

Femmes en instabilité résidentielle ou ayant vécu l'itinérance en Chaudière-Appalaches

Comprendre leurs enjeux pour
mieux répondre à leurs besoins

RAPPORT DE
RECHERCHE

Remerciements

Nous tenons à remercier toutes les personnes participantes à la recherche et plus particulièrement les femmes qui ont participé aussi généreusement aux rencontres de groupe. Sans elles, le projet n'aurait pas pu être réalisé.

Crédits

Coordination du projet : RGFCA

Karine Drolet, directrice générale
Laura Nadeau, chargée de projets

Recherche et rédaction : CRSA

Angela Brunschwig et Annabelle Seery, professionnelles de recherche
Lise St-Germain, coordonnatrice scientifique

Révision linguistique

Denise Carbonneau

Graphisme

Sonia Landry Design graphique

Comité de suivi du projet

Céline Montesinos, Connexion Emploi ressources femmes
Émilie Ferland-Mathieu, Jessica Massé, Nicole Deschamps et Nathalie Rousseau,
Centre Femmes l'Ancre
Joanie Bérubé et Marie-Josée Saint-Pierre, La Jardilec centre-femmes
Nathalie Beaulieu et Fannie Lecours, Espace Mélilot
Karine Drolet, Laura Nadeau et Mégane Larochelle, RGFCA
Angela Brunschwig et Annabelle Seery, CRSA

Droits de reproduction

CRSA, 2026

ISBN 978-2-925512-12-7 (version numérique PDF)

ISBN 978-2-925512-13-4 (version imprimée)

Dépôt légal – Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2026

La reproduction et l'utilisation, en tout ou en partie, de ce document
doivent en indiquer la source de la façon suivante :

Centre de recherche sociale appliquée (CRSA). 2026. *Femmes en instabilité
résidentielle ou ayant vécu l'itinérance en Chaudière-Appalaches. Comprendre leurs
enjeux pour mieux répondre à leurs besoins*. En collaboration avec le Réseau des
groupes de femmes Chaudière-Appalaches (RGFCA), Trois-Rivières, Centre de
recherche sociale appliquée, 56 p.

Table des matières

Faits saillants de la recherche	4
Mise en contexte	5
Contexte et but de la recherche	5
Concepts et définitions	5
Qu'est-ce que l'itinérance	5
L'itinérance visible et l'itinérance cachée	7
La précarité résidentielle	7
L'instabilité résidentielle	7
Approche méthodologique et collectes de données	8
Une recherche collaborative et participative	8
Une approche féministe intersectionnelle	8
Aspects éthiques	8
Collecte et analyse des données	9
Caractéristiques des personnes ayant participé à la recherche	11
Profil des actrices clés	11
Profil des femmes vivant ou ayant vécu des enjeux d'instabilité résidentielle ou d'itinérance	11
Présentation des résultats	15
Causes et conséquences des situations d'instabilité résidentielle et d'itinérance	15
Facteurs structurels	15
Facteurs systémiques	22
Facteurs relationnels	26
Facteurs individuels	30
Le vécu de femmes en situation d'instabilité résidentielle ou d'itinérance en Chaudière-Appalaches	33
Itinérance cachée des femmes comme stratégie de survie	34
Double invisibilisation des femmes en situation d'itinérance	36
Spécificités de l'itinérance en Chaudière-Appalaches dans les zones rurales ou périurbaines	37
Les ressources d'aide : entre difficulté à demander de l'aide et rôle essentiel	40
Difficultés des femmes à demander de l'aide	41
Rôle essentiel des ressources d'aide	43
Des femmes résilientes	40
Pistes d'action proposées en réponse aux besoins des femmes	45
Conclusion	48
Références	49
Annexe 1. Faits saillants – Statistiques régionales	47
Annexe 2. Synthèse des causes, conséquences et vécu de l'instabilité résidentielle et/ou de l'itinérance des femmes analysés par les femmes elles-mêmes	52
	54



Faits saillants de la recherche

La présente recherche collaborative et participative initiée par le Réseau des groupes de femmes Chaudière-Appalaches (RGFCA) avait pour but de visibiliser les réalités spécifiques aux femmes en Chaudière-Appalaches vivant en situation d'instabilité résidentielle ou d'itinérance.

À partir des propos recueillis auprès de 17 femmes vivant ou ayant vécu ces situations ainsi qu'auprès de 7 actrices clés (personnes accompagnant ou côtoyant des femmes vivant ces réalités), l'étude a permis de mettre en lumière à la fois les causes, les conséquences et les vécus spécifiques des femmes. Ces résultats font écho à la littérature recensée sur le sujet.

Tout d'abord, l'instabilité résidentielle et l'itinérance ne sont pas des processus linéaires, mais bien circulaires, où les causes, conséquences et expériences vécues s'entrecroisent. Les parcours des femmes sont influencés par de nombreux facteurs : **1) structurels** (précarité économique, pénurie de logements et inadéquation du modèle dominant d'hébergement d'urgence et isolement social); **2) systémiques** (sorties d'institutions et absence de prise en charge dans les services psychosociaux et de santé); **3) relationnels** (maltraitance dans l'enfance, violences conjugales et exploitation); et **4) individuels** (enjeux de santé mentale et de dépendances).

Le vécu des femmes en situation d'instabilité résidentielle et d'itinérance est caractérisé par l'invisibilité : les personnes rencontrées soulignent que l'itinérance féminine est davantage cachée que visible. Afin d'éviter les dangers de la rue ou des ressources d'urgence accueillant aussi des hommes, elles dorment, par exemple, chez des connaissances, de la famille ou dans des motels, et développent différentes stratégies pour ne pas être vues.

Les femmes vivant dans les secteurs ruraux ou périurbains de la région font face à des difficultés exacerbées : le manque de logements sociaux, l'absence de certains programmes, des ressources manquantes ou surchargées et l'accès restreint à internet et à la téléphonie aggravent leur situation de vulnérabilité. Elles vivent également des défis de déplacement et doivent souvent se déplacer vers de plus grandes villes, perdant ainsi leurs repères. Vivre de l'instabilité résidentielle ou des situations d'itinérance en milieu rural peut s'accompagner aussi d'une plus grande stigmatisation.

Les ressources d'aide jouent un rôle essentiel pour les femmes. Lorsqu'elles sont adaptées à leurs besoins (respect du rythme des femmes, écoute sans jugement, hébergement non mixte favorisant le sentiment de sécurité), elles sont un soutien très apprécié et favorisant la mise en action des femmes. Au contraire, plusieurs facteurs freinent la demande d'aide des femmes, notamment des expériences antérieures négatives qui minent la confiance des femmes envers les personnes intervenantes.

Alors que leurs parcours sont marqués principalement par le manque de ressources adaptées, la pénurie de logements financièrement accessibles et sociaux, la violence systémique envers les femmes et la pauvreté, plusieurs femmes portent la responsabilité de leurs conditions de vie, intériorisant ainsi les différentes défaillances qui relèvent d'enjeux structurels et systémiques.

Les stratégies et politiques actuelles, notamment en matière de logement social et communautaire et de lutte contre l'itinérance, sont insuffisantes et négligent les besoins spécifiques des femmes en situation de vulnérabilité. Il est primordial de tenir compte des pistes proposées par les femmes et les actrices clés rencontrées afin de permettre à ces femmes de vivre en sécurité et dans la dignité.

Mise en contexte

Contexte et but de la recherche

Le Réseau des groupes de femmes Chaudière-Appalaches (RGFCA) et ses groupes membres observent un manque de visibilité et de compréhension de la part de différentes actrices et différents acteurs régionaux des enjeux vécus par les femmes, en ce qui a trait à l'instabilité résidentielle et aux différentes situations d'itinérance. La crise du logement de même que les enjeux de pauvreté et de violences vécus par de nombreuses femmes de la région, tant en milieu rural qu'urbain, se jumellent à des ressources limitées d'hébergement spécifiquement pour les femmes.

Un projet de recherche collaborative a été développé avec le Centre de recherche sociale appliquée (CRSA) dans le but de visibiliser les réalités spécifiques aux femmes en Chaudière-Appalaches vivant en situation d'instabilité résidentielle ou d'itinérance.

Les questions principales ayant guidé l'étude sont les suivantes :

- Quel est le vécu des femmes en situation d'instabilité résidentielle ou d'itinérance en Chaudière-Appalaches, tant en milieu urbain que rural?
- Quels facteurs les ont menées vers ces situations?
- Quels effets ces situations ont-elles entraînés pour les femmes?
- Quels sont les points de vue des femmes sur l'accès aux services et ressources disponibles dans la région au regard de leurs besoins?

La mise en lumière des réalités spécifiques aux femmes de la région permettra ultimement de faire reconnaître collectivement la problématique et ensuite de pouvoir réfléchir à des solutions adaptées à leur situation.

Concepts et définitions

Bien que la présente recherche s'inscrive dans une approche inductive, donc partant des propos recueillis auprès des personnes participantes et non pas de théories préétablies, il est pertinent de définir en quelques mots des termes centraux à l'étude, soit l'itinérance, qu'elle soit visible ou cachée, de même que l'instabilité et la précarité résidentielle.

Qu'est-ce que l'itinérance?

Plusieurs définitions de l'itinérance sont présentées dans la littérature scientifique ou dans les documents gouvernementaux. Gélineau et ses collègues (2015) utilisent celle du *Canadian Observatory on Homelessness* pour qui l'itinérance « décrit la situation d'un individu ou d'une famille qui n'a pas de logement stable, permanent et adéquat, ou qui n'a pas de possibilité ou la capacité immédiate de s'en procurer un » (p. 48). Elles précisent que les personnes ne choisissent pas de ne pas avoir de domicile.



MacDonald et ses collègues (2022), dans la même veine, mentionnent que l'itinérance est toujours liée à un problème de logement, même si elle ne s'y réduit pas. Ils intègrent la notion de « chez-soi », qui inclut à la fois des aspects matériels, mais aussi symboliques, à l'expérience de ne pas avoir de logement à soi :

Cette notion d'absence de « chez-soi » recoupe des conditions de vie matérielles particulières et précaires, comme le fait de vivre en milieu d'hébergement, dans la rue, chez des proches ou même chez des personnes qui exploitent cette situation de précarité. Elle renvoie aussi à des conditions de vie symboliques faisant défaut, comme le sentiment d'appartenance ou de sécurité, l'impression d'exister et la reconnaissance citoyenne. (MacDonald et collab., 2022, p. 37)

Selon MacDonald et ses collègues, les conditions dans lesquelles vivent les personnes en situation d'itinérance ne leur permettent pas, « notamment en raison du manque d'intimité et de contrôle sur son environnement, et de l'insécurité physique ou psychologique », de développer et de maintenir un sentiment de confiance envers soi et les autres, ainsi qu'une stabilité intérieure permettant d'affronter les incertitudes de la vie (p. 37).

Tout comme celle de Gélinau et ses collègues (2015), différentes études (notamment MSSS, 2022; MSSS, 2023; Gougeon et collab., 2023; Carle et Déry, 2021; Schwan et collab., 2020) précisent également que différents facteurs s'entrecroisent pour mener les personnes à des situations d'itinérance : facteurs systémiques (défaillances des systèmes de santé, sociaux ou d'éducation, sorties d'institutions, insuffisance des programmes d'aide, etc.), structureaux (pauvreté, inégalités sociales, discriminations, pénurie de logements, etc.), relationnels (violences, conflits, ruptures familiales, etc.) et/ou individuels (enjeux de santé mentale, de dépendances, difficultés financières, etc.).

Le rapport de recherche de Gélinau et ses collègues (2008) portant sur les parcours de femmes ayant vécu l'itinérance met bien en lumière la complexité des réalités vécues, entre facteurs déclencheurs et facteurs fragilisant les trajectoires des femmes, ce qu'elles appellent la « spirale de l'itinérance » :

L'itinérance n'est pas le seul fait d'arriver à la rue. Elle se tricote à même une histoire d'instabilité résidentielle. [...] Pour certaines, un facteur donné peut déclencher un épisode d'itinérance quand, pour d'autres, le même facteur peut s'avérer un facteur de fragilisation. [...] La majorité des femmes rencontrées ont donc vécu plusieurs épisodes d'itinérance causés par des facteurs qui peuvent être différents et qui apparaissent plus ou moins tôt selon l'histoire personnelle. Tous ces facteurs finissent par interagir entre eux menant ainsi à une véritable escalade et intensifiant de ce fait la spirale. C'est là un phénomène d'une grande complexité. (Gélinau et collab., 2008, p. 25)

Enfin, la littérature rend compte de différentes formes d'itinérance, des frontières entre ces formes diverses qui peuvent être floues (par exemple, ce qui constitue de l'itinérance cachée peut varier d'une définition à l'autre) et du fait que les personnes peuvent passer d'une forme à l'autre au cours de leur vie (Grenier et collab., 2020; MacDonald et collab., 2022; MSSS, 2022).

L'itinérance visible et l'itinérance cachée

Le ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS) propose des définitions de l'itinérance visible et de l'itinérance cachée. L'itinérance visible est définie comme étant la :

situation dans laquelle les personnes n'ont pas de domicile fixe permanent et se trouvent sans abri, dans un lieu non conçu pour l'habitation humaine (par exemple : une voiture, un abri de fortune ou une entrée de porte) ou dans une ressource temporaire (notamment une ressource d'hébergement d'urgence, un refuge pour femmes victimes de violence conjugale, une ressource de transition ou un centre de thérapie, un centre de réadaptation en dépendance, un centre de crise, un centre hospitalier, un établissement de détention ou un quartier cellulaire d'un service de police) (MSSS, 2023, p. 13).

L'itinérance cachée fait référence à la situation dans laquelle les personnes sont :

hébergées temporairement chez d'autres ou dans un hôtel ou un motel, sans avoir de domicile fixe permanent, ou si elles demeurent dans une maison de chambres (Latimer et Bordeleau, 2019). À noter que les situations où les personnes vivent dans un logement non sécuritaire, insalubre ou surpeuplé peuvent aussi constituer des situations d'itinérance cachée lorsqu'elles se conjuguent avec un processus de fragilisation sociale (MSSS, 2022, p. 3).

La précarité résidentielle

La notion de précarité résidentielle renvoie, comme le définit Morin dans son étude menée dans la région du Centre-du-Québec (2023), à un « état d'incertitude qui augmente la probabilité réelle ou perçue de la personne de subir un événement indésirable, causé par ses liens avec son bailleur, les qualités physiques du logement, l'abordabilité, la sécurité du chez-soi ou l'accessibilité à des services » (p. 11).

L'instabilité résidentielle

La notion d'instabilité résidentielle évoque un processus de fragilisation de la capacité, de la possibilité et de l'exercice du droit d'être chez-soi, qui peut être lié à de nombreuses circonstances (problèmes de comportement, conflits avec le voisinage, dégradation des lieux, manque d'autonomie important, non-respect des obligations du locataire ou du propriétaire, etc.) et qui peut mener à l'itinérance (Hurtubise et collab., 2021; Lain, 2017).

Approche méthodologique et collectes de données

Une recherche collaborative et participative, basée sur une approche féministe intersectionnelle

Le projet s'inscrit dans une approche féministe intersectionnelle. Elle sert de cadre pour mieux comprendre et analyser la manière dont les différents systèmes d'oppression s'articulent et se renforcent mutuellement dans la vie des femmes. Le RGFCFA et le CRSA avaient la volonté que l'approche féministe intersectionnelle imprègne chaque étape de la recherche. Le souci de diminution des rapports de pouvoir entre chercheuses, praticiennes (actrices du terrain) et femmes concernées a ainsi guidé la démarche de recherche dès le début du projet.

L'approche de recherche déployée est donc collaborative et participative. Elle s'appuie sur le principe de la reconnaissance de la capacité des personnes à participer à la production des savoirs concernant leur propre réalité. Elle vise ainsi à donner une plus grande place aux personnes impliquées dans le processus de recherche, soit des femmes concernées et des actrices clés qui les accompagnent ou les côtoient au quotidien.

