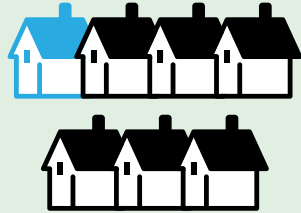


Abordabilité alimentaire à Ottawa : le panier de provisions nutritif 2025

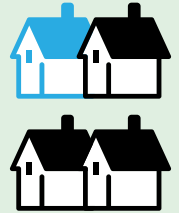
L'insécurité alimentaire a augmenté au fil du temps

On parle d'**insécurité alimentaire** lorsqu'une personne n'a pas suffisamment d'argent pour se nourrir



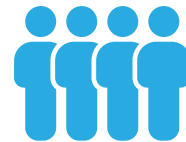
En 2019, un ménage sur **sept** a connu l'insécurité alimentaire.¹

En 2024, plus d'un ménage sur **quatre** a connu l'insécurité alimentaire.¹



Quel est le coût mensuel d'une alimentation saine?

 **411 \$**
Personne seule

 **1 180 \$**
Famille de quatre

Après le loyer et la nourriture, que reste-t-il chaque mois?²



Famille monoparentale avec deux enfants d'âge préscolaire – Ontario au travail

399 \$



Famille de quatre demandeurs d'asiles – une personne travaillant à temps plein au salaire minimum

153 \$



Personne seule enceinte – Programme ontarien de soutien aux personnes handicapées

-130 \$



Famille de quatre – Ontario au travail

-188 \$

Note : Les taux de location proviennent de la Société canadienne d'hypothèques et de logement (SCHL), reflétant les dépenses moyennes pour des logements locatifs. Le montant d'argent restant après avoir payé le loyer et la nourriture pourrait être inférieur, car les taux de location peuvent varier selon les types de propriétés et les tendances actuelles du marché des unités vacantes.

Impact de l'insécurité alimentaire

Accès à des aliments nutritifs = Meilleure santé
Les ménages en situation d'insécurité alimentaire présentent des taux plus élevés :
de mauvaise santé mentale | de maladies chroniques | d'infections | de mauvaise santé buccodentaire | de blessures



L'accès à la nourriture est un droit humain fondamental. Que pouvez-vous faire?

- **Renseignez-vous** sur l'insécurité alimentaire sur le site santepubliqueottawa.ca/insecuritealimentaire
- **Parlez** à vos élus municipaux, provinciaux et fédéraux pour soutenir les solutions fondées sur le revenu. Cela inclut des taux d'aide sociale basés sur le coût de la vie, des opportunités d'emploi sûres avec un salaire décent et une garantie de revenu de base pour les adultes en âge de travailler.
- **Partagez** ces messages sur l'insécurité alimentaire.

Sources:

¹ Public Health Ontario, 2025

² Ottawa Public Health, 2025

12.2025