

LES MAISONS S'EXPRIMENT

Fuir la violence, faire face à la faim

Les maisons s'expriment 2026 est le onzième sondage national d'HFC portant sur les maisons d'hébergement (MH) qui accueillent des femmes, des enfants et des personnes d'une diversité de genres subissant la violence.[1] *Ce numéro vise à mieux comprendre la crise de sécurité alimentaire et son impact sur les MH, notamment sur le personnel et sur les survivantes qui accèdent aux soutiens.*[2] *Le sondage met notamment en lumière la manière dont les MH assurent l'approvisionnement alimentaire, font face à la hausse des coûts et accompagnent les survivantes, dont les besoins dépassent souvent la durée de leur séjour en MH. Le sondage porte sur la période allant du 1er septembre 2025 au 31 août 2026.*[3]

WOMEN'S SHELTERS CANADA | HÉBERGEMENT FEMMES CANADA

Aperçu de la capacité d'accueil des MH

Parallèlement à l'accent mis cette année sur la sécurité alimentaire, nous avons dressé un état des lieux du taux d'occupation de chaque MH et leur avons demandé si elles avaient refusé des survivantes au cours de l'année écoulée. Les répondantes ont déclaré 3 118 lits d'urgence et 1 103 logements de deuxième étape occupés au cours de leurs nuits de référence respectives. Entre le 1er septembre 2025 et le 31 août 2026, la plupart ont refusé des survivantes parce qu'elles manquaient de place ou ne disposaient pas d'espaces adaptés: 40% l'ont fait fréquemment et 43% occasionnellement (n = 277). Le rapport national d'HFC, ***L'hébergement sous pression* (2026)**,[4] a mis en évidence les pressions persistantes sur les capacités d'accueil dans l'ensemble du secteur, notamment la prolongation des séjours et le nombre élevé de demandes.

La sécurité alimentaire sous pression

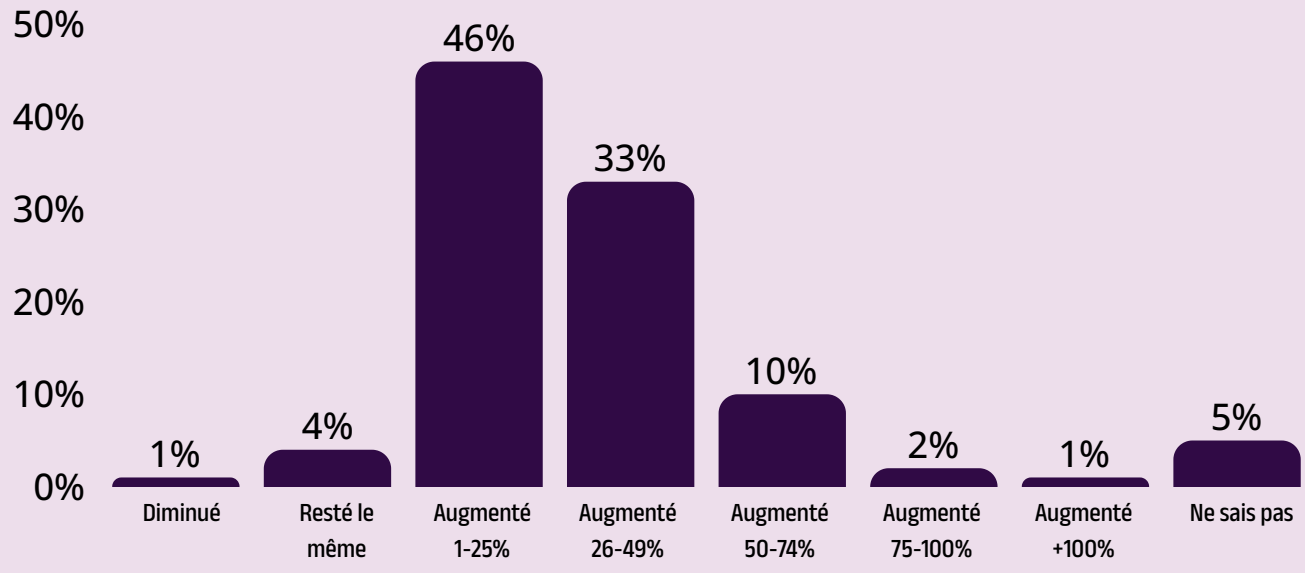
Les défis liés à la sécurité alimentaire se multiplient partout au Canada, avec la hausse des prix des denrées alimentaires et une fréquentation accrue des banques alimentaires. Les femmes et les enfants qui fuient la violence ne devraient jamais avoir à s'inquiéter de savoir s'ils auront assez à manger. Pourtant, les organisations ont indiqué que les survivantes arrivent affamées, ont du mal à payer leur épicerie et s'inquiètent de savoir comment elles vont nourrir leur famille après avoir quitté la MH. Ces difficultés sont largement répandues, 96% (n = 203) des répondantes estimant que leur communauté faisait face à une crise de sécurité alimentaire.