Un comité de suivi de la recherche a été formé à l'automne 2024. Coordonné par la chargée de projets du RGFCFA, il est composé d'intervenantes et de bénévoles de groupes de femmes de la région et de deux professionnelles de recherche du CRSA. Le comité a participé à la précision de l'objet de recherche, au choix de la méthodologie et à l'approfondissement de l'analyse. Certaines personnes membres du comité ont aussi validé les documents finaux (rapport, synthèse et fiche synthèse).

L'approche participative a été au centre des choix méthodologiques alors qu'il était important de permettre aux femmes concernées de ne pas seulement partager leur vécu, mais aussi de participer à l'analyse des données recueillies.

Enfin, le principe d'égalité des savoirs s'est aussi incarné dans l'offre d'une compensation appréciable (cartes cadeaux d'une chaîne d'épicerie et de pharmacies) aux membres du comité de suivi qui n'étaient pas rémunérées et pour les femmes participantes aux activités de collecte de données. Cette compensation financière a été remise aux femmes concernées après chacune de leur participation à une rencontre liée au projet de recherche. Sans nier les positions différentes, cette façon de faire visait à diminuer l'écart entre les différentes personnes impliquées et à reconnaître la valeur de la participation de chacune.

Aspects éthiques

Ce projet a reçu l'approbation du comité d'éthique du CRSA. Le souci éthique s'est entre autres traduit par la sensibilité des professionnelles de recherche au rythme des femmes participantes, au respect de leur silence, ainsi qu'à leur préoccupation pour leur bien-être et la protection de leur dignité. Les professionnelles de recherche du CRSA ont aussi veillé à respecter la manière dont les femmes nommaient leurs situations vécues : elles ont fait attention de ne pas qualifier une situation avec des mots qui ne correspondaient pas à leur perception.

La présence d'une ou de deux intervenantes, connues des femmes participantes, a facilité le climat de confiance. Bien que les femmes aient mentionné avoir apprécié leur participation aux rencontres, le fait de pouvoir bénéficier du soutien de ces intervenantes par la suite a été un filet de sécurité pour elles dans le cadre de la recherche.

Collecte et analyse des données

Le processus de recherche a été constitué de différentes étapes de collecte de données. Outre une recension ciblée de la littérature portant sur les femmes et l'itinérance et une recension de quelques données statistiques régionales¹, des entrevues individuelles et des rencontres de groupe ont été réalisées.

Entrevues individuelles avec des actrices clés de la région

Six entrevues individuelles (une seule entrevue regroupait deux personnes) à distance auprès d'actrices clés de Chaudière-Appalaches (intervenantes, bénévoles et coordonnatrices de groupes de femmes) ont été réalisées en décembre 2024 et janvier 2025. Ces personnes, à partir de leur position propre, ont pu partager leurs observations et vécus relatifs aux situations d'instabilité résidentielle et d'itinérance des femmes de la région.

Les entrevues ont été retranscrites et catégorisées par thème, dont certains émergents, puis une synthèse a été réalisée en mars 2025.

Rencontres de groupe avec des femmes directement concernées, dans une approche d'éducation populaire

À deux reprises, en février et en mai 2025, des femmes vivant ou ayant vécu de l'itinérance ou de l'instabilité résidentielle et qui étaient résidentes ou ex-résidentes d'une ressource d'hébergement au moment de la recherche ont participé à des rencontres de groupe. Ces rencontres ont été inspirées par des méthodes de recherche-action participative (RAP) et des démarches d'éducation populaire et de conscientisation. Cette approche a notamment permis de collectiviser le vécu des femmes et de faire émerger une compréhension sociale de ce qu'elles vivent ou ont vécu individuellement.

Première série de rencontres – février 2025 :

Trois groupes de 4 à 6 femmes ont été constitués (total de 15 femmes). Les outils utilisés lors de la collecte reposent sur des méthodes de recherche-action participative (RAP). Un photolangage et une ligne du temps ont permis de recueillir le vécu des femmes. Une femme, qui ne souhaitait pas partager son vécu lors de l'activité, a contacté l'équipe de recherche par téléphone afin de livrer son témoignage lors d'une entrevue individuelle. Cette option avait été proposée à toutes les participantes lors de l'activité.

À la suite de la première série de rencontres, qui avaient été enregistrées, les discussions avec les femmes ont été retranscrites. Une analyse individuelle a permis de comprendre chaque parcours dans sa singularité et d'identifier les enjeux et besoins propres à chaque participante. Une analyse transversale des données a ensuite été réalisée afin de bonifier les thèmes qui ont émergé lors des échanges avec les femmes participantes et pour dégager les grandes tendances des trajectoires de vie.

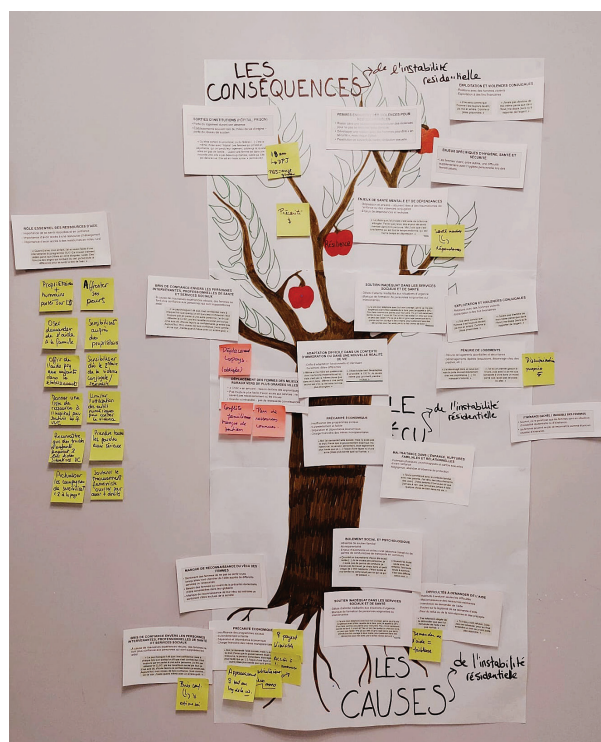
1 Voir annexe 1 pour la présentation de faits saillants de cette recension de statistiques régionales.

Cette analyse, jumelée à la recension de la littérature et à la synthèse des propos recueillis auprès des actrices clés, a été présentée aux membres du comité de suivi de la recherche qui ont pu la valider et la bonifier.

Deuxième série de rencontres – mai 2025 :

Deux groupes, respectivement de 5 et 10 femmes, ont été constitués. Parmi ces femmes, deux n'avaient pas participé à l'activité en février 2025. L'objectif de l'activité était de présenter les résultats préliminaires de la recherche aux femmes, d'approfondir les résultats en ce qui a trait aux réalités vécues par les femmes résidant en milieu rural et de bonifier l'analyse. Des cartes thématiques ont permis de présenter les résultats aux femmes et de collecter des informations complémentaires. Chaque carte présentait un thème de l'analyse préliminaire et une citation clé. En deuxième partie des rencontres, la méthode de « l'arbre à solutions » a été utilisée pour valider des aspects de l'analyse et permettre aux femmes de s'exprimer sur les pistes de solutions face aux enjeux vécus et documentés.

Arbre à solutions



À la suite de la deuxième série de rencontres, les discussions avec les femmes, qui avaient aussi été enregistrées, ont été retranscrites. Une analyse transversale des données a été réalisée afin de bonifier l'analyse préliminaire.

Déroulement des rencontres et rétroactions des femmes participantes

Les femmes participantes ont démontré une grande confiance envers l'équipe de recherche et ont accepté de « jouer le jeu » lors des diverses activités et moments d'échange proposés.

Les rencontres avec les femmes se terminaient avec un moment pour recueillir leurs points de vue sur le moment vécu ensemble. Les femmes ont rapporté que les rencontres ont suscité chez elles :

- Une prise de parole;
- Le sentiment de ne pas être seules;
- Une solidarité entre femmes;
- Un sentiment de bien-être malgré les émotions parfois difficiles;
- Un certain espoir de changement, sur les plans individuel et collectif.

Le présent rapport met en lumière toutes les données collectées en plaçant au centre du propos la parole des femmes directement concernées. Ces femmes résidant en Chaudière-Appalaches ont pu partager leur expérience et leur analyse des différentes situations vécues dans la région. Elles témoignent des enjeux d'instabilité résidentielle et d'itinérance et font écho à ce que les actrices clés et la littérature rapportent également.

Caractéristiques des personnes ayant participé à la recherche

Profil des actrices clés

- 2 intervenantes d'une ressource d'hébergement;
- 2 intervenantes d'un Centre-Femmes (MRC principalement rurales);
- 2 bénévoles d'un Centre-Femmes;
- 1 directrice d'un organisme communautaire œuvrant auprès des femmes.

Profil des femmes vivant ou ayant vécu des enjeux d'instabilité résidentielle ou d'itinérance

Au total, 17 femmes ont participé à une ou aux deux activités de collecte de données qui ont eu lieu en février 2025 et en mai 2025.

Groupe d'âge des participantes	Nombre
18-24 ans	2
25-34 ans	5
35-44 ans	6
45-54 ans	1
55-64 ans	3
65 ans et plus	0
Total	17

La majorité des femmes (11) sont âgées de 25 à 44 ans. Quatre femmes sont âgées de 45 à 64 ans et deux femmes, de 18 à 24 ans.

Constitution du ménage	Nombre
Femmes sans enfants	6
Femmes avec enfant(s)	11
Total	17

La majorité des femmes sont mères (11 femmes) alors que 6 femmes n'ont pas d'enfant.

Répartition des femmes selon la maternité	Nombre
Femmes qui vivent sans leur(s) enfant(s)	6
Femmes qui vivent avec leur(s) enfant(s) à temps plein ou partiel	4
Sans réponse	1
Total	11

Parmi les femmes avec enfants, 6 vivent sans leur(s) enfant(s), et 4 vivent avec leur(s) enfant(s) de façon régulière ou occasionnelle. Cela suggère des situations de garde partagée, d'indépendance des enfants, ou de prise en charge des enfants par la Direction de la protection de la jeunesse (DPJ).

Occupation actuelle des femmes	Nombre
Aux études	5
En emploi à temps plein	2
En emploi à temps partiel	3
Retraitée	0
Prend en charge une proche	0
À la maison	4
Sans emploi	2
Arrêt maladie ou invalidité	1
Sans réponse	1
Total	18

Les occupations des femmes au moment des rencontres sont variées : 5 sont aux études, 2 sont en emploi à temps plein et 3 à temps partiel. Quelques femmes sont à la maison (4 femmes) ou sans emploi (2 femmes). Une femme est en arrêt maladie ou invalidité. Le total est supérieur au nombre de femmes participantes, car une femme est à la fois aux études et en emploi à temps partiel.

Source de revenu	Nombre
Revenu d'emploi	5
Assurance-emploi (chômage)	2
Aide sociale / solidarité sociale	7
Revenu de retraite	0
Bourse / CLE (Centre local d'emploi)	0
RRQ invalidité	1
Prêts et bourses	1
Revenu de retraite d'un conjoint décédé	1
Sans réponse	1
Total	18

Le revenu d'assistance sociale est la source la plus fréquente de revenu (7 femmes en bénéficiant). Le revenu d'emploi (5 femmes) et l'assurance-emploi (chômage) (2 femmes) sont aussi des sources de revenus pour 7 femmes rencontrées. D'autres sources de revenus incluent des prêts et bourses (1 femme), la rente d'invalidité du Régime de rentes du Québec (RRQ) (1 femme) ou le revenu de retraite d'un conjoint décédé (1 femme). Le total est supérieur au nombre de femmes participantes, car une femme a deux sources de revenu.

Dernier niveau d'études complété	Nombre
Primaire	0
Secondaire non complété	2
Diplôme d'études secondaires ou équivalent	8
Diplôme d'études professionnelles (DEP) ou équivalent	2
Diplôme d'études collégiales général ou technique (QC et international)	3
Universitaire ou équivalent	1
Sans réponse	1
Total	17

Deux femmes n'ont pas complété leur secondaire et huit femmes ont un diplôme d'études secondaires ou l'équivalent. Un nombre plus faible de femmes a obtenu un diplôme d'études professionnelles (DEP ou l'équivalent) (2 femmes), un diplôme collégial (CÉGEP) (3 femmes) et un diplôme universitaire ou l'équivalent (1 femme).

Femmes en instabilité résidentielle ou ayant vécu l'itinérance en Chaudière-Appalaches

Comprendre leurs enjeux pour mieux répondre à leurs besoins

Raisons du sentiment de discrimination	Nombre
Origine	0
Sexe	0
Genre ou orientation sexuelle	0
Condition de santé physique ou mentale	5
Religion	1
Situation économique	8
Antécédents judiciaires	1
Différence d'âge avec conjoint	1
Sans réponse	1
Total	17

La situation économique est la principale raison pour laquelle les femmes se sentent discriminées (8 femmes), suivie par des enjeux de discrimination liée à la condition de santé physique ou mentale (5 femmes). D'autres raisons de discrimination sont rapportées par les femmes, liées à la religion, à des antécédents judiciaires, et à la différence d'âge avec un conjoint. Quelques femmes ont indiqué ne pas avoir eu le sentiment d'être discriminées dans leur vie, tandis que d'autres ont indiqué plus d'une raison de discrimination. La majorité des femmes a indiqué avoir vécu au moins une forme de discrimination.

Présentation des résultats

Causes et conséquences des situations d'instabilité résidentielle et d'itinérance

Un large éventail d'études sur l'itinérance (voir notamment MSSS, 2022 ; MSSS, 2023; Gougeon et collab., 2023; Carle et Déry, 2021; Schwan et collab., 2020) montre que l'itinérance ne résulte pas d'une cause unique, mais que certains processus et facteurs de fragilisation se croisent et se cumulent, exposant davantage les personnes sur le plan social et résidentiel. Les déterminants associés à l'itinérance sont multiples, et incluent à la fois des facteurs structurels, systémiques, relationnels et individuels (MSSS, 2022).

Les expériences partagées par les femmes rencontrées dans le cadre de cette recherche, et soutenues par les observations des actrices clés et de la littérature, ont été regroupées selon les différentes catégories de facteurs. Néanmoins, ce qui constitue une cause de l'instabilité résidentielle ou de l'itinérance pour l'une pourrait être une conséquence pour une autre. Par conséquent, les effets des situations vécues sont aussi mis en lumière dans cette section.

Par ailleurs, le schéma disponible à l'annexe 2, élaboré par les femmes elles-mêmes, vise à illustrer les liens circulaires entre les causes, les conséquences et l'expérience vécue de l'instabilité résidentielle ou de l'itinérance.

Facteurs structurels

La pauvreté, les défis d'accessibilité à des logements abordables, sécuritaires, salubres et appropriés, et les inégalités sociales, la marginalisation et les discriminations sont autant de causes structurelles qui fragilisent les parcours de vie (MSSS, 2022).

Précarité économique

Plusieurs femmes témoignent des difficultés économiques et de la pauvreté (très faibles revenus, surendettement, faillite) qui les ont empêchées de maintenir un logement stable, les plongeant dans l'instabilité résidentielle. Cette précarité économique est causée ou est exacerbée par des aides sociales limitées, une rupture conjugale et la monoparentalité qui s'en suit parfois.

Insuffisance des programmes d'aide financière

Les personnes rencontrées, tant les femmes que les actrices clés, ont émis de grandes réserves quant à l'efficacité des programmes d'aide, notamment financière, disponibles pour répondre aux besoins des femmes.



Tout d'abord, selon elles, les critères d'éligibilité à l'aide sociale ne tiennent pas compte de la réalité des mères monoparentales recevant une pension alimentaire, pouvant les placer dans une situation financière précaire.

