

Panier à provisions nutritif et économique (PPNE) 2024-2025

MRC
du Haut-
Saint-François

Qu'est-ce que le PPNE?

Le PPNE est un outil mis au point par Alima, Centre de nutrition sociale périnatale, qui permet d'estimer le coût d'une épicerie équilibrée de base, couvrant les besoins nutritionnels de la population, à partir de relevés de prix dans les épiceries.

Projet pilote estrien

Dans le cadre d'un projet pilote, des relevés de prix ont été réalisés sur quatre périodes dans plusieurs localités de l'Estrie. Les relevés ont été réalisés à quatre reprises (avril 2024, juillet 2024, octobre 2024, janvier 2025) dans des épiceries dans chacune des MRC de la région.

Données par MRC

Cette fiche présente un résumé des données spécifiques à la MRC du Haut-Saint-François. Pour plus de détails sur le projet, veuillez consulter le rapport détaillé pour la région.

Coût du PPNE pour une famille type dans la MRC du Haut-Saint-François, janvier 2025

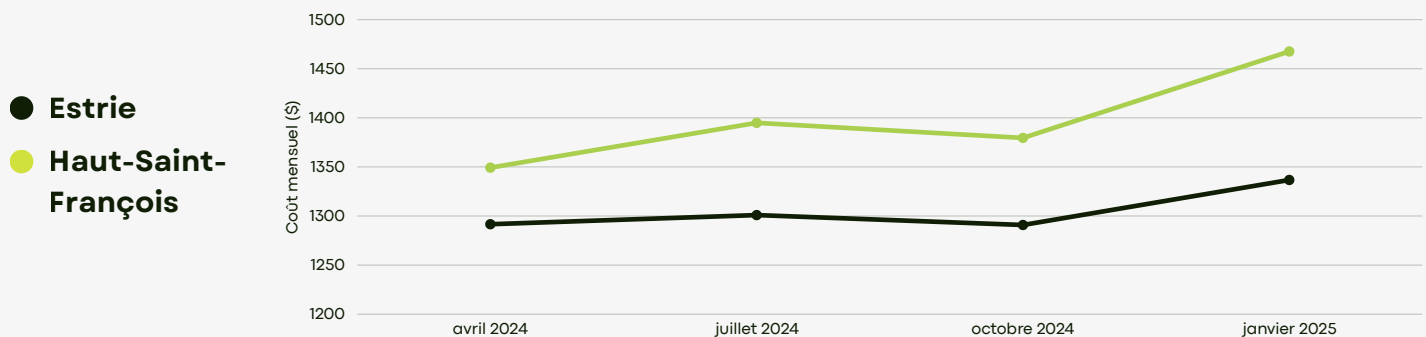
48,25 \$
par jour

337,74 \$
par semaine

1467,57 \$
par mois

17 610,80 \$
par année

Évolution du prix mensuel du PPNE pour une famille type* au courant de l'année



*Famille type

- femme, 31 à 50 ans,
- homme, 31 à 50 ans,
- garçon, 14 à 18 ans,
- fille, 9 à 13 ans.

Entre avril 2024 et janvier 2025:



8,8 %
par mois



118,34 \$
de plus par mois




18,5 %


du revenu annuel
médian¹ à consacrer à
l'alimentation

¹Revenu annuel médian après impôt pour une famille de deux adultes et deux enfants et de 103 000\$ par année, dans la MRC du Haut-Saint-François.

Source: Revenus des ménages 2021, Extraction spéciale, Recensement 2021, Statistique Canada.

Coût du PPNE pour d'autres types de ménages, MRC du Haut-Saint-François, janvier 2025

	\$ par semaine	\$ par mois	\$ par année
 Famille monoparentale	257,83 \$	1 120,33 \$	13 444,02 \$
 Homme vivant seul, 31 à 50 ans	110,63 \$	480,70 \$	5 768,37 \$
 Homme vivant seul, 70 ans et plus	94,58 \$	410,98 \$	4 931,76 \$

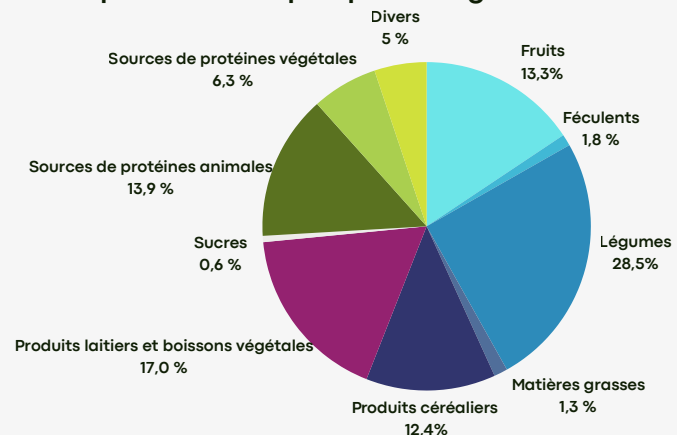
 **24,7 %**
du revenu annuel médian² à consacrer à l'alimentation pour une famille monoparentale

Les prix du panier par catégorie d'aliments

Aliments les plus dispendieux

Les catégories d'aliments les plus dispendieux dans la MRC du Haut-Saint-François étaient la **préparation commerciale pour nourrisson (PCN)** à 38,78 \$/kg, les **sources de protéines animales** (19,09 \$/kg), les **produits laitiers et boissons végétales** (7,57 \$/kg) et les **produits céréaliers** (7,11 \$/kg).

Répartition des prix par catégorie d'aliments



MRC du Haut-Saint-François : des coûts élevés qui limitent l'accessibilité alimentaire

La MRC du Haut-Saint-François présente le portrait alimentaire le plus préoccupant de toute la région de l'Estrie. Avec un coût mensuel de 1 468\$ pour une famille type, soit environ 367\$ par personne, les prix y sont nettement supérieurs à la moyenne régionale et le coût du panier représente donc 18,5% du budget annuel, une proportion alarmante qui pourrait placer même les ménages à revenus moyens en situation de stress budgétaire.

L'inflation alimentaire de 8,8% entre avril 2024 et janvier 2025, représentant 118\$ supplémentaires par mois, constitue l'une des hausses les plus importantes observées dans la région et aggrave considérablement une situation déjà critique. Cette dynamique est particulièrement dramatique pour les familles monoparentales qui doivent désormais consacrer près du quart de leurs revenus (24,7%) à l'alimentation, une proportion qui compromet gravement leur sécurité alimentaire.

²Revenu annuel médian après impôt pour une famille monoparentale dont le parent est une femme est de 54 400\$ par année, dans la MRC du Haut-Saint-François. Source: Revenus des ménages 2021, Extraction spéciale, Recensement 2021, Statistique Canada.