96% des maisons estimant que leur communauté faisait face à une crise de sécurité alimentaire.

75% des maisons ont déclaré qu'il était devenu plus difficile, au cours de l'année écoulée, d'aider les résidentes à se procurer suffisamment de nourriture.

FIGURE 1

Évolution des coûts alimentaires organisationnels au cours des 12 derniers mois (n=201)



Parmi celles ayant signalé une situation de crise, 75% (n = 194) ont déclaré qu'il était devenu plus difficile, au cours de l'année écoulée, d'aider les résidentes à se procurer suffisamment de nourriture.

Les MH fonctionnent à peu près comme n'importe quel foyer dans tout le pays: elles ont besoin de services publics, d'assurances, de réparations régulières et, bien sûr, de nourriture. Les MH font face à des difficultés liées au coût de la vie: les coûts alimentaires de 91% (n = 201) d'entre elles avaient augmenté au cours des 12 derniers mois. Le personnel a évoqué la difficulté de respecter les budgets alimentaires tout en proposant des produits frais, des protéines, des repas scolaires et des aliments répondant aux besoins alimentaires et culturels des résidentes, comme le montre la **Figure 1**.

Les organisations tirent le meilleur parti de budgets déjà limités pour proposer une alimentation équilibrée, en faisant leurs achats de manière avisée, en optant pour des ingrédients moins chers et en adaptant leurs menus afin de rentabiliser au mieux leurs ressources. Certaines ont indiqué avoir absorbé des coûts plus élevés afin de garantir aux résidentes l'accès à la nourriture pendant leur séjour. Pour d'autres, la hausse des coûts limitait la variété et les types d'aliments qu'elles pouvaient proposer. Les répondantes ont également souligné que l'accès à la nourriture pouvait devenir particulièrement difficile une fois que les survivantes quittent la MH, car le loyer et les autres dépenses essentielles ne leur laissaient que peu d'argent pour faire leurs courses.

> *Nous nous engageons à faire en sorte que nos résidentes ne vivent pas d'insécurité alimentaire pendant leur séjour parmi nous, et c'est notre organisation qui assume l'intégralité de la charge, qu'elle soit financière ou autre. »*
>
> ***– Participante au sondage***



Bien plus que de simples repas

La plupart des MH préparaient des repas et des collations pour les résidentes (86%, n = 204). Les organisations, notamment les MH2, ont également aidé les résidentes à préparer leurs propres repas. Parmi les MH ayant répondu, 64% (n = 202) ont fourni régulièrement des produits alimentaires ou des fonds pour l'achat de produits alimentaires, tandis que 16% l'ont fait occasionnellement.

Les MH ont indiqué préparer environ 14 116 repas par jour (n = 178). Derrière ce travail quotidien se cache une équipe qui s'occupe des achats, de la planification des repas, de la coordination des dons et qui répond aux besoins alimentaires et culturels des résidentes. Un grand nombre ont souligné qu'elles prépareraient davantage de repas si elles disposaient des fournitures, du personnel et des moyens financiers nécessaires. Près des deux tiers (64%, n = 181) proposeraient davantage de nourriture dans le cadre d'un service de repas existant ou mettraient en place un nouveau service de repas si elles avaient plus de ressources. Pour offrir davantage de repas, il ne suffit pas d'avoir les moyens d'acheter la nourriture, il faut également disposer d'un personnel suffisant pour la préparer et du matériel nécessaire au bon fonctionnement du service de repas.



