

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

MRC  
du Val-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 Val-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 Val-Saint-François, janvier 2025

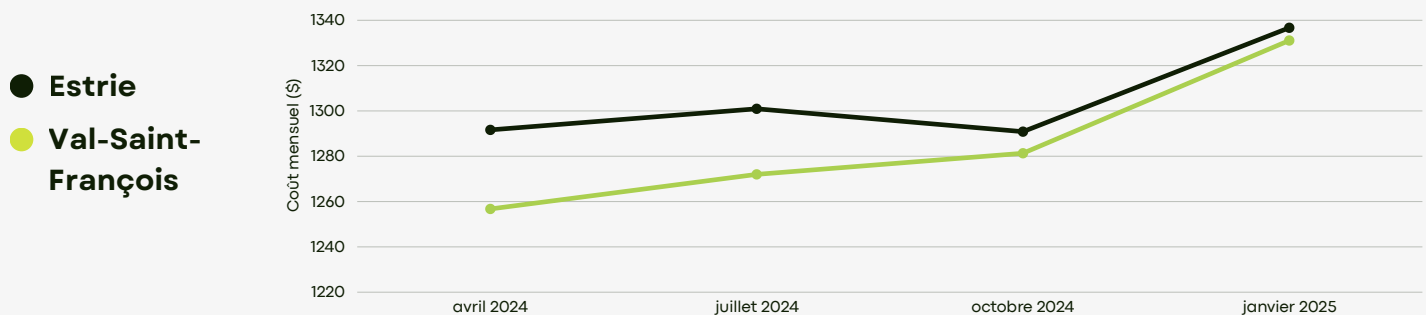
**43,76 \$**  
par jour

**306,33 \$**  
par semaine

**1 331,08 \$**  
par mois

**15 973,01 \$**  
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:



**5,9 %**  
par mois



**74,34 \$**  
de plus par mois




**14,3 %**


du revenu annuel  
médian<sup>1</sup> à consacrer à  
l'alimentation

<sup>1</sup>Revenu annuel médian après impôt pour une famille de deux adultes et deux enfants et de 112 000\$ par année, dans la MRC du Val-Saint-François.

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

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

	\$ par semaine	\$ par mois	\$ par année
 <b>Famille monoparentale</b>	235,52 \$	1 023,38 \$	12 280,51 \$
 <b>Homme vivant seul, 31 à 50 ans</b>	98,44 \$	427,73 \$	4 412,56 \$
 <b>Homme vivant seul, 70 ans et plus</b>	84,62 \$	367,71 \$	4 412,56 \$

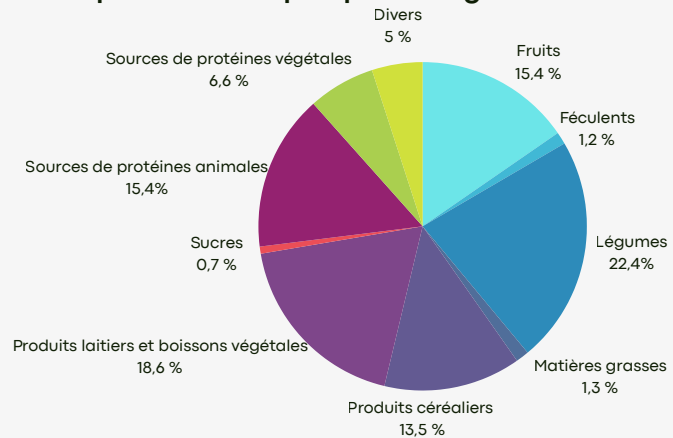
 **20,5 %**  
du revenu annuel médian<sup>2</sup> à consacrer à l'alimentation pour une famille monoparentale

## Les prix du panier par catégorie d'aliments

### Aliments les plus dispendieux

Les catégories d'aliments les plus dispendieux dans la MRC du Val-Saint-François étaient la **préparation commerciale pour nourrisson (PCN)** (41,66\$/kg), les **sources de protéines animales** (16,20 \$/kg), les **produits laitiers et boissons végétales** (8,09 \$/kg), et les **sources de protéines végétales** (6,76 \$/kg).

### Répartition des prix par catégorie d'aliments



## MRC du Val-Saint-François : des niveaux de revenus qui compensent une augmentation des coûts des aliments soutenue

La MRC du Val-Saint-François affiche un portrait alimentaire globalement favorable malgré une pression inflationniste notable. Avec un coût mensuel de 1 331\$ pour une famille type, les prix y sont compétitifs dans la région et le coût d'obtention du panier ne représente que 14,3% de son budget. Cette proportion avantageuse s'explique largement par des revenus médians parmi les plus élevés de la région (112 000\$), qui permettent d'absorber plus facilement les coûts alimentaires.

Toutefois, le territoire fait face à une augmentation des coûts des aliments préoccupante avec une hausse de 5,9% entre avril 2024 et janvier 2025, représentant 74\$ supplémentaires par mois. Cette augmentation érode progressivement le pouvoir d'achat des familles. Les inégalités selon le type de ménage demeurent marquées : les familles monoparentales doivent consacrer 20,5% de leurs revenus à l'alimentation, une proportion inquiétante qui révèle leur vulnérabilité face aux coûts élevés des aliments essentiels.

<sup>2</sup>Revenu annuel médian pour une famille monoparentale dont le parent est une femme est de 60 000\$ par année, dans la MRC du Val-Saint-François.

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