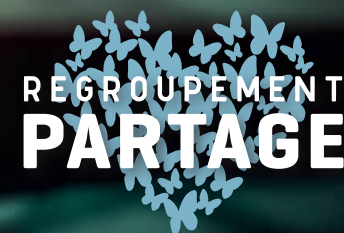


~~QU'EST-CE QU'ON MANGE ?~~



« Nous autres, autant moi que le père, on se prive pour que les enfants puissent manger qu'est-ce qu'ils veulent.

Faque, t'sais, nous autres, mettons qu'on aime, je sais pas moi, de bonnes toasts au beurre de peanut, [...] on calcule combien de tranches de pain que ça nous prend, pis si on a pas assez de pain, on se prive de déjeuner pour que les enfants puissent manger. [...]

Les enfants manquent pas. Mais nous, en tant qu'adultes, oui. »

*Mère de famille, habite avec ses enfants et son conjoint un appartement dans le privé.*

*Crise du logement au Québec: quels effets sur l'insécurité alimentaire ? Observatoire québécois des inégalités, juillet 2025.*

**ENSEMBLE, DU CHAMP À L'ASSIETTE,  
NOUS POUVONS FAIRE RECULER LA FAIM**

**DONNEZ  
GÉNÉREUSEMENT!**

[cultiverlespoir.ca](http://cultiverlespoir.ca)

**A**ujourd'hui, un nombre toujours plus important de ménages n'ont pas les moyens de faire face à la flambée des prix.

Conséquences directes de cette situation, au fil des mois, les organismes communautaires enregistrent une augmentation inédite du nombre des demandes d'aide d'urgence, les banques et les comptoirs d'aide alimentaire peinent à répondre à la demande, l'insécurité alimentaire sous toutes ses formes gagne toujours plus de terrain au Québec.

### **Constat difficile, mais pas fatalité**

Ensemble, grâce au programme Cultiver l'Espoir, nous avons le pouvoir de donner accès à une alimentation saine et nutritive à des milliers de personnes qui, sans l'aide de toute la communauté, ne mangeraient pas à leur faim et de les aider à améliorer leurs conditions de vie au quotidien.

**Votre contribution au programme  
Cultiver l'Espoir fait la différence**

**Nous vous offrons l'opportunité de participer activement et durablement à la lutte contre l'insécurité alimentaire au Québec, en nous aidant à atteindre notre objectif en 2026 :**

**Remettre plus d'un million de portions de légumes frais et biologiques aux comptoirs d'aide alimentaire.**



# INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE, COMMUNAUTÉ EN PÉRIL

En 2025, on estimait qu'environ 1,5 million de Québécois souffraient d'insécurité alimentaire, soit 1 personne sur 6.

Aujourd'hui, l'incessante augmentation du nombre des demandes d'aide alimentaire enregistrées dans les organismes communautaires, + 65,3 % en 5 ans, en dit long sur l'évolution de la situation au Québec<sup>1</sup>.

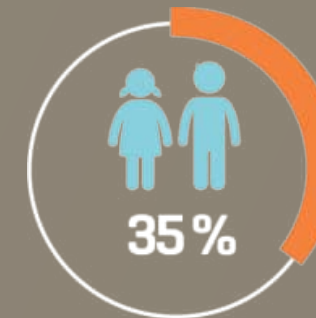
Hausse des prix des loyers, des taux hypothécaires, des aliments de base, des biens et services de consommation courante, mois après mois, année après année, le nombre de personnes dont la principale source de revenus est un emploi, mais qui ne parviennent plus à subvenir à leurs besoins essentiels et font appel aux comptoirs d'aide alimentaire ne cesse d'augmenter.

Les personnes les plus démunies voient s'éloigner toute chance d'améliorer leurs conditions de vie, l'avenir des plus vulnérables est compromis et un nombre toujours plus élevé de ménages de la classe dite « Moyenne » basculent dans la précarité.

## La faim n'est pas sans conséquence pour l'avenir de la communauté !

Au fil des mois, les impacts de l'insécurité alimentaire sur la santé physique et psychologique des adultes et des enfants qui souffrent au quotidien de la faim faute de pouvoir se nourrir adéquatement sont un frein au développement socioéconomique du Québec.

