québec**



Pour plus d'informations :
collectifvital.ca
info@collectifvital.ca
 514 598-8058

© Tous droits réservés 2026