« Moi j'ai demandé l'aide sociale, mais j'y avais pas le droit. Parce que le gouvernement disait que ma ressource, la pension alimentaire, était légèrement plus haute que ça. [...] Faque d'une façon ou d'une autre, j'étais plus serrée quoi qu'il arrive. » (Chantal²)

Certaines femmes se sentent aussi piégées par les seuils d'aide sociale qui les inciteraient « à toujours rester petit ». En recevant des prestations d'aide sociale, elles ont accès à des services payés en totalité ou en partie (médicaments, examens de la vue, soins dentaires, etc.), mais reçoivent des montants très faibles chaque mois. Lorsqu'elles se trouvent un emploi, celui-ci est souvent peu rémunéré : alors qu'elles doivent déboursier pour tous les services, leur revenu d'emploi ne leur permet pas de sortir de la pauvreté.

« Ça allait mieux quand j'étais sur l'aide sociale, t'avais l'droit à toutes les ressources. Moi quand j'travailais, j'avais un salaire qui était quand même bon. Quand c'était le temps de demander de l'aide à un employeur, de lui dire « j'ai un problème là, ça va pas bien. J'ai un problème de consommation. Faut que j'aille en thérapie ». Mais là, j'arrivais pas à chercher les ressources. Même avec mon programme d'aide aux employés, ou avec tsé... ça fonctionnait pas. J'avais plus d'aide quand j'étais vraiment dans la misère. Quand t'es vraiment dans la misère, t'as l'aide alimentaire, t'as des ressources qui sont là pour t'aider. » (Catherine)

« Si tu es au seuil de pauvreté, tu peux réussir à avoir une aide. Mais si tu fais un salaire au milieu, là tu as pas d'aide pis t'es pognée là un peu. » (Manon)

De plus, les prestations du Régime québécois d'assurance parentale (RQAP), insuffisantes pour une femme sans accès à d'autres aides sociales, ne permettent pas de couvrir ses besoins essentiels, ce qui a entraîné des difficultés dans le paiement de son loyer.

« Je me suis trouvé un logement, mais j'avais juste le RQAP, fait que je me suis retrouvée dans le trouble avec ce logement-là. » (Marie)

Enfin, une intervenante explique que des programmes de Services Québec, comme *Ma place au soleil* qui s'adresse directement à des jeunes femmes mères, ne tiennent pas compte du contexte dans lequel elles vivent : elles ne doivent pas s'absenter de l'école, faute de quoi elles se voient retirées du programme. Plusieurs n'y ont, par conséquent, pas accès à cause des difficultés à faire garder leur enfant lorsqu'il est malade, étant sans soutien familial pour pallier ces situations. Bien que le programme vise à favoriser une autonomie économique des femmes, ses modalités en freinent l'accès pour plusieurs qui n'ont alors d'autre choix que de rester dans des situations précaires, pour elles, mais aussi pour leurs enfants lorsqu'elles en ont.

Les situations décrites par les actrices clés rencontrées montrent que la pauvreté est un élément central des situations vécues par les femmes, et ce, quel que soit leur âge. Les personnes intervenantes sont témoins des répercussions des hausses de loyers et des expulsions pour non-paiement, qui contribuent à accentuer la précarité vécue par les femmes.

Rupture conjugale et appauvrissement des femmes monoparentales

Une rupture conjugale a entraîné pour certaines femmes des situations de grande précarité financière. Dans certains cas, la dépendance financière à l'égard d'un conjoint violent rend la séparation extrêmement difficile, voire risquée, pour les femmes, car elle les laisse sans ressources, sans emploi et sans autonomie financière. Une intervenante mentionne que des femmes quittant un conjoint peuvent n'avoir aucun dossier de crédit puisqu'elles n'ont jamais eu de comptes ou de prêts hypothécaires à leur nom.

Dans un autre cas, bien que financièrement autonome avant la séparation, une femme a vécu un appauvrissement brutal en raison des coûts élevés des démarches judiciaires liées à la séparation et à la nécessité de quitter un logement stable.



« Moi j'étais isolée, je n'avais pas de permis de conduire, je n'avais pas de travail, je n'avais pas de sous, j'avais un petit secondaire 5. Et puis, je n'avais pas travaillé quand je l'ai quitté. » (Jeanne)



« Il a débattu la garde pendant X années, les avocats m'ont coûté cher, faque tout ça m'a pas aidée à m'en sortir. J'ai jamais pu me racheter une maison par la suite. [...] Ça a fait en sorte que mon loyer était trop cher, donc là il fallait que j'parte. » (Chantal)

Le témoignage d'une femme participante met en lumière le cercle vicieux de la précarité économique pour les mères monoparentales, qui doivent composer avec plusieurs paramètres, pour elles et leurs enfants, sans un soutien adapté. Malgré plusieurs diplômes, le manque d'accessibilité aux services de garde complique son retour aux études et à l'emploi pour elle qui souhaite obtenir un diplôme universitaire afin d'accroître ses opportunités professionnelles. L'impossibilité de concilier études et monoparentalité sans s'endetter perpétue le cycle de la précarité économique, notamment parce qu'elle est forcée d'accepter des emplois moins bien rémunérés.



« Même avec Emploi-Québec, moi j'pouvais pas étudier et faire garder mes enfants à temps plein. Faque, j'me suis endettée beaucoup. » (Chantal)

Enfin, l'instabilité résidentielle ne touche pas seulement les femmes elles-mêmes, mais s'inscrit également dans un cycle de précarité intergénérationnelle, où l'absence d'un filet social adapté aux réalités des mères monoparentales accentue les difficultés économiques qui peuvent se transmettre d'une génération à l'autre.

Effets néfastes sur les femmes

Les situations de pauvreté vécues par les femmes les ont conduites à des situations d'instabilité résidentielle ou d'itinérance, et s'accompagnent d'enjeux d'insécurité alimentaire :

« Je dormais dehors, je mangeais qu'est-ce qu'il y avait dans les poubelles. » (Hélène)

Par ailleurs, le stress constant lié à la précarité économique a également eu un impact sur la santé mentale des femmes, en accentuant des troubles d'anxiété ou de dépression déjà présents, ou en entraînant une dégradation de leur santé psychologique. Certaines femmes décrivent l'effet d'engrenage des situations de pauvreté qui entraînent des enjeux de santé mentale : « C'est comme une roue qui tourne moins bien ».

Enfin, la précarité économique est souvent décrite par les femmes comme un facteur ayant mené à l'instabilité résidentielle, mais après qu'elles aient vécu l'itinérance, leur situation financière tend encore à se détériorer.

Pénurie de logements et inadéquation du modèle dominant d'hébergement d'urgence

La pénurie de logements sociaux et communautaires³, de logements financièrement accessibles et sécuritaires ainsi que la hausse des loyers dans le marché privé peuvent contraindre des femmes à vivre dans des logements inadaptés (insalubres, trop petits ou manquant d'intimité) faute d'alternatives accessibles financièrement. Une actrice clé mentionne que cela peut être le cas particulièrement pour des femmes en situation de handicap, vulnérables aux abus et aux mauvais traitements, qui risquent d'endurer ces situations faute de trouver un logement adapté à leurs besoins, notamment sur le plan de l'accessibilité. De façon plus générale, une femme rencontrée souligne la précarité de son logement, faute de mieux, qui a fragilisé son parcours :

« J'ai déménagé dans un sous-sol, mais la porte donnait directement chez les propriétaires. [...] On manquait d'intimité. » (Julie)

Les déménagements répétés, racontés par plusieurs femmes, sont parfois mis en perspective avec le sentiment d'insécurité. « Moi aussi j'ai beaucoup, beaucoup déménagé dans ma vie. Ça m'a amenée beaucoup d'insécurité, de peurs. » (Émilie). L'absence d'un lieu stable et sécurisant fragilise la reconstruction de femmes ayant vécu de multiples situations de violence par le passé.

Le manque de logements pour les personnes à faible revenu est aussi un obstacle majeur pour une femme rencontrée qui a quitté un conjoint violent et s'est retrouvée dans une ressource d'hébergement temporaire, de type dortoir, inadaptée à ses besoins. En effet, le modèle encore dominant de ressources d'hébergement organisées en dortoirs ou chambres partagées est une configuration qui peut ne pas convenir à toutes les femmes.

³ Le logement social et communautaire (LSC) est une solution de logement adéquate en matière de qualité, de prix pour des ménages à revenu faible ou modeste. Le logement social désigne plus précisément le logement public, subventionné par l'État où les locataires admissibles paient un loyer correspondant à 25 % de leur revenu. Le logement communautaire, pour sa part, regroupe les logements dont la propriété est collective, de type coopératif ou associatif. Un logement est considéré comme abordable lorsque le loyer représente 30 % du revenu ou au maximum 90 % de la médiane du marché (St-Germain et collab., 2024). Étant donné que plusieurs programmes et mesures réfèrent au terme d'abordabilité sans préciser systématiquement la définition, le terme « logements adaptés à leurs conditions financières » est privilégié ici. Il renvoie exclusivement à la notion d'abordabilité où le coût du loyer ne dépasse pas 30 % du revenu.

« Lorsque je me suis retrouvée en maison d'hébergement à partager une salle de bain commune, un salon, une cuisine, c'était un traumatisme, un deuxième traumatisme, parce que je n'étais plus tellement isolée. C'était vraiment difficile pour moi. [...] Après ça, je voulais avoir un HLM, mais il n'y a rien pour nous. Pour les femmes qui n'ont pas d'emploi, il n'y a rien. Je ne savais pas quoi faire. Je voulais avoir mon intimité, je voulais avoir mon logement. [...] Quand j'ai quitté, j'aurais aimé avoir mon espace à moi tout de suite. C'était urgent. C'était ça le besoin. Avoir mon espace tout en côtoyant d'autres femmes dans un certain contexte. » (Jeanne)

« Pis aussi ce qui est important pour les femmes, c'est qu'il y a pas de milieu. Les maisons de chambres, c'est pas quelque chose qui est une avenue temporaire, qui pourrait être quelque chose de le fun là. Dans l'fond, tu te dis, en attendant d'avoir quelque chose de plus stable, je me refais une santé financière ou je me refais une santé personnelle et psychologique pis je peux après ça penser que je peux avoir un logement qui m'appartient vraiment chez moi. Tsé les maisons de chambres, elles sont agressées dans les maisons de chambres. Elles se sentent pas en sécurité. » (Actrice clé)

Si la pénurie de logements est un facteur d'instabilité résidentielle et d'itinérance, elle représente également un obstacle pour les femmes qui cherchent à retrouver un logement stable. Ainsi, plusieurs femmes rencontrées vivent avec la crainte de ne pas trouver de logement social, financièrement accessible ou sécuritaire après leur sortie d'une ressource temporaire où elles ont accès à un logement qui répond à leurs besoins en termes d'abordabilité, de qualité et de sécurité. Elles redoutent de se retrouver dans des logements communautaires ou sociaux qui ne seraient pas sécuritaires.

« Ça va être compliqué de trouver un logement abordable. C'est inquiétant. » (Julie)

« On veut être en sécurité nous autres aussi. On veut être bien aussi, avec des gens ordinaires. Pas mélangés comme dans des ghettos. On est des femmes, on veut avancer. Il y a des fois on est dans des logements où est-ce qu'on a peur de sortir de notre appartement. » (Hélène)

Isolement

L'isolement, sous toutes ses formes, renforce la précarité et la détresse de femmes vivant des situations de rupture familiale ou conjugale, de monoparentalité, de violences conjugales ou des difficultés d'adaptation à un nouvel environnement.

L'isolement social est un déterminant qui fragilise davantage les parcours de vie de nombreuses femmes rencontrées. Par exemple, l'absence de soutien familial, d'autonomie (pas de permis de conduire ni de travail) et la vie en milieu rural renforcent le sentiment d'isolement d'une femme rencontrée :



« Ça a été un traumatisme d'avoir été aussi isolée, parce que c'était l'isolement social. Je ne voyais pas personne, je n'avais pas de permis de conduire, je n'avais pas de travail, je vivais dans un petit village de 2 000 habitants. J'étais isolée et ma famille ne comprenait pas ce qui se passait. Puis, ils ne m'ont pas vraiment appuyée pour ma séparation, ils n'ont pas vraiment aidé. » (Jeanne)

Pour une autre femme, l'isolement social et psychologique est étroitement lié à sa situation de mère monoparentale. Dans une société pensée pour les familles biparentales, elle se retrouve confrontée à un sentiment de solitude. Le partage des responsabilités, des dépenses et du soutien émotionnel est inexistant, renforçant ainsi son sentiment d'exclusion et de charge mentale. « Quand t'es toute seule avec tes enfants, t'es toute seule à survivre, c'est très difficile selon moi. » (Chantal)

Quelques femmes témoignent par ailleurs des défis d'adaptation à un nouvel environnement, à la suite de leur immigration au Canada, ou au retour à la société après une période d'isolement. L'intégration des femmes participantes, dans un nouvel environnement, demande à la fois une adaptation fonctionnelle (apprendre à utiliser les transports en commun, par exemple) et identitaire (comprendre une nouvelle langue, s'intégrer dans une famille adoptive, etc.). Un sentiment de décalage et d'exclusion s'ajoute alors aux autres difficultés déjà présentes.



« J'étais totalement désadaptée à la société, à 100 %. Je savais même pas comment prendre un bus. » (Hélène)



« La difficulté quand j'suis arrivée au Canada, c'est de m'adapter, la langue, la culture, les gens autour de moi. » (Alexandra)

Lorsque les femmes n'ont personne vers qui se tourner, l'isolement peut être un facteur de bascule vers l'instabilité résidentielle ou l'itinérance. Mais dès lors qu'elles vivent ces situations, l'isolement peut s'accroître dans un contexte où les femmes quittent leur secteur ou se cachent pour dissimuler leur situation.

Ce qu'en dit la littérature – La pauvreté, l'appauvrissement des femmes et la maternité

De façon générale, les femmes continuent à être plus pauvres que les hommes. Du fait qu'elles sont des femmes, elles occupent des emplois moins rémunérés et travaillent souvent moins d'heures à cause de leur rôle de mère ou de proche aidante ou des séquelles des violences vécues (voir notamment Gélinau et collab., 2008; Bellot et Rivard, 2017; Grenier et collab., 2019a; 2019b). Elles s'appauvrissent aussi lors de séparations conjugales et vivent fréquemment des difficultés d'accès aux pensions alimentaires pour enfants, alors qu'elles sont plus souvent que les hommes cheffes de familles monoparentales.

La pauvreté des femmes apparaît comme un facteur central de l'itinérance des femmes, qui entraîne elle-même différents problèmes : insécurité alimentaire, problèmes de santé, isolement social, difficultés à se loger (Bellot et Rivard, 2017).

Pour Gélinau et ses collègues (2008), la pauvreté des femmes peut être un déclencheur de la situation d'itinérance des femmes (incapacité à payer son logement à la suite d'une hausse de loyer ou d'un endettement par exemple) ou un facteur de fragilisation (impossibilité de changer de logement pour un de meilleure qualité ou plus sécuritaire à cause de l'incapacité à payer un loyer plus cher ou à payer des frais de déménagement).

La littérature rend aussi compte de l'insuffisance des revenus d'aide sociale et du manque de logements sociaux qui exacerbent la précarité vécue par de nombreuses femmes (voir notamment Grenier et collab., 2020; Gélinau et collab., 2008; St-Germain et collab., 2024). Dans une étude menée en Mauricie, St-Germain et ses collègues (2024) montrent que la hausse des loyers dans le marché privé provoque une pénurie d'accès aux logements abordables où la classe moyenne accapare ces logements. Les loyers au plus bas prix ne sont donc plus accessibles pour les personnes les plus pauvres, particulièrement pour celles qui cumulent d'autres facteurs d'exclusion et de discrimination, dont les femmes monoparentales, celles fuyant la violence ou celles ayant des besoins particuliers.

Plusieurs aspects, en lien avec le rôle de mère, sont également mentionnés dans la littérature comme étant des facteurs de fragilisation ou déclencheurs d'une situation d'itinérance des femmes. Parmi ceux-ci figure le lien d'attachement maternel qui conduit des femmes à endurer des situations inacceptables (violences d'un conjoint, insalubrité du logement, etc.) et la détresse psychologique qui peut résulter de la maternité.