1. Bilan-Faim, Québec 2025. Banques alimentaires du Québec, 2025.

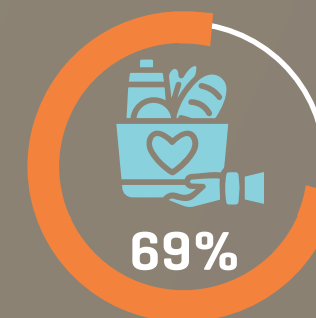


35 % des bénéficiaires des comptoirs d'aide alimentaire sont des enfants.

43 000 enfants de plus qu'en 2021 ont bénéficié d'un dépannage alimentaire en 2025.



20 % des ménages aidés ont un emploi comme principale source de revenus.



69 % des organismes d'aide alimentaire ont déclaré avoir manqué de denrées dans les dernières années.

# FAIRE RECULER LA FAIM C'EST L'AFFAIRE DE TOUS

« Aujourd'hui, on n'a plus le droit ni d'avoir faim ni d'avoir froid  
Dépassé, le chacun pour soi  
Quand je pense à toi, je pense à moi! »

La chanson des Restos du Coeur. Paroles : Jean-Jacques Goldman, 1985.

En unissant nos forces, grâce au programme Cultiver l'Espoir, nous avons le pouvoir de contribuer à donner accès à une alimentation saine et nutritive à celles et ceux qui ont faim autour de nous et de permettre à chacun de retrouver dignement la place qui lui revient au sein de la communauté.

**Ensemble, cultivons l'espoir !**

DEVENIR  
PARTENAIRE

DEVENIR  
BÉNÉVOLE

FAIRE UN DON

[cultiverlespoir.ca](http://cultiverlespoir.ca)



# CULTIVER L'ESPOIR UNE SOLUTION DURABLE

Initiative d'agriculture périurbaine déployée par le Regroupement Partage, Cultiver l'Espoir a pour objectif d'apporter un soutien concret et significatif à un très grand nombre de personnes en situation d'insécurité alimentaire à Montréal afin de les aider à sortir de la précarité en améliorant leurs conditions de vie.

Produits sur des terres mises à la disposition du programme par la Ville de Montréal, dans l'ouest de l'île, plus de 80 % des légumes Cultiver l'Espoir sont distribués aux organismes communautaires. Afin d'assurer la continuité et le déploiement de ses retombées sociales, tout en participant au renforcement d'un système alimentaire montréalais plus équitable et durable, le reste de la production est valorisé de manière à soutenir la viabilité financière du programme.

Basé sur un modèle d'action pragmatique et rassembleur, le programme Cultiver l'Espoir est porteur d'un potentiel exceptionnel dans la lutte contre l'insécurité alimentaire au Québec, atout majeur du renforcement des liens au sein de la communauté.

## Cultiver l'Espoir c'est

### **1 grande chaîne de solidarité**

agriculteur, partenaires, donateurs, bénévoles, consommateurs

### **6,25 hectares**

cultivés sur l'île de Montréal

### **130 tonnes de légumes biologiques**

produits dans le respect de l'environnement

### **+ d'1 million de portions de légumes**

redistribuées gratuitement tout au long de l'année

# UNE GRANDE CHAÎNE DE SOLIDARITÉ

De la ferme Cultiver l'Espoir, à Cap-Saint-Jacques, à l'assiette de quelqu'un qui a faim - producteur agricole, partenaires institutionnels et privés, organismes communautaires, donateurs individuels, consommateurs, bénévoles - tous jouent un rôle essentiel et indispensable dans une grande chaîne de solidarité agile et robuste, pour fournir des légumes frais et biologiques toute l'année aux comptoirs d'aide alimentaire, aux popotes roulantes, aux cuisines collectives.



Pour un grand nombre de personnes, l'aide alimentaire est une porte d'entrée dans un réseau communautaire à même de les orienter vers les ressources dont elles ont besoin, au-delà du dépannage alimentaire.

**Aider  
165 000  
personnes**

**Le Regroupement Partage s'appuie sur la force de tout un réseau de gens allumés, compétents, généreux et dévoués pour atteindre cet objectif.**

# CULTIVER L'ESPOIR DU CHAMP À L'ASSIETTE



Cultiver l'Espoir, c'est plus de 130 tonnes de légumes frais biologiques, soit plus d'1 million de portions redistribuées gratuitement à des familles en difficulté, dans le réseau de près de 300 organismes desservis par Moisson Montréal.