L'approvisionnement alimentaire ne se limite pas à l'achat de produits d'épicerie. Les MH ont décrit comment elles s'organisaient pour planifier les repas, faire les courses, coordonner les dons, gérer le stockage, réduire le gaspillage et tenir compte des allergies, des problèmes de santé, des préférences culturelles et des exigences religieuses. Certaines ont signalé un manque d'espace dans les réfrigérateurs ou les congélateurs, des difficultés à transporter les dons, ou encore des dons qui ne correspondaient pas aux besoins des résidentes. D'autres ont souligné l'intérêt de disposer d'une cuisinière attitrée ou d'un poste de commis de cuisine. Pour fournir une alimentation qui réponde aux besoins des survivantes et respecte leur dignité, il faut des moyens financiers, des installations adaptées et du temps de travail de la part du personnel. Avec des ressources limitées, les démarches nécessaires pour assurer l'approvisionnement alimentaire peuvent imposer une charge de travail supplémentaire au personnel déjà chargé du soutien des résidentes.

« Les coûts ont augmenté, mais les sommes que nous recevons du bailleur de fonds, elles, n'ont pas augmenté. Nous devons compter davantage sur les dons alimentaires, mais cela mobilise des heures que le personnel ne peut plus consacrer aux résidentes, car il doit passer davantage de temps avec les donateurs. »

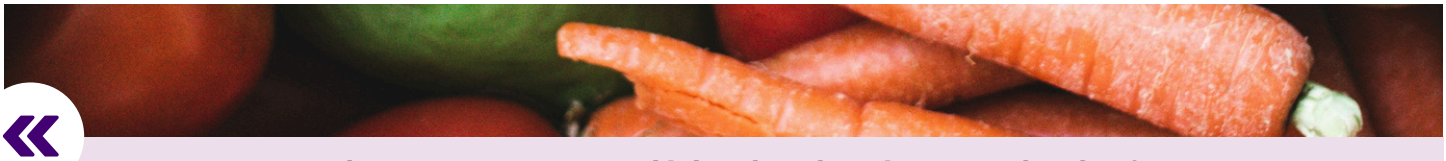
– Participante au sondage

Les MH situées dans des communautés de petite taille ou nordiques ont évoqué d'autres difficultés, notamment le nombre limité de commerces, le coût élevé des transports, le prix des produits frais et la difficulté à se procurer certains aliments sur place. Bien que cela représente un défi, certaines organisations trouvent des solutions créatives en collaborant avec des chasseurs, des jardiniers et des fermes pour tirer parti de l'alimentation traditionnelle ou de la production locale.

Insécurité alimentaire pendant et après le séjour en MH

Les MH ont indiqué venir en aide à des survivantes qui arrivent affamées, disposent de peu d'argent pour faire leurs courses ou ont du mal à subvenir à leurs besoins alimentaires après avoir réglé d'autres dépenses indispensables. Elles ont évoqué des parents qui se privaient de nourriture pour que leurs enfants puissent manger, des demandes de fournitures pour les repas scolaires et l'angoisse de ne pas avoir assez à manger.

Les problèmes de sécurité alimentaire sont désormais une réalité quotidienne pour le personnel; des MH ont en effet indiqué que les résidentes stockaient de la nourriture dans leurs chambres, craignant d'en manquer ou que d'autres ne la leur dérobent. Certaines ont également signalé que des résidentes emportaient de la nourriture de la MH pour la partager avec leur famille ou leurs proches. Ces témoignages illustrent la difficulté de gérer des ressources communes sans porter atteinte à la dignité ni au sentiment de sécurité des résidentes. Comme l'a expliqué l'une des répondantes:



« Les restrictions alimentaires peuvent déclencher des réactions chez les femmes en raison d'expériences passées liées à un approvisionnement alimentaire contrôlé ou limité. »

– Participante au sondage

Les préoccupations liées à la sécurité alimentaire dépassaient souvent le cadre de la MH. Un nombre élevé (82%, n = 202) ont déclaré que les résidentes avaient recours à des programmes externes, tels que les banques alimentaires ou les repas communautaires. Les MH ont également signalé que d'anciennes résidentes et bénéficiaires de services de proximité revenaient chercher de la nourriture, des paniers alimentaires ou des cartes-cadeaux après avoir emménagé dans un logement.