La question de la garde des enfants est centrale dans le parcours des femmes : si l'espoir de retrouver la garde des enfants peut permettre à certaines d'entre elles de cheminer vers le rétablissement, la perte de la garde des enfants est un facteur déterminant de « passage à l'itinérance » (MacDonald et collab., 2020, p. 74).

Bellot et Rivard (2017) résument l'intrication des divers facteurs structureaux qui sont souvent spécifiques aux femmes :

L'ensemble des statistiques relatives au revenu, au logement, à l'emploi et à la responsabilité parentale soulignent le fait que les femmes vivent des situations de vulnérabilité cumulées et plus importantes que les hommes (Conseil des Montréalaises, 2017). Qui plus est, cette vulnérabilité exacerbée place les femmes dans des situations d'itinérance bien avant la rue, cette rue qu'elles cherchent, par ailleurs, à éviter à tout prix (p. 100).



Facteurs systémiques

Un autre type de facteur pouvant mener à des situations d'instabilité résidentielle et d'itinérance relève des problèmes de disponibilité, d'accessibilité, de continuité et de qualité des services, par exemple, dans les systèmes de santé, sociaux, de soutien ou d'éducation. Ces défaillances peuvent contribuer à renforcer la vulnérabilité des personnes et les fragiliser au point qu'elles tombent en situation d'itinérance (MSSS, 2022). Les expériences et les observations partagées rendent compte de différents aspects : les sorties d'institutions ainsi que l'absence de prise en charge dans les services psychosociaux et de santé.

Sorties d'institutions

Les actrices clés ont rapporté que les sorties d'institutions pouvaient être des événements menant les femmes à des périodes d'itinérance. À leur sortie de l'hôpital ou de la prison, de nombreuses femmes se retrouvent sans domicile, ayant perdu leur logement durant leur absence. Cette transition est d'autant plus difficile que ces établissements se trouvent souvent loin de leur milieu de vie d'origine, ce qui entraîne un déracinement et une perte de leur réseau de soutien.

« Elles essayent d'avoir des places pour dormir, des fois elles ont pas de places : elles dorment dehors. Qu'elles sortent du provincial ou du fédéral [...] C'est la même chose avec l'hôpital. Les femmes qui ont été en psychiatrie, qui ont perdu leur logement, oublie ça là, quand elles ont pas de famille... Quand une femme est dans une nouvelle ville, elle a pas beaucoup d'amies, oublie ça. Elle est dans la rue. Elle est en mode survie. »
(Actrice clé)

La situation d'une femme rencontrée met aussi en évidence que l'itinérance qui survient brusquement après une sortie d'établissement est parfois la résultante d'une situation antérieure d'instabilité résidentielle : n'ayant pas de domicile fixe avant son entrée dans cet établissement, elle n'avait, à sa sortie, « aucun endroit où aller ».

Une intervenante explique que, outre la perte de son logement, la perte des effets personnels est également à considérer lorsque la femme n'a personne pour aller les récupérer dans son logement durant son absence. Lors de sa sortie d'une institution, elle se retrouve alors sans logement, mais aussi sans aucuns biens ou effets personnels. Certaines femmes laissent aussi derrière elles leur animal de compagnie, qui est fréquemment une source centrale de soutien.

Absence de prise en charge dans les services psychosociaux et de santé

Des témoignages révèlent des lacunes majeures dans l'accès aux ressources d'aide, rendant le parcours des femmes en situation de vulnérabilité encore plus ardu. Les délais d'attente interminables et le manque d'accompagnement et de soutien adéquats dans le système hospitalier ou des services sociaux contribuent à accroître la détresse de plusieurs femmes.

Ces aspects ont aussi été abordés par les actrices clés. Certaines d'entre elles ont, de plus, mentionné que les femmes immigrantes, à cause de la barrière de la langue notamment, et les personnes membres de la communauté LGBTQ, à cause de la marginalisation qu'elles vivent, rencontrent d'autant plus ces obstacles systémiques.

Délais d'attente inadaptés aux situations d'urgence

L'un des obstacles les plus fréquemment mentionnés par les femmes rencontrées est la longueur des délais pour obtenir du soutien, qu'il s'agisse d'un suivi psychologique, social ou médical. Ces attentes prolongées laissent les femmes en situation de crise sans recours immédiat et s'apparentent pour elles à un déni de leur souffrance. Ces délais excessifs peuvent compromettre la santé physique et mentale des femmes concernées.



« Moi ça a commencé en 2000, j'étais hospitalisée en psychiatrie. [...] À l'hôpital, j'l'avais cette aide-là, mais j'ai dû attendre 5 ans pour avoir une travailleuse sociale. Une fois, je me sentais tellement mal, que j'suis partie de chez moi, j'avais emmené ma valise parce que je me disais, moi je reviens pas chez nous à soir. Ils ont fini par me trouver une place, mais j'étais assise dans le corridor avec ma p'tite valise tsé au moins 12 h. »
(Manon)



« J'ai eu des problèmes de santé mentale, pis j'suis sur des listes de CLSC pour avoir une travailleuse sociale [...] c'est des mois, des mois et des mois d'attente là, fait que j'trouve qu'on est laissées à nous-mêmes. » (Marie)

Manque d'accompagnement et de soutien

Plusieurs témoignages de femmes rencontrées dénoncent l'absence de suivi adéquat, que ce soit pour les femmes victimes d'agressions sexuelles ou de violences intrafamiliales ou celles qui vivent des deuils. L'absence de soutien, pour des survivantes et leur famille, se traduit notamment par une absence de prise en charge d'enjeux de santé mentale, dont la dépression.



« J'avais pas d'aide, pas de médicaments, plus rien. »
(Louise)



« J'ai rencontré un homme violent, on savait pas au début, c'était pas marqué dans son front. [...] J'suis tombée enceinte de lui. Pis dans le fond, mon bébé, il est décédé à 8 mois de grossesse parce qu'il m'a donné un coup de poing dans le ventre. Pis à ce moment-là, j'ai pas eu d'accompagnement périnatal. [...] J'trouvais que j'ai pas eu assez pour moi, pour le deuil de mon bébé. » (Myriam)

Pour une personne intervenante qui soutient une femme sortant d'un milieu sectaire, le manque d'accompagnement et de soutien résulte d'une situation généralisée et récurrente d'incompréhension face à son vécu :



« On connaît pas ça, on peut pas t'aider, on peut pas offrir le service. On n'a personne de spécialisé. » (Actrice clé)

Femmes en instabilité résidentielle ou ayant vécu l'itinérance en Chaudière-Appalaches

Comprendre leurs enjeux pour mieux répondre à leurs besoins

Pour une autre femme, l'absence de soutien du système de protection de l'enfance, à cause de sa précédente sortie du milieu familial violent, a accentué le sentiment de rejet :



« J'ai pris mon téléphone avec tout mon courage, genre ça m'a pris longtemps avant d'être capable de le faire, puis j'ai appelé la DPJ. Pour faire comme une plainte pour mon père. Pis y m'ont carrément revirée de bord. Y m'ont dit « t'as un toit, t'as quelqu'un chez qui vivre, on peut pas t'aider ». Pis ça, ça a été un gros rejet parce que tsé tu prends tout ton courage à deux mains, pour justement faire des démarches pour t'en sortir, pis tu te fais revirer de bord. » (Marie)

D'autres situations sont aussi dénoncées quant au manque de prise en charge. Des femmes mentionnent le manque de continuité dans les services de soutien lors d'un déménagement qui accentue l'isolement :



« J'me suis retrouvée à déménager sur la rive sud à ce moment-là, pis j'me suis retrouvée, vu que j'changeais de secteur, j'avais plus de travailleuse sociale, plus rien, personne. Faque j'étais 2 ans à être pognée dans mon logement, plus capable de sortir, j'prenais pas l'autobus parce que j'faisais de l'anxiété d'adaptation. » (Marie)

Accompagnement inadéquat de personnes soignantes ou intervenantes

Lorsque les femmes arrivent à obtenir des soins ou un accompagnement psychosocial, ces derniers ne sont pas toujours adéquats. Les récits des femmes mettent en lumière le manque de formation du personnel travaillant dans les hôpitaux ou les services sociaux qui se montrent parfois insensibles aux réalités qu'elles vivent. Ces situations peuvent entraîner un bris de la relation de confiance et des relations complexes.



« Pendant un bout de temps, on a eu un petit centre de crise, pis on avait trouvé une place au centre de crise pour qu'elle ait accès. Pis la première chose qu'elle s'est fait dire quand elle est rentrée là c'est : "Ben là, il va falloir que tu vendes ta voiture pour être capable de te payer un logement." Je veux dire, elle c'est si je suis pas en déplacement, si je peux pas partir, fuir dans ma voiture, faque là elle a même pas dormi là finalement. » (Actrice clé)

Manque de formation de personnes soignantes ou intervenantes

Certains témoignages font état d'un manque de formation chez des personnes professionnelles de la santé et des services sociaux, ou d'une forme d'insensibilité de certaines personnes intervenantes. Ainsi, même quand des femmes arrivent à rencontrer un ou une professionnel.le, l'accueil reçu peut renforcer le sentiment d'isolement et entraver, par le fait même, l'accès réel aux ressources nécessaires. Les situations rapportées montrent notamment un déficit de formation en ce qui a trait à l'accompagnement des femmes victimes de violences sexuelles et victimes de dérives sectaires.

« Souvent l'aide que j'suis allée chercher, elle était pas disponible. J'me suis pas fait bien comprendre. Surtout dans les demandes de CAVAC quand j'me suis faite agressée ou violée. Parce que la personne m'a répondu : "T'aurais juste dû te défendre, t'aurais dû crier." Fait que j'me suis dit, venant d'une professionnelle qui est sensée m'aider, bien j'me suis dit sur qui on peut se tourner pour avoir de l'aide? J'avais l'impression que j'pouvais pas avoir de l'aide, ça donnait rien. » (Delphine)

« On m'a toujours envoyée à la maison. Pourtant, j'arrivais en détresse. Mais j'me suis fait souvent dire : "Vous êtes la première madame, on n'en a jamais vu des comme vous." » (Hélène)

Difficile lien de confiance avec les personnes intervenantes

Un autre enjeu soulevé concerne la relation entre les personnes aidées et les personnes intervenantes. La confiance envers ces dernières peut être difficile à établir, surtout lorsque des expériences négatives ont marqué le parcours des femmes. Le témoignage de quelques femmes illustre à la fois leur difficulté à faire confiance aux professionnel.le.s et le bris de la relation de confiance qui survient après des expériences négatives. Une femme précise que la confidentialité a été brisée de manière injustifiée par une personne intervenante, puisque sa sécurité n'était pas en danger. Le non-respect de leurs droits dans ces circonstances où elles ont justement besoin de soutien dans un climat respectueux et de confiance accentue leur sentiment de trahison et d'isolement.

« À chaque fois que quelqu'un dit que c'est confidentiel, il finit toujours par en parler à une autre personne. Faque j'ai fini par détester le CLSC, pis les travailleurs sociaux, pis tout ça. J'me suis dit, de toute façon, la confidentialité ça existe pas. Aujourd'hui, mon niveau de faire confiance, j'suis comme... on va voir. J'reste quand même avec un arrière-goût. » (Delphine)



Ce qu'en dit la littérature – Enjeux d'accès aux services pour les femmes

Des recherches rapportent le sentiment de femmes de ne pas se sentir crues lorsqu'elles vont chercher de l'aide auprès de différents services ou ressources. Fontaine et Lapointe (2025) indiquent que « des jeunes femmes rencontrées dénoncent aussi le manque d'écoute et de respect de la part de praticiens de la santé qui ne les croient pas, qui les stigmatisent, les infantilisent ou les marginalisent en raison des stéréotypes associés à leur âge, à leur orientation sexuelle, à leur identité de genre, à leur mode de vie nomade ou à leurs pratiques du travail du sexe » (p. 185). Ces jeunes femmes n'auraient pas confiance non plus en la protection du système de justice ou des policiers et ne feraient donc pas appel à eux lorsqu'elles vivent des situations de violence ou de discrimination.

Le manque de reconnaissance de son vécu et de ses réalités et la discrimination font obstacles à l'appartenance citoyenne des femmes : les femmes peuvent se sentir mises « à l'écart de la société » (Fontaine et Lapointe, 2025, p. 182).

Des recherches récentes mettent aussi l'accent sur le fait que les femmes ne souhaitent pas devoir refaire des démarches qu'elles ont déjà réalisées et que les femmes vivant des enjeux de santé mentale et d'itinérance veulent être considérées dans leur globalité : « comme des femmes, des êtres humains à part entière, avec leurs forces, leur résilience, leur dignité et leur droit d'être considérées pour la richesse de leur personne et pour tout ce qu'elles ont à apporter au monde » (Desrosiers et MacDonald, 2025, p. 213).

Plus spécifiquement, des études portant sur les femmes et les personnes de la diversité sexuelle et de genre mentionnent également les défis auxquels ces dernières font face dans l'accès aux soins au Québec, notamment à cause du manque de formation du personnel médical (Almeida, 2019; Wassef et collab., 2025).

Facteurs relationnels

Les enjeux relationnels pouvant mener à l'itinérance se construisent le plus souvent autour des questions de violence (interpersonnelle, conjugale, familiale), de conflit, de rupture ou de perte (comme le deuil) (MSSS, 2022). C'est ce qui a été partagé par les femmes rencontrées.

Maltraitance dans l'enfance, ruptures familiales et relationnelles

Plusieurs femmes ont raconté avoir vécu une enfance marquée par différents types de violences : physiques, psychologiques et parfois sexuelles. Les diverses situations de négligence et de violence ont entraîné des traumatismes, des peurs, un sentiment d'insécurité et de solitude.

Quelques femmes ont également éprouvé un sentiment d'abandon, soit parce qu'elles n'ont pas connu leurs parents, soit parce qu'elles n'ont pas reçu l'aide de leur entourage au moment où elles vivaient des abus et de la maltraitance.



Photo choisie par Delphine lors de la première rencontre avec les femmes participantes

« Tout a commencé avec le contexte familial, avec mes parents. J'ai vécu des attouchements, des viols [...]. Mes parents m'ont aussi dit que j'servais à rien, que j'arriverais jamais à faire quelque chose de bien dans ma vie. » (Delphine)

« Y'a personne qui m'défendait chez nous. Pis j'comprenais pas pourquoi personne me défendait. » (Rosa)

Par ailleurs, face à un environnement maltraitant, plusieurs femmes ont rompu les liens avec leur famille. Cette rupture de liens a exposé plusieurs d'entre elles à des situations de grande précarité, d'exploitation ou d'itinérance.

« Quand j'y suis sortie, j'ai vécu dans la rue pendant quelques années. » (Hélène)

« J'ai préféré vivre dans la rue avec mon garçon que de retourner dans un milieu violent. » (Marie)

Selon une personne intervenante, l'isolement vécu par les femmes à la suite de situations de maltraitance est encore plus marqué pour celles qui « ont grandi dans des familles avec des croyances spécifiques » puisqu'elles vivent une rupture avec leur milieu familial et leur réseau d'origine et qu'elles doivent se reconstruire dans un contexte social et culturel qui leur est totalement étranger.

Violences conjugales et exploitation

Les parcours de vie de certaines femmes sont marqués par des relations de pouvoir, d'exploitation sexuelle et de domination masculine. Ainsi, bien qu'elles s'inscrivent dans des relations interpersonnelles, ces situations sont ancrées dans les structures de domination patriarcale.

Les femmes rencontrées témoignent de dynamiques relationnelles de violence et de soumission où des hommes sont des figures de contrôle, de menace ou d'exploitation. La violence masculine est vécue de la part de conjoints, mais des femmes racontent avoir été exploitées à des fins financières dans le contexte d'un réseau de traite des êtres humains. Ces situations ont renforcé le sentiment de perte de contrôle sur leur propre corps.