EN 5 ANS,  
LE NOMBRE DES  
DEMANDES D'AIDE  
ALIMENTAIRE A  
AUGMENTÉ DE  
**65,3 %**

Au Québec<sup>1</sup>  
**3,1 millions**  
de demandes d'aide alimentaire doivent être comblées chaque mois

à Montréal<sup>2</sup>  
**40 %** des demandes  
de demandes d'aide alimentaire doivent être comblées chaque mois

Un taux de croissance inédit !

Le nombre de demandes d'aide alimentaire mensuel a augmenté de 65,3 % entre les mois de mars 2021 et 2025.

Le seuil des 3 millions de demandes d'aide à combler chaque mois a été franchi au cours des derniers mois.

## Le dépannage alimentaire à Montréal, au mois de mars 2025<sup>2</sup>

**451 166**

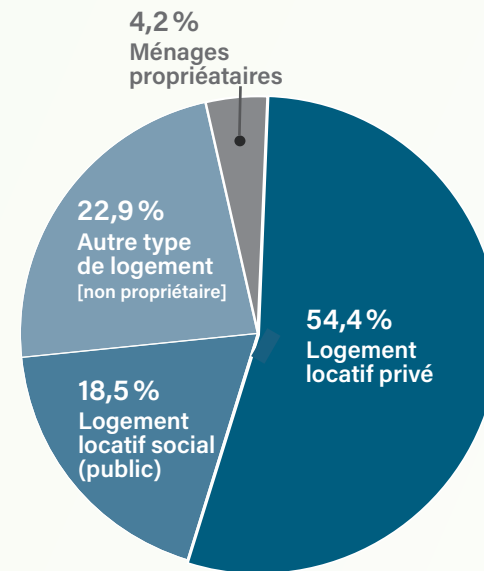
Personnes aidées

**378 865**

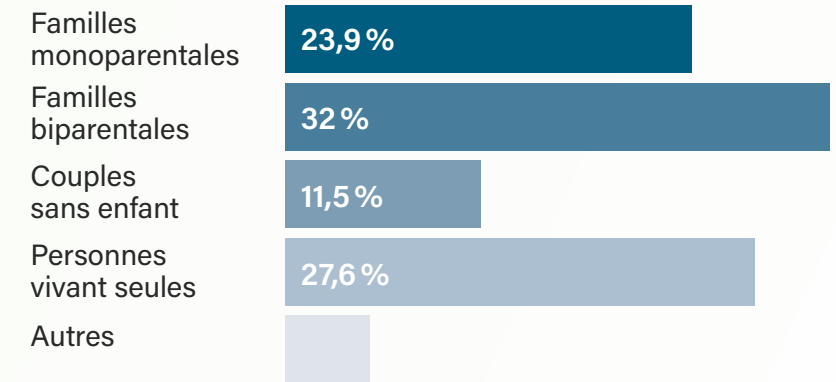
Paniers de provisions remis

**497 320**

Repas et collations servis



TYPE DE LOGEMENT OCCUPÉ  
PAR LES MÉNAGES



COMPOSITION DES MÉNAGES

Les données fournies dans le bilan-faim 2025 des Banques alimentaires du Québec incluent le profil des ménages bénéficiaires de légumes Cultiver l'Espoir, par l'entremise des comptoirs d'aide alimentaire desservis par Moisson Montréal.

<sup>1,2</sup> Bilan-Faim 2025. Banques alimentaires du Québec, 2025.

# ENTRE LOGEMENT ET ALIMENTATION, LA FAIM TROUVE SON CHEMIN

Un toit convenable et une alimentation saine et suffisante sont des besoins essentiels universels, non négociables. Pour chacun d'entre nous, il s'agit d'une évidence !

Et pourtant, mois après mois, faute de revenus suffisants, des centaines de milliers de Québécois n'ont d'autre choix que de se priver de nourriture pour pouvoir se loger.

Comment en arrive-t-on là ?