> *Les coûts sont élevés, mais nous mettons tout en œuvre pour que nos clientes ne soient pas confrontées à l'insécurité alimentaire pendant leur séjour dans notre MH. Elles doivent malheureusement souvent y faire face après leur départ, et nous n'avons pas les ressources pour les aider. »*
>
> **– *Participante au sondage***



Sécurité alimentaire et bien-être du personnel

Le personnel n'a pas été épargné par ces pressions. Le personnel d'une MH sur cinq (21%, n = 200) avait recours à des programmes externes d'aide alimentaire, tandis que plus de la moitié (58%) ignorait si son personnel bénéficiait de ces aides. Ces situations s'inscrivent dans le cadre d'une crise plus générale du pouvoir d'achat qui touche les gens qui travaillent. Le dernier rapport *Bilan-Faim 2025*[5] de Banques alimentaires Canada a révélé que l'emploi constituait la principale source de revenus pour 19,4% des usagers des banques alimentaires, contre 12% en 2019, ce qui rappelle qu'avoir un emploi ne protège pas nécessairement contre l'insécurité alimentaire.

Alors que le coût de la vie augmente, les salaires du personnel des MH ne suivent pas cette tendance; la hausse des dépenses des ménages suscite de vives inquiétudes quant au bien-être du personnel et à l'avenir du secteur. Même si les gestionnaires ignorent si le personnel a recours aux programmes d'aide alimentaire, des membres du personnel ont indiqué avoir du mal à se nourrir et demandaient à bénéficier de repas ou de produits frais sur leur lieu de travail. De nombreuses MH (60%, n = 182) autorisent leur personnel à consommer les collations ou les repas fournis sur place, ce qui permet à la fois de répondre aux problèmes de sécurité alimentaire et de créer des liens entre le personnel et les survivantes.