« [Mon ex-conjoint] est un homme qui était violent psychologiquement, sexuellement, financièrement, mentalement, mais pas physiquement. Tout ça a commencé à la naissance de nos deux fils [...] les choses se sont gâtées. Parce qu'il n'aimait pas cette nouvelle vie de papa. [...] C'est moi qui m'en occupais. Lui, il travaillait et je n'avais rien à dire sur rien. » (Jeanne)

« Aussi loin que j'me souviens, j'ai toujours eu une relation avec des hommes qui m'ont vendue pour de l'argent, des hommes qui m'ont utilisée pour faire de la prostitution. » (Delphine)

Les violences vécues par les femmes à l'âge adulte font écho, pour certaines d'entre elles, à celles vécues dans l'enfance. Parfois, ces violences s'inscrivent également dans un cycle de violences intergénérationnelles, alors que leur mère peut aussi avoir vécu des situations similaires.



« Comme ma mère a vécu la violence conjugale, indirectement ça nous a affecté mon frère, ma sœur et moi. » (Julie)

Effets néfastes à long terme sur les femmes

Les situations d'exploitation, de traite d'êtres humains et de violences conjugales (vécues par les femmes directement ou par celle qui y a été exposée) ont eu un impact sur la santé mentale de celles-ci. Par exemple, une participante exprime comment ses relations avec des partenaires violents, qui l'ont exploitée sexuellement, ont affecté son estime d'elle-même, l'amenant à intérioriser l'idée qu'elle ne vaut rien ou qu'elle n'est bonne qu'à répondre aux besoins des autres :



« J'avais pas d'estime de moi-même parce que dans l'fond j'me disais j'sers qu'à rapporter de l'argent. » (Delphine)

Une actrice clé résume bien le cycle où des femmes vivant différents types de violences se retrouvent isolées et dans des situations très précaires :



« La grosse majorité des femmes que je côtoie en ce moment qui sont en précarité ou en situation d'itinérance sont pratiquement toujours dans une situation où elles sont en train d'essayer de se sortir d'une situation de violence. Soit conjugale ou familiale [...]. Pis ça occasionne beaucoup, beaucoup de précarité parce qu'elles peuvent pas retourner où elles habitent pour gérer leur courrier, gérer leur maison, leurs choses. [...] Elles ne se sentent pas en sécurité de retourner là, donc elles sont nécessairement un peu en situation d'itinérance. [...], j'entends pas ça de la majorité des hommes que je côtoie qui sont dans des situations similaires. [...] Du côté des femmes, [le départ du domicile] c'est vraiment une question de survie pour la plupart. Pis autant au niveau mental que physique. » (Actrice clé)

Si certaines femmes identifient les situations d'exploitation ou de violence conjugale comme des facteurs ayant contribué à leur instabilité résidentielle, ces violences peuvent aussi survenir après ou pendant un épisode d'itinérance, comme conséquences de cette précarité.

Ce qu'en dit la littérature – Les violences vécues par les femmes et les conséquences sur leur santé et leur stabilité résidentielle

Le harcèlement et les violences vécues par les femmes tout au long de leur vie et dans différents contextes (dans l'enfance, par un.e propriétaire ou un.e partenaire intime, au travail) les fragilisent et peuvent les rendre malades (voir notamment Bellot et Rivard, 2017). De plus, alors que le domicile est supposé être un lieu privé où il est possible de se reposer en se sentant en sécurité, pour de nombreuses femmes, ce n'est pas le cas.

Les abus et les violences vécues dans l'enfance/dans la famille

Les recherches rendent compte des abus et de la violence que peuvent vivre des femmes au sein de leur famille ou durant l'enfance et de leur impact sur leur transition vers l'âge adulte (notamment Cribb, 2024; Desrosiers et MacDonald, 2025; Fontaine et Lapointe, 2025). Plusieurs jeunes filles vivant ces abus quitteraient plus tôt le domicile familial et seraient plus vulnérables à vivre de l'instabilité résidentielle. De plus, Fontaine et Lapointe (2025) mettent en lumière le fait que ces jeunes femmes seraient « plus régulièrement dépendantes d'un conjoint pour assurer leur protection, plus souvent captives de relations d'abus et de contrôle au sein de leur entourage et plus fréquemment appelées à se servir de leurs relations affectives et sexuelles pour obtenir les ressources nécessaires à leur survie » (p. 172).

Les violences sexuelles et les violences dans un contexte conjugal

Parmi les violences qui fragilisent les femmes, les violences à caractère sexuel et les violences vécues dans un contexte conjugal sont des facteurs expliquant le passage à une situation d'itinérance pour des femmes (Grenier et collab., 2019a; 2019b; MacDonald et collab., 2020).

Les femmes vivant de la violence conjugale se retrouvent aussi face à des choix difficiles : quitter le conjoint violent et mettre ses enfants et soi-même dans une situation d'encore plus grande précarité, ou continuer à vivre cette violence. Le manque criant de logements sociaux et de places en maisons d'hébergement de deuxième étape, jumelé à la discrimination que ces femmes rencontrent lors de la recherche d'un logement et face à leurs, souvent, faibles revenus, font en sorte qu'elles peuvent rester ou retourner auprès du conjoint violent faute d'endroits où habiter (FRAPRU, 2019; Ponice et collab., 2011; Flynn et collab., 2022; Fordin et collab., 2020).

De plus, outre les conséquences de la violence subie pendant la relation, des femmes continuent à vivre dans la peur, même une fois qu'elles ont quitté leur conjoint. Elles doivent par conséquent se déplacer constamment pour éviter que leur agresseur les retrouve, ce qui les entraîne dans des situations d'instabilité résidentielle (MacDonald et collab., 2020).

Les violences vécues par les femmes locataires ou chambreuses

Pour de nombreuses femmes, leur logement est aussi le lieu où sont commises des violences par des personnes en situation de pouvoir (propriétaires, gestionnaires d'immeuble, concierges). Ces violences peuvent prendre différentes formes : actes de voyeurisme et d'exhibitionnisme; commentaires déplacés, propos injurieux; avances sexuelles, attouchements et viols; entrées par effraction; actes d'extorsion ou de chantage pour obtenir des rapports sexuels (échanges de rapports sexuels contre le paiement du loyer ou des rénovations); etc.

Les femmes en situation de pauvreté, particulièrement celles qui sont locataires ou chambreuses⁴, sont celles qui sont davantage affectées par le harcèlement et les violences sexuelles dans leur logement (FRAPRU, 2019; Desroches, 2019). D'un côté, les locateurs peuvent choisir les locataires, fixer le prix du loyer, réaliser ou non les réparations, en plus d'avoir accès aux informations personnelles des locataires, telles que leur situation financière et familiale. De l'autre, les femmes locataires ou chambreuses se retrouvent dans une situation de dépendance face au propriétaire. Dans un contexte de pénurie de logements abordables, les femmes vivant du harcèlement sexuel dans leur logement n'osent pas déménager par crainte de ne pas retrouver un autre endroit où loger (Desroches, 2019). De plus, ne connaissant pas nécessairement leurs droits, ces femmes n'osent pas porter plainte, sans compter l'énergie et le temps nécessaires pour entreprendre ce genre de démarches. Le manque de contrôle sur leur environnement et le sentiment d'insécurité vécu par ces femmes font partie des facteurs de précarité résidentielle entraînant un risque accru de vivre une situation d'itinérance.

Enfin, une étude menée sur l'expérience des maisons de chambres à Lévis indique que les femmes sont beaucoup moins nombreuses que les hommes à vivre dans les maisons de chambres. Une femme y rapporte vivre de l'insécurité puisqu'elle est femme : des hommes défoncent sa porte et la volent (CLL, 2019).

Facteurs individuels

Les facteurs menant des femmes à vivre des situations d'instabilité résidentielle ou d'itinérance peuvent s'entremêler à des problèmes sur le plan individuel. Comme le précise le ministère de la Santé et des Services sociaux (2022) :

La multiplication des problèmes sur le plan individuel participe à faire basculer et à maintenir les personnes dans l'itinérance. Lesdits problèmes sont aussi influencés par les environnements de la personne et s'insèrent tout au long des parcours de vie singuliers dans diverses sphères de la personne, que ce soit au sujet de son état de santé, de ses habitudes de consommation, de ses conditions d'études ou de travail, etc. (p. 72).

Les facteurs individuels identifiés par les personnes rencontrées, que ce soient les femmes elles-mêmes ou les actrices clés, pointent principalement vers les enjeux de santé mentale et de dépendance.

⁴ Locataire d'une chambre, le plus souvent meublée, dans une maison privée ou une maison de chambres. (Office québécois de la langue française)

Enjeux de santé mentale

Les témoignages de toutes les femmes montrent des difficultés liées à des enjeux de santé mentale, principalement de dépression et d'anxiété. Ces enjeux sont des fils conducteurs des histoires de vie de plusieurs femmes.

Certaines d'entre elles témoignent d'une dépression enracinée dès l'enfance, montrant que leur détresse psychologique s'ancre dans des environnements ou contextes familiaux maltraitants. D'autres femmes témoignent de situations traumatiques (abus sexuels, meurtres, deuils) qui ont provoqué des troubles anxieux, de la dépression ou d'autres types d'enjeux de santé mentale, comme l'accumulation compulsive. La COVID-19 a également été un facteur anxieux pour une femme rencontrée, qui a commencé à développer des enjeux de santé mentale lors de la pandémie.

Les enjeux de santé mentale se traduisent entre autres par le sentiment d'être « perdues », d'être dans « une spirale » et de ne pas voir d'issues. Quelques femmes décrivent un état où la vie semblait ne plus avoir de sens pour elles et où les idées suicidaires étaient présentes.

« J'ai toujours eu des problèmes de santé mentale, depuis petite. J'ai essayé d'enlever ma vie, plusieurs fois depuis petite. J'ai une tendance à la dépression, je suis pas une personne très optimiste, je travaille avec la psychologue pour voir le côté positif, mais c'est très difficile avec l'anxiété, la dépression. » (Julie)

« J'ai de l'amasement compulsif, c'est épouvantable (pleurs)... pis encore à l'heure actuelle, mon lit, il est plein. Parce que c'est des choses qui me ramènent à mes viols. Fait que mon lit, il est plein, j'peux pas coucher sur mon lit, j'couche sur mon divan. Sur mon divan j'ai rien eu, faque j'couche sur mon divan. » (Catherine)

« La dépression, c'est la pire chose que j'ai vécue dans ma vie. Tu vois pas de fin. Pis c'est 24/7. Tu comprends pas pourquoi tu es en vie et tu te demandes quand est-ce que ça va se finir et t'as des pensées noires. » (Alexandra)

Les femmes rencontrées expriment bien l'idée que leurs enjeux de santé mentale, parfois ancrés dans les traumatismes de l'enfance, sont surtout exacerbés par les violences et les situations de précarité qu'elles ont vécues et vivent toujours. Les actrices clés abondent dans le même sens : les multiples difficultés vécues par les femmes – la violence, le sentiment d'insécurité, la pauvreté, la recherche constante de stratégies de survie qui alourdit la charge mentale – entraînent des effets importants sur la santé physique et mentale des femmes qui vivent des situations d'instabilité résidentielle ou d'itinérance.



Photo choisie par Alexandra lors de la première rencontre avec les femmes participantes

Ainsi, les enjeux de santé mentale sont identifiés par les actrices clés comme étant une des causes de l'itinérance des femmes, les empêchant parfois, entre autres, de se maintenir en logement. Mais ces enjeux constituent aussi une conséquence de leurs conditions de vie très précaires. Elles observent la dégradation rapide de l'état de santé global de femmes en situation d'instabilité résidentielle ou d'itinérance. L'hypervigilance constante dont doivent faire preuve les femmes, principalement à cause des risques pour leur intégrité physique, affecte lourdement leur santé mentale.



« Moi ce que je remarque, c'est ça : ça les affecte énormément au plan physique et au plan psychologique. Les femmes dans la rue, elles peuvent se faire violer, et elles se font violer, donc il y a beaucoup, beaucoup, beaucoup de risques qu'elles courent, qui sont énormes. Donc, elles sont toujours sur le qui-vive, toujours, le stress qu'elles peuvent vivre est énorme. » (Actrice clé)

Enfin, les actrices clés soulignent que les effets négatifs de ce que les femmes ont vécu demeurent même une fois qu'elles ne sont plus en situation de « crise » ou « d'urgence » : l'hypervigilance demeure longtemps après l'arrivée dans un milieu sécuritaire et leur santé mentale reste affectée pour une longue période.

Enjeux de dépendances et rechutes

Tant les femmes rencontrées que les actrices clés ont lié les enjeux de santé mentale aux dépendances (à l'alcool, aux drogues, aux médicaments, au jeu, etc.). Ces dernières apparaissent comme des réponses aux souffrances vécues par certaines femmes rencontrées. Elles deviennent une manière de gérer des émotions ou des situations de vie difficiles.

Les enjeux de dépendance ont ainsi eu pour certaines femmes des impacts sur leur situation, accentuant leur précarité ou les conduisant à vivre de l'itinérance. « J'ai des enjeux de santé mentale, de dépendances, puis euh, voilà, ça m'a amenée à avoir des situations d'itinérance, des situations de logement précaire. » (Catherine). En l'absence de soutien et de prise en charge, l'alcool joue également un rôle dans le processus cyclique de rechute : « Puis l'alcool, c'est la porte d'entrée à une autre rechute d'autres choses pour moi. » (Catherine). La lutte contre la dépendance demeure un défi constant pour les femmes en processus de rétablissement, et le risque de rechute semble permanent.

Les enjeux de dépendances surviennent ou sont aussi accentués lorsque les femmes se retrouvent en situation d'itinérance : la consommation de substance peut devenir un moyen d'arriver à survivre à toutes les difficultés engendrées par leur situation. Il est d'autant plus ardu pour elles de s'en sortir par la suite, leur santé mentale et physique s'étant encore davantage dégradée.



« Ça décline extrêmement rapidement leur situation, et physique et psychologique, parce qu'elles vivent beaucoup de violence, beaucoup d'insécurité, donc elles vont consommer, pour survivre à la situation je dirais, donc elles sont hypothéquées aussi, rapidement. » (Actrice clé)

Une actrice clé ajoute que la fatigue ressentie lorsque les femmes sont en situation de survie limite éventuellement leur capacité à trouver des solutions et que c'est justement un moment où elles risquent de s'appuyer sur des solutions telles que la consommation de drogues ou des moyens illicites d'obtenir de l'argent.



« Il faut tout le temps que tu penses à ça 24 h sur 24, la survie, quand t'es dans ces situations-là. Tu développes une sorte d'anxiété, qui est fondée, parce qu'il faut que tu penses nécessairement à ok, faque j'ai mangé un p'tit peu aujourd'hui j'suis correcte, mais demain c'est quoi le plan, pis après-demain c'est quoi le plan. (...) Faque quand tu commences à devenir trop fatiguée, c'est là que c'est très tentant de tomber dans des choses comme certaines drogues qui te gardent réveillée ou des choses plus problématiques pour avoir un peu d'argent pour juste t'asseoir au resto pis pas te casser la tête ou avoir un lit pour dormir. » (Actrice clé)

La perception de l'autoresponsabilité dans les parcours de vie des femmes

Certaines femmes rencontrées ont raconté leur parcours en adoptant un discours empreint d'autoresponsabilisation, en parlant « des choix qu'elles ont faits », comme si des choix individuels étaient à l'origine de certaines difficultés vécues, les ayant conduites à vivre de l'instabilité résidentielle ou de l'itinérance. Leurs récits reflètent une forme d'intériorisation de certaines défaillances qui relèvent d'enjeux systémiques ou structureaux (manque de ressources adaptées en santé mentale, pénurie de logements, violence systémique envers les femmes, pauvreté, etc.).