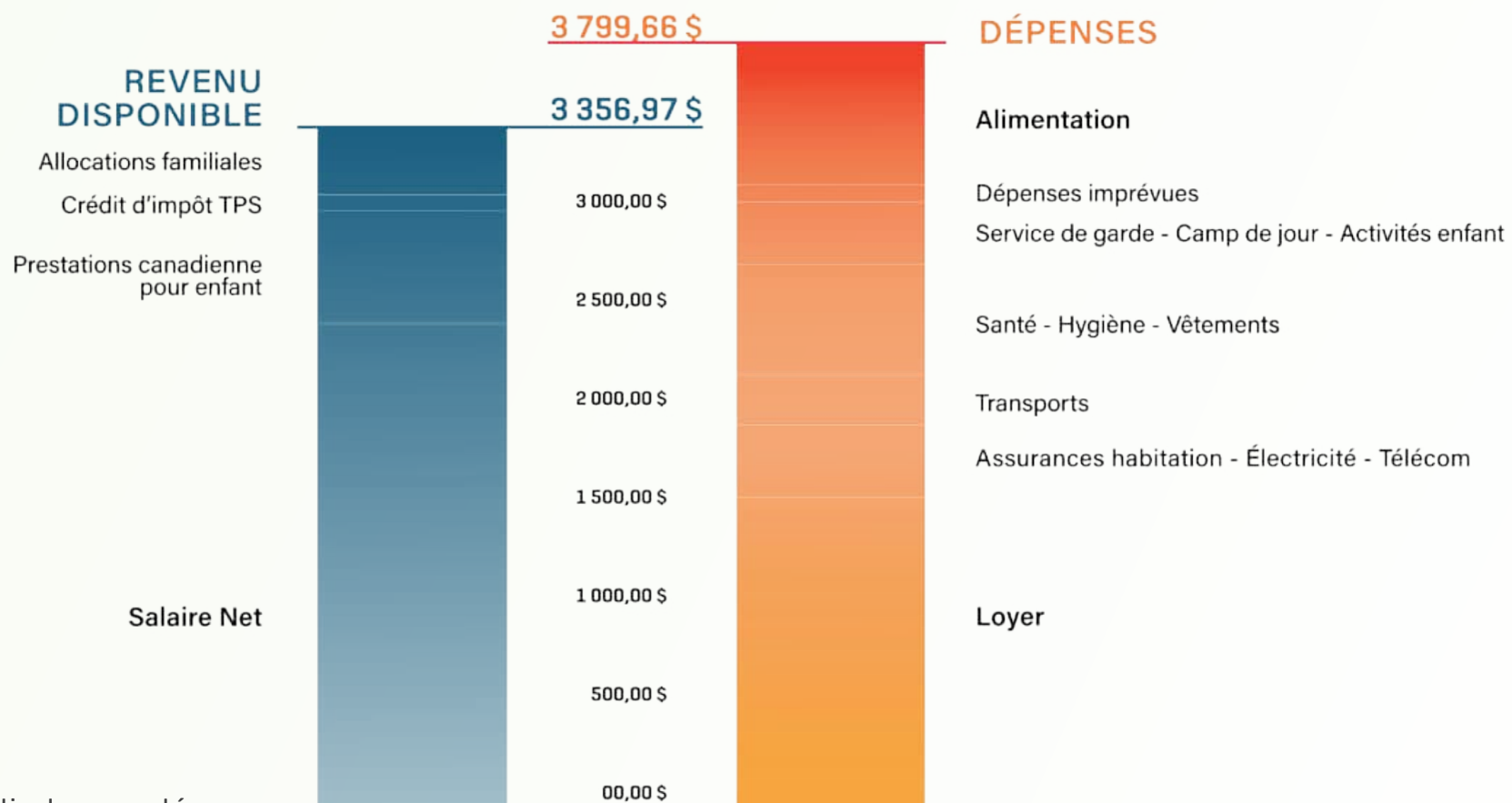
## DES CHIFFRES QUI PARLENT D'EUX-MÊMES

**-442,70\$**

Chaque mois, il manque près de 450 \$ à une jeune mère monoparentale et à sa petite fille pour pouvoir se nourrir correctement.

L'IRIS établit le revenu viable pour une ménage monoparental avec 1 enfant, vivant à Montréal, à 4 357,08 \$.<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Le revenu viable en 2025. Le logement encore au cœur de la sortie de pauvreté. Institut de recherche et d'informations socioéconomiques, 2025.



# DONNER À CHACUN LA POSSIBILITÉ DE SE NOURRIR

Cette année, Cultiver l'Espoir produira plus d'1 million de portions de légumes biologiques remises gratuitement par les comptoirs d'aide alimentaire à des ménages en difficulté.

## Aider un ménage de 3 personnes à se nourrir sainement, combien ça coûte ?

31,25 \$

Coût de production  
Cultiver l'Espoir d'un panier  
de légumes

VS

66,72 \$

Prix de vente d'un panier  
de légumes identique,  
à l'épicerie.