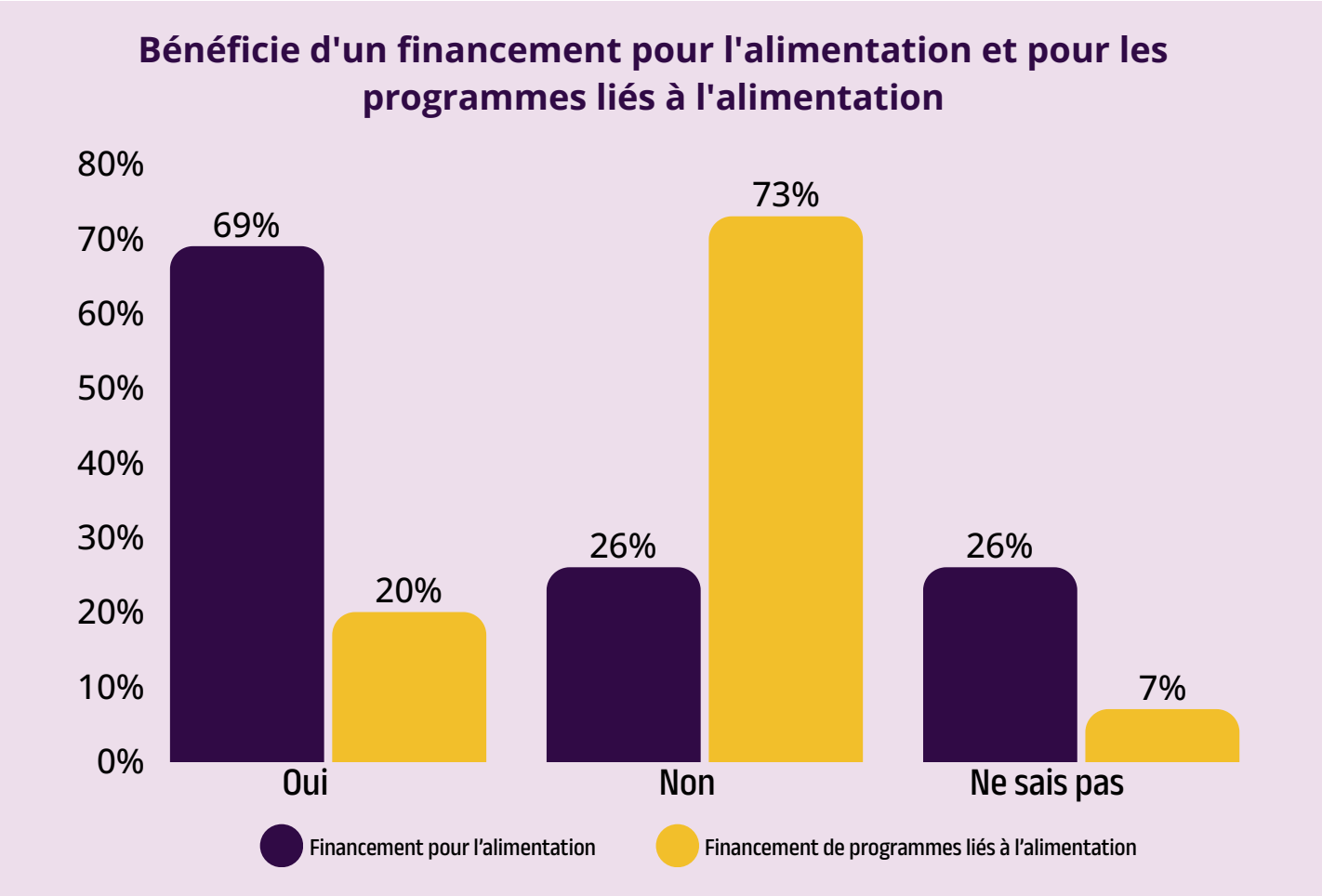


Financement, partenariats et réponses organisationnelles

Une majorité des MH (68%, n = 203) avait reçu des fonds pour l'achat de denrées alimentaires, et 20% (n = 202) pour des programmes liés à l'alimentation, comme le montre la Figure 2. Le fait de bénéficier d'un financement ne signifiait pas nécessairement que les frais alimentaires étaient entièrement pris en charge. Certaines MH finançaient l'alimentation à partir des fonds de fonctionnement généraux, au même titre que les frais de personnel, les charges, les assurances et d'autres dépenses, plutôt que par une allocation budgétaire spécifique destinée à l'alimentation. D'autres comptaient sur des collectes de fonds et des dons pour combler les déficits.

Pour certaines, l'absence de financement spécifique a limité le soutien qu'elles pouvaient apporter. Une MH a expliqué que, sans budget alimentaire, elle ne pouvait ni acheter ni fournir régulièrement de la nourriture aux résidentes. Une autre n'était pas en mesure de proposer des programmes de sécurité alimentaire réguliers ni d'approvisionner régulièrement les foyers des résidentes en denrées alimentaires. Les déficits de financement ont donc entrainé des répercussions tant sur la capacité de ces deux MH à maintenir l'aide existante que sur leur capacité à offrir une aide plus régulière.

FIGURE 2



Les MH ont évoqué leurs partenariats avec des banques alimentaires, des programmes de récupération alimentaire, des entreprises, des exploitations agricoles, des jardins communautaires, des groupes confessionnels et des donateurs locaux. Ces relations ont permis de fournir des produits alimentaires, des plats préparés et des cartes-cadeaux. Des MH fournissaient des paniers alimentaires aux survivantes ou proposaient des activités telles que la cuisine collective, le jardinage et des ateliers sur la préparation de repas abordables.

Le soutien apporté par les programmes alimentaires externes et les donateurs n'était pas toujours fiable. Des MH ont indiqué avoir reçu moins de dons alimentaires, avoir dû limiter la fréquence à laquelle les personnes en situation de précarité pouvaient se rendre dans les banques alimentaires, et avoir vu fermer des services de distribution alimentaire sur lesquels elles comptaient. Certaines ont également dû réduire leur propre aide alimentaire, en distribuant des colis de provisions plus modestes aux survivantes lors de leur départ ou en diminuant l'aide alimentaire dans le cadre de leurs services externes. Une MH a annoncé la fermeture de sa banque alimentaire en raison d'un manque de moyens financiers.

Des MH ont trouvé divers moyens de faire durer davantage leur budget alimentaire. Certaines ont réduit la variété des aliments proposés ou changé de fournisseur, tandis que d'autres ont intensifié leurs collectes de fonds ou sollicité davantage de dons alimentaires, comme le montre la **figure 3**. Ces mesures témoignent à la fois d'efforts visant à maîtriser les coûts et à mobiliser des ressources supplémentaires.