« J'ai dit j'peux pas suivre mes enfants là-dedans pis j'peux pas les aider, j'ai été victime pis j'me suis jamais aidée. » (Louise)

Les témoignages de ces femmes soulignent l'importance de recontextualiser leur parcours dans une dimension systémique et sociétale afin de nuancer la perception de la responsabilité individuelle : les « choix » faits au cours de leur vie l'ont été dans un contexte empreint de différents facteurs (relationnels, structurels, systémiques et individuels) qui dépassent grandement leur propre responsabilité.

Le vécu de femmes en situation d'instabilité résidentielle ou d'itinérance en Chaudière-Appalaches

Les femmes rencontrées ont témoigné des multiples défis auxquels elles ont dû faire face en étant en situation d'instabilité résidentielle ou d'itinérance. Parmi eux, elles ont évoqué les difficultés à se nourrir, se déplacer et trouver des endroits sécuritaires à l'abri du froid. Ces défis sont d'autant plus complexes lorsque les femmes vivent des enjeux de santé mentale ou de consommation. Au-delà de ces difficultés, il apparaît que les femmes en situation d'itinérance font face à des défis particuliers parce qu'elles sont des femmes. Des défis sont aussi relatifs au fait de vivre dans un milieu rural.

Femmes en instabilité résidentielle ou ayant vécu l'itinérance en Chaudière-Appalaches

Comprendre leurs enjeux pour mieux répondre à leurs besoins

Itinérance cachée des femmes comme stratégie de survie

Les actrices clés rencontrées mettent de l'avant qu'une des spécificités de l'itinérance des femmes est son caractère invisible ou caché, donc « qui ne paraît pas » : les femmes, par souci de sécurité notamment, vont tout faire pour éviter de se retrouver dans la rue, même si elles n'ont plus de logement : « Une femme va plus essayer de passer sous le radar. » (Hélène). Elles sont souvent hébergées chez des connaissances ou de la famille. Toutefois, selon les actrices clés rencontrées, il y aurait de plus en plus de femmes « dans la rue », principalement en milieu urbain.

Plusieurs femmes ont témoigné de l'instabilité résidentielle qu'elles ont vécue avant d'intégrer une ressource d'hébergement. Cette instabilité est liée à une absence de soutien, dans un contexte de vie marqué par des ruptures familiales et des situations de précarité économique. Elle a conduit plusieurs femmes à vivre de multiples déménagements, à vivre chez d'autres personnes ou dans des motels.

« J'ai eu un premier garçon à 19 ans, puis avec lui je me suis ramassée à vivre dans un motel parce que j'avais pas de place où aller. » (Marie)

« J'sais même plus combien de clés de maison j'ai eues. [...] Ça m'est arrivé de déménager plus de 4 fois par année. » (Chantal)



Photo choisie par Jeanne lors de la première rencontre avec les femmes participantes

Les actrices clés rencontrées ont énuméré quelques stratégies utilisées par les femmes qui n'ont pas d'endroits où aller et qui souhaitent ne pas être remarquées : utiliser un relais routier (« salon de *truckers* ») pour se doucher et se réchauffer l'hiver; utiliser les douches d'un gym avec piscine intérieure (endroit sécuritaire pour laisser quelques affaires et se déposer quelques heures); s'habiller de façon masculine; dormir dans des buissons; stratégie pour manger au restaurant sans payer et sans que ça paraisse auprès des amie.s.

Risquer de vivre des violences dans la rue... et vivre des violences pour rester invisibles

Le risque de viol ou d'agression est omniprésent, ce qui contraint des femmes en situation d'itinérance à se déplacer ou à se dissimuler dans l'espace public. Ces risques entraînent une hypervigilance chronique qui a été décrite par plusieurs femmes rencontrées : « Tu regardes à l'arrière de toi, constamment. Tu dors juste d'un œil. Même dans les abris, il peut arriver n'importe quoi. » (Manon)

Outre le risque de vivre des violences en étant en instabilité résidentielle ou en situation d'itinérance, les femmes vivent aussi des violences pour rester invisibles. Leurs stratégies d'invisibilisation pour éviter la violence de la rue peuvent ainsi les fragiliser face à d'autres formes de violences ou d'abus. Les actrices clés racontent que des femmes restent dans des relations malsaines, « endurent » des violences pour ne pas se retrouver sans domicile. D'autres développent une forme de relation avec des hommes, une certaine dépendance affective, qui peut leur apparaître comme de la sécurité, mais qui les met à risque de vivre des abus : les personnes qui leur viennent en aide peuvent abuser d'elles.



« C'est ça, elles ont un toit sur la tête, mais à prix fort, malheureusement. » (Actrice clé)



« Elles vont aller dormir chez des personnes qu'elles connaissent, puis, au fur et à mesure, elles connaissent de moins en moins la personne. Donc, ça vient un moment donné c'est « Ah! t'as un logement, je peux tu aller dormir chez vous à soir? ». Donc elles se mettent en péril, elles se mettent en danger parce qu'il y en a qui nous racontent qu'elles ont eu des avances sexuelles, qui ont eu des menaces que si tu veux avoir ta nourriture, ben il faut que tu me fasses une p'tite gâterie. Tsé, faque, elles se ramassent dans des situations très, très précaires. » (Actrice clé)

Les actrices clés ont également mis en lumière la prostitution de survie ou l'aide reçue contre rétribution sexuelle comme faisant partie du vécu de plusieurs femmes. Cette réalité est directement liée à l'itinérance cachée des femmes : des personnes intervenantes ont connaissance de situations où des femmes, pour ne pas « être dans la rue », se prostituent pour pouvoir payer leur loyer. D'autres sont hébergées chez des connaissances contre des services sexuels. Dans ces cas, les femmes ne s'identifient souvent pas à cette situation : la ligne est floue entre loger chez une connaissance ou un ex-conjoint et être hébergée contre des services sexuels.

Les femmes rencontrées ne témoignent pas avoir personnellement vécu ces situations. Toutefois, elles soulignent être plus fréquemment confrontées que les hommes à des formes de marchandage lorsqu'elles sollicitent de l'aide :



« Souvent la femme, elle va se faire dire « oui » si elle demande quelque chose, mais en échange « de ». Alors que l'homme se fera pas proposer... pour de la nourriture, des sous, n'importe quoi. Les hommes, ça peut leur arriver, mais beaucoup moins souvent. » (Émilie)

Enfin, les actrices clés ont aussi mis en lumière le fait que les organismes mixtes d'urgence ne sont pas adaptés aux réalités des femmes. Ces dernières ne s'y sentent pas en sécurité et évitent donc de s'y retrouver.

Autre aspect spécifique vécu par les femmes

La question des menstruations comme aspect spécifique des femmes vivant des situations d'itinérance a été soulevée par quelques femmes et actrices clés. Ces dernières ont mis de l'avant que les femmes en situation d'itinérance souhaitent se laver plus régulièrement que les hommes, notamment à cause de cette réalité particulière. Toutefois, les femmes rencontrées relativisent ce défi spécifique aux femmes en le mettant en relation avec les risques de violences et les autres besoins essentiels comme se nourrir et dormir au chaud : il apparaît alors moins « pire ».



« J'essaye de refouler ça parce que ça peut être la pire des choses qui peut arriver vraiment. Mais tsé, c'est un problème parmi tant d'autres. » (Hélène)

Femmes en instabilité résidentielle ou ayant vécu l'itinérance en Chaudière-Appalaches

Comprendre leurs enjeux pour mieux répondre à leurs besoins



Demeurer invisible pour protéger ses enfants

Certaines femmes dissimulent leur situation pour ne pas subir de violences, tandis que d'autres le font pour protéger leurs enfants, comme en témoigne cette femme :



« Quand mon gars a dû quitter l'hôpital, on est resté deux jours dans le bois chez nous, on dormait dans l'auto. J'lui faisais croire qu'on faisait du camping, il était tout content. J'avais aucun endroit où aller. » (Sylvie)

Si les femmes qui sont mères ont peu partagé d'informations quant à leur réalité spécifique, les actrices clés ont mis en lumière l'importance des enfants dans la vie de ces femmes. Par exemple, les femmes qui quittent un partenaire violent se retrouvent souvent en instabilité résidentielle. La DPJ peut alors percevoir que le père est le parent « stable » et la mère perd la garde de ses enfants. Ces mères ont souvent alors l'objectif de la retrouver, même si le parcours pour y arriver est très difficile.

Double invisibilisation des femmes en situation d'itinérance

Si des femmes adoptent des stratégies pour éviter de se retrouver dans la rue, d'autres passent sous le radar des services sociaux et ne bénéficient pas de l'aide nécessaire pour répondre à leurs besoins primaires en raison des stéréotypes persistants sur ce à quoi devrait ressembler une personne en situation de précarité résidentielle, d'itinérance et/ou de grande pauvreté.



« J'ai toujours aimé bien paraître, c'est comme ça qu'on m'a élevée. Faque quand j'ai eu vraiment besoin beaucoup d'aide, le monde ne me prenait pas au sérieux parce que j'avais l'air d'avoir un standard de vie plus haut que qu'est-ce qu'eux autres demandaient comme seuil. Mais si quelqu'un avait regardé mes comptes, il aurait compris que ça fait longtemps que j'avais besoin d'aide. Faque des fois, on se fie à l'image beaucoup dans notre société pis des personnes passent sous le radar. » (Manon)

Ainsi, les femmes sont « doublement invisibilisées » : des femmes ne se considèrent souvent pas comme étant en situation d'itinérance, notamment de par l'image stéréotypée de ce qu'est censée être une personne en situation d'itinérance, en plus d'être invisible dans l'espace public.



« Pis elles-mêmes ne se reconnaissent pas nécessairement comme dans l'itinérance. » (Actrice clé)

Ce qu'en dit la littérature – Des spécificités de l'itinérance des femmes

Selon plusieurs études (notamment Bellot et Rivard, 2017; Gélinau et collab., 2008; MacDonald et collab., 2020), la caractéristique principale de l'itinérance des femmes est qu'elle est beaucoup plus souvent cachée que visible, et ce, pour éviter les risques de violences et d'exploitation et le jugement des autres. Pour les femmes mères, il s'agit aussi d'un moyen de maintenir un semblant de stabilité familiale pour éviter la perte de la garde des enfants ou pour la récupérer.

Les études présentent différentes « stratégies » utilisées par les femmes : n'ayant nulle part où aller, entre autres à cause du manque de places en ressources d'hébergement non mixte⁵, les femmes tentent de se protéger des dangers de la rue de différentes façons :

- se procurer un chien,
- cesser de se laver,
- adopter une attitude agressive et masculine,
- établir des relations intimes homosexuelles,
- avoir recours à un proxénète,
- s'unir à un homme pour en tirer une forme de protection,
- être hébergées pour un soir chez des ami.e.s ou des ex-conjoints,
- « prostitution de survie », offrir des faveurs sexuelles en échange d'un toit, d'un repas ou d'une douche,
- dormir le jour et marcher la nuit ou dormir dans sa voiture.

Les réalités des femmes en situation d'itinérance sont aussi invisibilisées à cause de l'idée « masculine » de l'itinérance. Le fait que les situations d'itinérance vécues par une majorité de femmes ne s'inscrivent pas dans l'image stéréotypée de l'itinérance (homme vivant dans la rue) fait en sorte que les femmes sont invisibilisées en tant que personnes vivant de l'itinérance. Leurs stratégies de survie, dictées notamment par les risques pour une femme de vivre de la violence dans la rue, les invisibilisent et, paradoxalement, les rendent plus vulnérables à la violence et les excluent des services.

Spécificités de l'itinérance en Chaudière-Appalaches dans les zones rurales ou périurbaines

La région de Chaudière-Appalaches est composée en majorité de territoires ruraux ou périurbains. Cette caractéristique entraîne des défis particuliers pour les femmes vivant de l'instabilité résidentielle ou de l'itinérance, notamment en ce qui a trait à l'accès aux ressources et à la stigmatisation – deux éléments exacerbant l'isolement de ces femmes.

5 Un hébergement non mixte est défini ici comme étant un endroit où seules les femmes ou les personnes s'identifiant comme femmes sont acceptées.

Pénurie de ressources et de logements sociaux

Toutes les personnes rencontrées ont mentionné le nombre très limité de ressources existantes pour les femmes à risque ou en situation d'itinérance dans la région. Le manque de ressources serait particulièrement criant dans les milieux ruraux.

« En milieu rural, il y a aucune ressource. [...] On n'a pas accès aux services. » (Marie)

En ce qui a trait au logement, des femmes rencontrées déplorent la pénurie de logements sociaux en milieu rural ainsi que l'absence de Programme de supplément au loyer (PSL) dans certains secteurs et dans un contexte de forte demande. Cela les contraint à se déplacer vers de plus grands centres urbains pour ne pas basculer dans l'itinérance.

De plus, dans certaines zones rurales, le manque d'accès à des réseaux internet ou de téléphonie accentue la précarité des femmes qui vivent des situations de vulnérabilité, de violence et qui sont à risque d'itinérance. Sans ces modes de communication, elles sont coupées des ressources d'aide.

« Des fois, il y a des places où il y a pas de réseau ou pas internet. Si t'es vulnérable et que tu peux pas demander de l'aide... » (Delphine)

Défis de déplacements

Des femmes et des actrices clés ont mentionné les obstacles liés aux transports et aux déplacements en milieux ruraux, qui limitent d'autant plus l'accès aux ressources et aux services.

Certaines femmes sont contraintes ou incitées à se déplacer vers de plus grandes municipalités pour rester anonymes et/ou se rapprocher des services. Là encore, celles qui n'ont pas accès à un véhicule se heurtent à des défis de déplacements : « Les ressources t'envoient à Lévis... mais t'y vas comment? T'as pas de moyen de te déplacer. Il y a beaucoup de manque de transport en commun. » (Marie)

Les actrices clés soulignent d'autres enjeux liés au déplacement des femmes, parmi lesquels le « choc » en arrivant dans une plus grande municipalité et les apprentissages à faire pour s'acclimater; la méconnaissance des services dans un nouveau secteur et la grande vulnérabilité vécue par ces femmes qui se retrouvent sans aucun réseau ni repère.

« Si t'as été élevée en campagne pis t'es restée toute ta vie en campagne, pis tu tombes en ville demain matin, tu te sens toute seule là! Tu penses qu'il y a plein de monde, plein de services, mais c'est un leurre ça. (...) Tsé les ressources sont là, mais faut que tu te rendes aux ressources. » (Actrice clé)

Itinérance invisible, stigmatisation et isolement

Des actrices clés ont rapporté des situations observées en milieu rural où des femmes habitent une maison abandonnée (sans eau ni électricité), qui dorment dans leur voiture ou qui vivent dans une tente sous un pont l'été. Ces femmes ne veulent pas être vues par le voisinage ou des membres de leur famille dans une situation d'itinérance.

Ce souhait encore plus grand d'être invisible en milieu rural s'expliquerait au moins en partie par le fait que la précarité résidentielle ou l'itinérance loin des grands centres s'accompagne d'une forte stigmatisation, comme le souligne une femme rencontrée :



« Les femmes en milieu rural qui vivent de la précarité résidentielle, elles sont full stigmatisées. Pis si tu es à la rue, dans les p'tits villages, ils appellent la police. »
(Sylvie)

La solidarité dans le voisinage est relative. Certaines femmes et certaines actrices clés soulignent l'absence de solidarité dans les zones rurales, tandis que d'autres mentionnent qu'il y a davantage de solidarité « parce que tout le monde connaît tout le monde » (Julie). Les femmes sont d'autant plus isolées dans ces secteurs de la région.



« Pour celles qui sont plus en milieu rural tsé, j'te dirais que c'est vraiment l'isolement. Le sentiment qu'elles peuvent pas demander de support aux voisins parce que ça va avoir un parti pris tout de suite. » (Actrice clé)

Ce qu'en dit la littérature – L'instabilité résidentielle et l'itinérance des femmes en milieu rural

L'itinérance cachée serait la forme d'itinérance la plus courante dans les secteurs ruraux et en périphérie des centres urbains (MacDonald et collab., 2022).