ÉPICERIE	
2026-04-29 15:16	
AIL bio 0,5lb	9.84 \$
ASPERGES bio 1lb	5.99 \$
CÉLERIBR bio. 1x	4.99 \$
COURGE bio 2lb	5.98 \$
COURGETTES bio 2lb	8.98 \$
KALE bio 1x	5.49 \$
POIVRONS.J. bio 1lb	7.99 \$
BETTERAVESR. bio 1lb	1.99 \$
CAROTTES bio 3lb	7.47 \$
PATATES DOUCES bio 2lb	8.00 \$
<b>TOTAL</b>	<b>66.72 \$</b>
<b>MERCI !</b>	

Ce panier type représente un apport nutritionnel d'environ 60 portions de légumes variés.

# RASSEMBLER POUR MIEUX AIDER

Depuis près de 30 ans, le Regroupement Partage apporte un soutien concret et durable aux personnes en situation de vulnérabilité socioéconomique.

Fort de son expertise et de celle de chacun de ses partenaires, et grâce à la générosité de ses donateurs et de ses bénévoles, le Regroupement Partage met en œuvre deux programmes phares au Québec, **Cultiver l'Espoir** et **l'Opération Sac à Dos**, et soutient activement les organisations locales et régionales qui les déploient sur le terrain.

Le Regroupement Partage contribue ainsi à la création et au renforcement de liens solides entre tous les membres de la communauté.



« Ben moi je mange pas... parce que j'ai rien à manger. [...] une chance il y a [autre participant], je dirais que c'est mon copain, des fois il m'aide un peu, mais pas tout le temps. Mais le temps qui m'aide, c'est ça. La plupart du temps, viens chez moi, tu vas voir que dans le frigidaire, y a pas grand-chose. »

**PARTICIPANTE À UN FOCUS GROUPE SUR L'INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE <sup>1</sup>**

« Une chance qu'on vous ait, vous faites la différence. Je ne sais pas comment on pourrait arriver sans ça. Il me reste que 5 \$ jusqu'à la fin du mois. »

**BÉNÉFICIAIRE DES PROGRAMMES DU REGROUPEMENT PARTAGE**

« La Fondation Famille Léger reconnaît assurément l'expertise de cet organisme et l'impact réel de ses programmes dans la vie des personnes démunies. Non seulement le travail du Regroupement Partage est essentiel, mais il est source d'espoir pour de très nombreuses familles montréalaises touchées par l'inflation. »

**JEAN-PIERRE LÉGER, VICE-PRÉSIDENT ET FONDATEUR,  
FONDATION FAMILLE LÉGER**

« En tant qu'ambassadrice du Regroupement Partage, je suis profondément convaincue de la pertinence de son action. Toute l'équipe s'efforce inlassablement de fournir une assistance aux ménages dans le besoin, tout en travaillant en collaboration avec divers acteurs pour favoriser la concertation et l'accès à des denrées alimentaires fraîches et de qualité pour tous. »

**ISABELLE MARÉCHAL, ANIMATRICE ET PRODUCTRICE,  
AMBASSADRICE DU REGROUPEMENT PARTAGE, DEPUIS 2008.**

<sup>1</sup> *Femme proche de la retraite, loue un appartement dans le privé (en attente d'un HLM)  
Crise du logement au Québec ; quels effets sur l'insécurité alimentaire ? Observatoire québécois des inégalités, juillet 2025.*

# PARTENAIRES PRINCIPAUX CULTIVER L'ESPOIR 2025

Montréal 

 FONDATION  
*Famille* LÉGER

*Fondation  
J.A. DeSève*

Fondation  
FAMILLE  
GODIN

 FONDATION FAMILIALE  
**TROTTER**  
FAMILY FOUNDATION

**KEURIG**

La Caisse 

**metro**

 Gouvernement  
du Canada

FONDATION  
Sibylla  
Hesse 

[Voir tous les partenaires](#)



4284, rue de la Roche, Bureau 217  
Montréal (Québec) H2J 3H9

[info@regroupementpartage.org](mailto:info@regroupementpartage.org)

[regroupementpartage.ca](http://regroupementpartage.ca)



---

DEVENIR  
PARTENAIRE

DEVENIR  
BÉNÉVOLE

FAIRE UN DON

[cultiverlespoir.ca](http://cultiverlespoir.ca)