FIGURE 3

Principales réponses organisationnelles face aux défis de la sécurité alimentaire	Pourcentage
Réduction de la diversité alimentaire	**29%**
Augmentation des collectes de fonds ou des dons alimentaires	**28%**
Changement de fournisseur	**23%**

Contrer l'insécurité alimentaire tout en garantissant la sécurité

Les MH déploient des efforts soutenus pour fournir de la nourriture tout en préservant l'autonomie, la dignité et l'accès à des repas adaptés. Les répondantes ont déclaré plaider auprès des bailleurs de fonds et des représentants du gouvernement, déposer des demandes de subventions, organiser des collectes de dons et conclure des partenariats avec la communauté. Le personnel comprend parfaitement le lien qui existe entre l'insécurité alimentaire, le coût du logement, l'insuffisance des revenus et la capacité des survivantes à aller de l'avant après avoir subi la violence.

> *Nous devons souvent commencer par répondre aux besoins fondamentaux d'une cliente avant de pouvoir aborder la question de la violence elle-même. »*
>
> ***– Participante au sondage***



Les défis ne peuvent être relevés uniquement par une politique d'achats rigoureuse et des dons. Les témoignages mettent en évidence un écart croissant entre le coût de l'alimentation et les ressources disponibles pour soutenir le travail contre la violence fondée sur le genre, ainsi que la difficulté pour les survivantes de subvenir à leurs besoins alimentaires après avoir payé leur loyer et d'autres dépenses essentielles. Pour pallier ces difficultés, il ne suffit pas de se contenter de dons alimentaires. Les MH ont identifié le besoin d'un financement fiable et flexible, de personnel chargé de gérer la distribution alimentaire, ainsi que d'un accompagnement lorsque les survivantes s'intègrent dans la communauté.

> *Un financement fiable et flexible dans le domaine alimentaire ferait une grande différence pour notre organisation. Cela nous permettrait de planifier de manière proactive plutôt que de compter principalement sur des dons d'urgence, et contribuerait à garantir que les femmes et les enfants puissent se concentrer sur leur sécurité, leur rétablissement, leur emploi, leur logement et la reconstruction de leur vie sans avoir à se soucier de savoir d'où viendra leur prochain repas. »*
>
> ***– Participante au sondage***

[1] Le questionnaire a été envoyé à 457 organisations spécialisées dans la prise en charge des survivantes de violence, représentant plus de 620 maisons d'hébergement (MH) individuelles. L'analyse porte sur les réponses fournies par 239 organisations distinctes; les questions relatives à la sécurité alimentaire ont été traitées au niveau organisationnel, y compris pour l'ensemble des sites d'hébergement qu'elle gère. Les organisations répondantes étaient réparties dans toutes les provinces et tous les territoires. Le nombre de réponses varie selon les questions.

[2] Les conclusions relatives à la sécurité alimentaire sont présentées au niveau organisationnel. Les pourcentages sont calculés à partir des réponses valides à chaque question, y compris les «Je ne sais pas» lorsque proposés, et sont arrondis à l'entier le plus proche. Le n= qui accompagne chaque résultat correspond au nombre de personnes ayant répondu à cette question, et non au nombre de personnes ayant choisi la réponse indiquée. Les données relatives à la capacité d'accueil sont présentées séparément pour chaque MH.

[3] Les conclusions relatives à la sécurité alimentaire portent sur le niveau organisationnel et couvrent toutes les MH gérées par l'organisation. Les données relatives au taux d'occupation et aux refus concernent chaque MH prise individuellement; ainsi, une organisation gérant plusieurs MH pouvait fournir plusieurs réponses. Chaque MH a communiqué son taux d'occupation pour la nuit précédant la réalisation du sondage; les dates de référence varient donc d'un établissement à l'autre, au lieu de correspondre à la date de recensement national unique. Les résultats annuels relatifs aux refus de prise en charge couvrent la période du 1er septembre 2025 au 31 août 2026. Le nombre de réponses varie selon les questions.

[4] Hoogendam, R. et Maduakolam, C. (2026). ***L'hébergement sous pression: Réalités de première ligne des maisons d'hébergement au Canada***. Ottawa, Ontario: Hébergement femmes Canada.

[5] Banques alimentaires Canada. (2025). ***Bilan-Faim 2025: Conclusions générales***.