L'étude menée par Grenier et ses collègues (2020) dans la MRC de la Rivière-du-Nord (territoire situé au sud de la région des Laurentides) met en lumière certaines caractéristiques du vécu de femmes en situation d'itinérance dans des secteurs ruraux ou périurbains :

- Des femmes disent être plus visibles dans l'espace public : étant moins nombreuses que dans une grande ville, elles n'auraient pas « l'anonymat urbain » et vivraient davantage de gêne face à leur situation. Au contraire, des intervenantes indiquent plutôt que les femmes sont d'autant plus invisibles qu'elles fuient encore plus la rue que dans un grand centre urbain : elles vivent l'errance d'un endroit à l'autre, souvent dans des logements « impropres à l'habitation ».
- Comme les secteurs où se trouvent les femmes sont principalement résidentiels, elles ont peu d'endroits où trouver refuge, comme des endroits publics ouverts 24 h. Elles peuvent ainsi vivre de façon exacerbée les risques d'insécurité.
- L'étendue du territoire peut entraîner des trajectoires d'hébergement caractérisées par de longs déplacements d'une ville à l'autre et ces déplacements peuvent engendrer la perte de leurs avoirs ou de documents.

- Le manque de moyens pour se déplacer facilement et à faible coût dans un grand territoire pour aller d'une ressource à l'autre ou se rendre dans un lieu précis pour entamer des démarches ou obtenir des services complexifie le vécu des femmes. Grenier et ses collègues font l'hypothèse que des femmes peuvent rester plus longtemps dans des milieux ou des logements inadéquats ou non sécuritaires.

MacDonald et ses collègues (2022) abondent dans le même sens quant aux enjeux de transport et d'accès aux services dans les zones situées hors des grands centres urbains. Le fait de devoir quitter un endroit pour accéder à des services entraîne leur déracinement, déracinement pouvant les fragiliser encore davantage.

Quelques particularités de l'itinérance documentées en Chaudière-Appalaches

Dans leur rapport publié en 2020, MacDonald et ses collègues présentent certaines particularités de l'itinérance en Chaudière-Appalaches qui rejoignent les enjeux déjà mentionnés, comme le difficile accès aux ressources à cause de l'isolement géographique et du manque de moyens de transport ou le peu de visibilité des personnes en situation d'itinérance qui dorment davantage dans les bois dans une tente que sur des bancs de parc par exemple.

Le faible nombre de ressources d'aide et d'hébergement pour les personnes en situation d'itinérance ou à risque de le devenir est aussi identifié, de même que le fait que plusieurs situations d'itinérance dans la région seraient davantage le résultat d'enjeux associés à la pauvreté sociale qu'à la pauvreté économique⁶. Les auteurs ne font toutefois pas de distinction entre les réalités touchant les femmes et celles touchant les hommes.

Les ressources d'aide : entre difficulté à demander de l'aide et rôle essentiel

Les ressources d'aide sont essentielles pour soutenir les femmes. Toutefois, les participantes à l'étude mentionnent plusieurs difficultés qui peuvent avoir freiné leur demande d'aide. Ces difficultés s'inscrivent dans les enjeux systémiques soulevés plus haut : certaines défaillances du système font en sorte que les femmes ne peuvent demander et obtenir le soutien dont elles ont besoin.

6 Selon la Loi visant à lutter contre la pauvreté et l'exclusion sociale, la pauvreté est définie comme étant « la condition dans laquelle se trouve un être humain qui est privé des ressources, des moyens, des choix et du pouvoir nécessaires pour acquérir et maintenir son autonomie économique ou pour favoriser son intégration et sa participation à la société » (Gouvernement du Québec, 2002, c. 61, a. 2). Plus précisément, la pauvreté économique fait référence au manque de ressources financières (vivre sous le seuil de faible de revenu) et matérielles (aspects englobés dans la Mesure du panier de consommation (MPC), soit le logement, l'épicerie, les vêtements, les déplacements, etc.). La pauvreté sociale englobe quant à elle l'absence de participation, de moyens de participer et de choix qui freine l'autonomie des personnes et leur possibilité de s'intégrer (voir CEPE, 2024).

Difficultés des femmes à demander de l'aide

Si deux des femmes rencontrées témoignent de l'importance de demander de l'aide et d'être dans une démarche active, de nombreux témoignages de femmes illustrent à quel point il a pu être difficile pour elles de demander de l'aide, même lorsqu'elles avaient des besoins urgents. Plusieurs raisons expliquent cette réticence : l'habitude d'endurer et de gérer seules les situations difficiles, la méconnaissance des ressources disponibles, l'interdiction de demander de l'aide, le doute de la légitimité de sa demande, la crainte d'un refus ou d'une non-réponse et le poids des préjugés. Certaines de ces raisons sont en lien direct avec les enjeux d'accès et d'expériences antérieures au sein des services sociaux et de santé.

Habitude d'endurer seules les situations difficiles et doutes sur la légitimité de la demande

Certaines femmes témoignent de leur difficulté à partager leur détresse et à solliciter de l'aide :



« J'donne pas beaucoup de nouvelles en général. Moi le monde qui me connaît savent que j'appellerai pas pour dire "ça va pas". [...] Faque j'ai pas demandé beaucoup d'aide à des ressources dans ma vie. Tsé, c'est nouveau, depuis les 2 dernières années que je demande de l'aide, pourtant c'est étalé sur plus de 20 ans c'que j'ai vécu. [...] Pour demander de l'aide pour moi fallait vraiment que tu sois comme sur le bord de la crise mortelle quasiment là. » (Chantal)

Ce témoignage montre à quel point l'appel à l'aide est souvent perçu comme une solution de dernier recours, ce qui peut retarder le début d'une démarche de prise en charge. Une autre femme témoigne d'une habitude à tout porter seule et de ne pas être habituée à demander de l'aide :



« J'prends toujours des choses sur mes épaules et j'sais pas demander de l'aide. [...] j'pense que beaucoup d'entre nous, quand tu te ramasses seule dans tes problèmes et que t'as pas d'aide, tu sais pas demander de l'aide. (...) T'es tellement obligée de te débrouiller que pour toi demander de l'aide c'est pas normal. » (Alexandra)

Une femme témoigne également que dans des situations d'urgence, où les femmes sont habituées à endurer et à gérer seules les situations vécues, il est difficile de recevoir l'aide qui pourrait être offerte, parce qu'« on la voit pas » (Jeanne).

Il est important toutefois de souligner qu'indépendamment de leur volonté, des enjeux de santé mentale empêchent certaines femmes de nommer leurs besoins :



« C'est pas qu'on veut pas, c'est qu'on est pas capable. » (Jeanne)



L'hésitation à demander de l'aide s'inscrit aussi dans les doutes sur la légitimité de son besoin : des femmes hésitent à chercher du soutien parce qu'elles pensent ne pas y avoir droit ou ne pas être « assez en détresse » : « J'ai toujours pensé que je méritais pas de recevoir de l'aide, parce qu'il y a toujours d'autres personnes qui vivent des situations pires que moi. » (Julie). Certaines femmes minimisent leur situation, ce qui les freine à demander de l'aide.

Méconnaissance des ressources et interdiction à demander de l'aide

L'un des obstacles majeurs évoqués par des femmes est la méconnaissance de l'existence de certaines ressources d'aide. Ne sachant pas qu'elles existent, il est impossible pour elles de les utiliser.

Dans un autre contexte, la difficulté à demander de l'aide n'est pas uniquement la conséquence du manque d'information, mais d'interdictions explicites d'un entourage manipulateur :

« Moi j'suis convaincue qu'il y en a qui sont de mon milieu (sectaire) qui sont à la rue, faute d'aide, la peur d'aller chercher de l'aide. On s'est fait interdire d'aller chercher de l'aide! [...] Mettons une femme, elle a accouché chez elle, elle a pas le droit de quitter son mari, elle a jamais appelé aucune ressource, elle va pas appeler le 811 là! » (Hélène)

Le témoignage de cette participante montre que certaines femmes pourraient non seulement être réticentes à demander de l'aide, elles en seraient activement empêchées.

Expériences négatives vécues auparavant

Les deux dernières raisons évoquées par les participantes concernant leurs difficultés à demander de l'aide sont inscrites dans des expériences souvent négatives des services de santé et sociaux. Tout d'abord, certaines craignent de voir leur demande refusée ou de ne simplement recevoir aucune réponse.

« Tu t'dis ils vont refuser, j'vais pas me rabaisser, pour au final entendre un non ou y vont juste pas répondre. » (Alexandra)

Ensuite, en raison des préjugés envers les personnes ayant des enjeux de santé mentale, il peut être plus difficile pour certaines femmes de demander l'aide nécessaire. Elles craignent d'être perçues comme « malades » et ressentent de la honte.

« Si t'as besoin d'aide, comme psychologiquement, t'as honte. Parce que les gens y vont penser que t'es malade. Ou si t'es en dépression, les gens y vont penser que t'as besoin de médicaments, que t'es une malade mentale. Tsé, que t'es pas une personne normale. » (Alexandra)

Les actrices clés rencontrées abondent dans ce sens où les préjugés privent les femmes de services auxquels elles ont droit. Ainsi, les femmes ayant séjourné par exemple à l'hôpital pour des enjeux de santé mentale se voient ramenées à cette situation lorsqu'elles consultent pour un problème de santé physique qui n'y est pas relié.

Rôle essentiel des ressources d'aide

Saisir l'occasion d'accéder à une ressource d'aide adaptée à ses besoins est souvent perçu comme un tournant décisif dans la vie des femmes. Au-delà du soutien matériel ou psychologique, les femmes rencontrées mettent en avant l'importance de l'écoute et de l'absence de jugement dans leur cheminement.

« La première intervenante, elle m'a vraiment beaucoup aidée dans ma vie. Ça m'a permis de faire un tournant avec mon passé. [...] Y en a qui font juste t'écouter, pis qui te jugent pas, qui vont te donner les vraies ressources, tout ce qui peut t'aider, au lieu de te nuire ou de te faire sentir comme de la marde. » (Marie)

« J'étais vraiment là... au sens propre, dans le noir. C'est vraiment ça. Puis là, il y a comme une craque. J'vois la craque de lumière, puis ça donne espoir. » (Jeanne)

Une femme raconte avoir rencontré une intervenante qui a su suivre son rythme : vivant de la violence conjugale, elle a pris deux ans avant de quitter son conjoint, mais n'a senti aucun jugement de sa part :

« Elle a dit "on va quand même préparer, on va faire un plan quand même". Ça a pris deux ans avant que je quitte. » (Jeanne)

Avoir accès à une ressource d'hébergement adaptée à ses besoins peut aussi être un refuge, un espace où les femmes peuvent se sentir en sécurité et un environnement propice à leur reconstruction.

« C'est un endroit sécuritaire pour moi et ma famille. C'est une chance énorme d'avoir un espace, où se reposer, se déposer, avoir des projets, prendre soin de soi. » (Catherine)

Pour les femmes en situation d'instabilité résidentielle qui reprennent des études, l'accès à une ressource d'hébergement est d'autant plus soutenante qu'elle leur permet de conjuguer études et travail plus sereinement, et sans besoin d'avoir un emploi à temps plein.

Enfin, une femme mentionne précisément le soutien reçu lorsqu'elle résidait en milieu rural et qui l'a beaucoup aidée :

« Quand j'ai eu mon enfant, j'ai eu aussi l'aide d'une intervenante du programme OLO. Ça m'avait vraiment aidée parce que j'étais en zone éloignée, rurale. Des fois, y'a des anges qui tombent du ciel, ça fait toute la différence pour se sortir la tête de l'eau. » (Marie)

Plusieurs témoignages mettent en lumière l'importance fondamentale des ressources d'aide qui soutiennent les personnes vivant divers enjeux sociaux (précarité économique, grossesse sans soutien familial, enjeux de santé, etc.). Quelques ressources ont offert de la sécurité, de l'écoute, de l'aide et de l'espoir aux femmes dans des moments d'urgence. Ainsi, malgré les défis systémiques rencontrés et les difficultés à demander de l'aide, lorsqu'un soutien adapté aux besoins des femmes est disponible et offert au bon moment, il est central à leur mieux-être.

Photo choisie par Jeanne lors de la première rencontre avec les femmes participantes

Femmes en instabilité résidentielle ou ayant vécu l'itinérance en Chaudière-Appalaches

Comprendre leurs enjeux pour mieux répondre à leurs besoins

Des femmes résilientes

Si le soutien reçu par différentes ressources d'aide est central à la reconstruction des femmes, leur histoire est aussi marquée par leur volonté commune de ne pas être définies par leurs traumatismes et leur passé, mais également par leur courage.

Elles sont nombreuses à souhaiter rompre avec le passé. Leur résilience passe notamment par le refus de revivre les mêmes types de souffrances ou de situations vécues par le passé et par la mise en place de stratégies pour se reconstruire et briser des cycles de violence intergénérationnels. La volonté des femmes de prendre leur place, de s'affirmer comme personnes à part entière est aussi présente. Une femme témoigne de sa capacité à laisser le passé derrière elle en l'associant à une forme de renaissance.



Photo choisie par Myriam lors de la première rencontre avec les femmes participantes

« J'veux plus ressentir la même chose, même pour une seule seconde j'aimerais pas rester en arrière. J'm'en suis sortie et j'me dis que j'suis plus forte que ça. » (Alexandra)

« Pis aujourd'hui j'suis bien. J'ai essayé de toute donner à mes enfants. Toute ce que j'ai pas reçu. » (Rosa)

« J'dis quand je pars d'ici j'veux être solide et pis j'veux m'avoir choisie moi. » (Marie)

« Moi j'l'aime cette image (photo femme oiseaux). Pour moi, c'est un homme qui est parti, pis un renouveau pour la femme. Une nouvelle vie qui commence! L'ancienne personne elle est « bye bye » pis la nouvelle elle est là. C'est moi! » (Myriam)

Des femmes ont l'espoir d'un avenir meilleur. Celui-ci leur a permis de se mettre en action, d'aller de l'avant, en retournant aux études par exemple.

« J'tombe tout le temps sur mes pattes, j'me relève. La résilience, tsé j'en ai là. » (Catherine)

« J'm'en suis sortie et j'me dis que j'suis plus forte que ça. » (Alexandra)

Pistes d'action proposées en réponse aux besoins des femmes

D'un côté, les rencontres avec les femmes ont permis de faire émerger plusieurs besoins non comblés au cours de leurs trajectoires et une activité spécifique a fait émerger des pistes d'action plus spécifiques qu'elles souhaiteraient voir développées. D'un autre côté, les actrices clés ont aussi mis en lumière plusieurs pistes d'action pour répondre aux besoins qu'elles observent.

Ces pistes d'action sont regroupées en différentes catégories. Quoiqu'allant fréquemment dans le même sens, les pistes identifiées par les femmes directement concernées sont parfois différentes de celles partagées par les actrices clés rencontrées. Afin de laisser des traces de la parole de chacune, les pistes sont présentées de deux couleurs différentes (**noire pour les actrices clés** et **rouge pour celles des femmes**).

Sensibilisation

- Sensibiliser largement aux besoins spécifiques des femmes vivant de l'instabilité résidentielle ou des situations d'itinérance.
- Proposer des formations dans les écoles et cégeps sur les relations égalitaires femmes-hommes.
- Sensibiliser les personnes élues aux réalités des personnes en situation de pauvreté afin de déconstruire les stéréotypes.
- Sensibiliser les enseignant.es, médecins, éducateur.trice.s aux signaux de maltraitance et de violences conjugales.

Information et orientation vers les ressources

- Faire connaître les ressources existantes pour contrer le fait que les femmes ne savent pas qu'il y a certaines ressources/services, tant en milieu rural qu'en milieu urbain.
- Offrir une trousse de ressources aux femmes dès la maternité pour qu'elles puissent solliciter les ressources dont elles ont besoin.

Accès aux services et aux ressources

- Offrir les services plus rapidement pour éviter les épisodes sans ressources/en errance qui entraînent des effets délétères sur les femmes.
- Avoir accès à plus de ressources « en prévention », avant que les femmes soient sans logement.
- Avoir accès à un.e médecin – souvent le point de départ d'autres services.
- Faciliter la mise en relation de personnes vivant des enjeux de santé, avec des personnes pairs aidantes.
- Offrir une solution d'accompagnement ponctuelle aux femmes vivant des enjeux spécifiques, en attendant de pouvoir leur proposer des services spécialisés (ex. : amassement compulsif, situation vécue par les femmes sortant d'un milieu sectaire).

Accès aux services dans les milieux ruraux

- Soutenir financièrement les femmes lors des déménagements entre différents secteurs de la région (par exemple en mettant à leur disposition des services de déménagement à moindres coûts).
- Développer une offre de transport efficace dans les différents secteurs de Chaudière-Appalaches pour que les femmes puissent accéder aux ressources.
- Déployer des programmes d'intervention mobile (infirmières, personnes intervenantes, etc.).

Approche adaptée aux besoins des femmes

- Soutenir l'accès à un accompagnement/une intervention globale et personnalisée (contrairement aux programmes qui sont prévus en silo).
- Favoriser une approche d'intervention éthique, féministe et sans jugement tenant compte du vécu des femmes et de leur besoin de sécurité.
- Assurer la confidentialité absolue des informations partagées par les femmes, sauf en cas de danger réel.
- Développer une posture d'écoute à tous les âges de la vie pour que les enfants puissent alerter sur des situations vécues à la maison et que les femmes victimes de violences puissent briser le silence.

Logement et hébergement

- Développer l'offre et assouplir les procédures d'accès aux logements sociaux, communautaires, financièrement accessibles et sécuritaires.
- Développer des ressources d'hébergement non mixtes sécuritaires à durée variable.
- Adapter les règles de la DPJ aux réalités des femmes en ce qui a trait au nombre de chambres dans les logements.
- Proposer aux personnes en situation de grande vulnérabilité un accompagnement et une offre d'hébergement sur le long terme.

Soutien financier et scolaire

- Augmenter les montants de prestations à l'aide sociale.
- Assouplir les règles à l'aide sociale, notamment pour les personnes en situation d'itinérance.
- Développer l'offre et faciliter l'accès à l'aide alimentaire.
- Favoriser la poursuite de formations qualifiantes pour permettre aux femmes de sortir de la spirale de la pauvreté à cause d'emplois pas suffisamment rémunérateurs.

Autres pistes

- Lutter contre la précarité menstruelle en fournissant un accès gratuit à des protections hygiéniques dans tous les lieux publics.
- Offrir des lieux d'échanges entre femmes ayant vécu ces situations afin qu'elles prennent la mesure du fait qu'elles ont survécu à des situations pour lesquelles elles ne sont pas responsables.



Conclusion

La présente étude qualitative et collaborative avait pour objectif de visibiliser les réalités spécifiques aux femmes en Chaudière-Appalaches vivant en situation d'instabilité résidentielle ou d'itinérance. La parole de femmes vivant ou ayant vécu ces situations, de même que celle des personnes les côtoyant ou intervenant auprès d'elles ont permis de mettre en lumière leurs vécus. Les différents facteurs (structurels, relationnels, systémiques et individuels) les ayant menées à des situations d'instabilité résidentielle ou d'itinérance, leurs expériences avec les services et ressources du territoire, leurs réalités de femmes, notamment en milieu rural, et les effets des nombreuses difficultés vécues sur elles ont été présentés.

Il ressort des propos des personnes rencontrées la complexité des trajectoires de vie où s'entrecroisent de nombreux obstacles. Les violences et les enjeux de santé mentale sont très présents dans la vie des femmes, tout comme le difficile accès à un soutien répondant à leurs besoins au bon moment. Malgré tout, les femmes font preuve de résilience et de courage, et sont en mesure de proposer des pistes d'action répondant à leurs besoins.

Par ailleurs, il est important de retenir que les causes de l'instabilité résidentielle ou de l'itinérance d'une femme peuvent être des conséquences pour une autre : il y a entrecroisement entre les causes, les conséquences et le vécu des femmes. De plus, bien que les femmes se sentent responsables de leur situation, leurs parcours de vie sont somme toute liés à des causes beaucoup plus structurelles et systémiques qu'individuelles.

Les stratégies et politiques actuelles, notamment en matière de logement social et communautaire et de lutte contre l'itinérance, sont insuffisantes et négligent les besoins spécifiques des femmes en situation de vulnérabilité. Les réalités vécues par les femmes présentées dans ce rapport sont riches d'apprentissages pour celles et ceux qui veulent répondre à leurs besoins pour, enfin, leur permettre de vivre en sécurité et dans la dignité.

Références

Almeida, Jade. 2019. *Violences sexuelles et milieu de santé en lien avec les communautés LGBTQ+ : état des lieux de recherches, enjeux et besoins. Revue de littérature produite dans le cadre du projet « Pour en finir avec les labyrinthes : Vers une complémentarité des services en violences sexuelles soutenant les survivant.e.s LGBTQ+ et Two-Spirit »*. Conseil québécois LGBT.

Bellot, Céline et Jacinthe Rivard. 2017. « Repenser l'itinérance au féminin dans le cadre d'une recherche participative », *Criminologie*, vol. 50, no 2, p. 95-121.

Carle, Paul et Linda Déry. 2021. *Portrait de l'itinérance sur le territoire des Laurentides et des besoins en matière d'intervention*. Étude réalisée pour la Concertation régionale en itinérance des Laurentides (CRI), 40 p.

Centre d'étude sur la pauvreté et l'exclusion (CEPE). 2024. *État de situation 2022. Version révisée mars 2024*. Québec, ministère de l'Emploi et de la Solidarité sociale, Gouvernement du Québec, 124 p.

Concertation Logement Lévis (CLL). 2019. *Être chambreur à Lévis : Portrait, expériences et enjeux. Rapport de recherche*. Par le Comité Maison de chambres.

Cribb, Mélissa. 2024. *Entre (re)victimisation et agentivité : parcours de maternité en contexte d'itinérance et de violence conjugale*. Mémoire de maîtrise en travail social, Université du Québec à Chicoutimi.

Desroches, Marie-Ève. 2019. « Conceptualisation du harcèlement sexuel dans le logement », *Nouvelles pratiques sociales*, vol. 30, no 2, p. 219-233.

Desrosiers, Anick et Sue-Ann MacDonald. 2025. « "Battre des ailes comme un colibri". Paradoxes du croisement des (in)visibilités dans l'itinérance et la santé mentale des femmes », dans *Penser l'itinérance au féminin*, sous la dir. de Jacinthe Rivard et Elisabeth Greissler, Québec, Presses de l'Université du Québec, p. 195-217.

Flynn, Catherine, Simon Turcotte, Christophe Levesque, Pénélope Couturier, Julie Godin, Mélissa Cribb, Elie Fortin-Otis, Gabrielle Petrucci, Isabelle Marchand et Marie-Marthe Cousineau. 2022. « Point de vue de femmes et d'acteurs du milieu communautaire sur l'accès au logement à la sortie d'un contexte de violence. Quand le spatial fixe renforce la spirale de l'itinérance dans certaines régions administratives du Québec », *Lien social et Politiques*, no 87, p. 125-149.

Fontaine, Annie et Frédérique Lapointe. 2025. « Jeunes femmes en situation d'itinérance. Un difficile passage à la vie adulte », dans *Penser l'itinérance au féminin*, sous la dir. de Jacinthe Rivard et Elisabeth Greissler, Québec, Presses de l'Université du Québec, p. 169-193.

Fordin, Martine, Danielle Forest et Annabelle Seery. 2020. *Point de vue des femmes sur leur vécu de violence conjugale postséparation. Adéquation entre leurs besoins et les services présents dans la région des Laurentides*. Pour le Réseau des femmes des Laurentides par le Centre de recherche sociale appliquée, 60 p.

Front d'action populaire en réaménagement urbain (FRAPRU). 2019. *Dossier noir. Femmes, logement et pauvreté*. Montréal, 11 p.

Gélineau, Lucie, Sophie Dupéré, Christiane Bergeron-Leclerc, Michèle Clément, Estelle Carde, Marie-Hélène Morin, Pierre-André Tremblay et Nathalie Brisseau. 2015. « Portrait des femmes en situation d'itinérance. De multiples visages », *Revue du CREMIS*, vol. 8, no 2, p. 48-55.

Gélineau, Lucie, Nathalie Brisseau, Myriam Loudahi, Fanny Bourgeois, Rozenn Potin et Lagi Zoundi, avec la collaboration de Awa Seck et de Mélanie Provost. 2008. *La spirale de l'itinérance au féminin : pour une meilleure compréhension des conditions de vie des femmes en situation d'itinérance de la région de Québec. Rapport de la recherche qualitative*. Québec, Regroupement de l'aide aux itinérants et itinérantes de Québec (RAIQ) et Regroupement des groupes de femmes de la région 03 (RGF03).

Gougeon, Philippe, Guillaume Faucher, Ornella Waji, Cristina Ruscio et Richard Fahey. 2023. *État de situation et analyse d'impact des programmes de prévention et de lutte contre l'itinérance au Québec sur les municipalités*. Rapport final présenté à Jean-Philippe Boucher, directeur général à l'Union des municipalités du Québec (UMQ), AppEco, 87 p.

Gouvernement du Québec. 2002. *Loi visant à lutter contre la pauvreté et l'exclusion sociale* (L.R.Q., c. L-7). Publications du Québec.

Grenier, Josée, Katia Grenier, Sylvie Thibault, Manon Chamberland, Josée Chénard, Mélanie Bourque et Lise St-Germain, avec la collaboration de Maude Champagne, Annabelle Seery et Sara-Jane Roy-Beauregard. 2020. « Accompagnement de femmes en situation d'itinérance : pratiques en émergence d'un organisme communautaire en territoire périurbain et rural au Québec », *Sciences & Actions Sociales*, vol. 1, no 13, p. 146-174.

Grenier, Josée, Sylvie Thibault, Manon Chamberland, Josée Chénard, Lise St-Germain et Mélanie Bourque, avec la collaboration de Maude Champagne, Annabelle Seery et Sarah-Jane Roy-Beauregard. 2019a. *La pratique émergente de la Maison de Sophia et son effet sur les femmes itinérantes ou à risque d'itinérance sur le territoire de la MRC de la Rivière-du-Nord dans les Laurentides*. Rapport de recherche évaluative-participative déposé à la Maison de Sophia et Emploi et développement social Canada. Solution novatrice à l'itinérance. Saint-Jérôme : Université du Québec en Outaouais (UQO) et la collaboration de l'Université Laval et du Centre de recherche sociale appliquée (CRSA).

Grenier, Josée, Sylvie Thibault, Mélanie Bourque, Dave Blackburn et Katia Grenier. 2019b. « Rencontres à cœur ouvert avec des femmes en situation d'itinérance », *Sciences & Actions sociales*, no 11, p. 1-22.

Hurtubise, Roch, Laurence Roy, Lucie Trudel, Marie-Claude Rose et Alexis Pearson. 2021. *Guide des bonnes pratiques en itinérance*. Montréal, CREMIS et CIUSSS du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal, 466 p.

Institut de la statistique du Québec (ISQ). 2025. « Taux de faible revenu, selon le type de famille, par région administrative et ensemble du Québec, 2025 ». [En ligne]. Récupéré à https://statistique.quebec.ca/fr/document/mesure-du-faible-revenu-par-region-administrative-et-par-mrc/tableau/taux-de-faible-revenu-selon-le-type-de-famille-regions-administratives-et-ensemble-du-quebec#tri_coln1=30&tri_coln2=5

Lain, Geoffrey. 2017. *Prévenir l'instabilité résidentielle en logement social à Québec*. Programme clés en main, Capitale-Nationale, 45 p.

MacDonald, Sue-Ann, Philippe-Benoit Côté, Stéphanie Houde, Annie Fontaine et Élisabeth Greissler. 2022. « Saisir l'itinérance », *Revue du CREMIS*, vol. 13, no 2, p. 35-41.

MacDonald, Sue-Ann, Philippe-Benoit Côté, Annie Fontaine, Élisabeth Greissler et Stéphanie Houde. 2020. *Démarche qualitative du Deuxième portrait de l'itinérance au Québec : Regards croisés et approfondissement des connaissances, Rapport final*. Montréal, Québec, Centre de recherche de Montréal sur les inégalités sociales, les discriminations et les pratiques alternatives de citoyenneté (CREMIS), CIUSSS du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal.

Ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS). 2024. *Itinérance hébergée au Québec. Rapport de l'exercice d'énumération du 23 avril 2024*. Québec, ministère de la Santé et des Services sociaux, 152 p.

Ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS). 2023. *Dénombrement des personnes en situation d'itinérance visible au Québec. Rapport de l'exercice du 11 octobre 2022*. Québec, ministère de la Santé et des Services sociaux, 353 p.

Ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS). 2022. *L'itinérance au Québec - Deuxième portrait*. Québec, ministère de la Santé et des Services sociaux, 101 p.

Morin, Paul. 2023. *Précarité et instabilité résidentielle : le savoir d'expérience de femmes et d'hommes du Centre-du-Québec*. Table régionale de concertation des personnes âgées du Centre-du-Québec.

Ponic, Pamela, Colleen Varcoe et Lorraine Davies. 2011. « Leaving is not moving: housing patterns of women who have left an abusive partner », *Violence against women*, vol. 17, no 12, p. 1576-1600.

Réseau des groupes de femmes Chaudière-Appalaches (RGFCA). 2025. *2^e mise à jour de l'état de situation sur la pauvreté des femmes en Chaudière-Appalaches. Statistiques et constats régionaux – édition révisée*. Lévis, RGFCA.

Schwan, Kaitlin, Alicia Versteegh, Melissa Perri, Rachel Caplan, Khulud Baig, Erin Dej, Jesse Jenkinson, Hannah Brais, Faith Eiboff et Tina Pahlevan Chaleshtari. 2020. *The state of women's housing need & homelessness in Canada: A literature review*. Toronto, Publications de l'Observatoire canadien sur l'itinérance.

Secrétariat à la condition féminine (SCF). 2024. *Portrait statistique de l'égalité entre les femmes et les hommes à l'échelle régionale. Édition 2024*. Chaudière-Appalaches (région 12). Québec, Gouvernement du Québec.

St-Germain, Lise (direction), Lucie Lafrance, Marie-Pier St-Louis, Stéphanie Milot, Laura-Kim Dumesnil et la collaboration de Caroline Marcoux et Maude-Amie Tremblay. 2024. *L'habitation et le logement social et communautaire en Mauricie : Portrait de la situation et mobilisation des connaissances*. Rapport de recherche déposé à la Société canadienne d'hypothèques et de logement (SCHL) et au Consortium en développement social de la Mauricie (CDSM). Centre de recherche sociale appliquée (CRSA), 224 p.

Wassef, Kinda, Claudelle Brazeau, Inès Pécol-Cabanes, Tara Chanady et Olivier Ferlatte. 2025. *Pour un système de soins inclusif envers les femmes et personnes lesbiennes, bissexuelles, pansexuelles et queers au Québec – Rapport de recherche*. Qollab.

Annexe 1.

Faits saillants – Statistiques régionales

Pauvreté et faible revenu

- En 2021, dans la population de 16 ans et plus de la région, les femmes sont proportionnellement plus nombreuses que les hommes à être en situation de faible revenu selon la Mesure du faible revenu après impôts : c'est le cas de 11,9 % des femmes et de 9,1 % des hommes (SCF, 2024, p. 14). L'écart entre les femmes et les hommes s'est même agrandi entre 2016 et 2021, passant de 0,9 point de pourcentage à près de 3 points.
- Les familles monoparentales ayant un faible revenu représentent des pourcentages qui variaient d'une MRC à l'autre, passant de 13,1 % dans l'agglomération urbaine de Lévis à 22,1 % dans la MRC des Appalaches (RGFCA, 2025). Pour l'ensemble de la région, le taux de faible revenu des familles monoparentales atteint 18,2 % en 2023 (ISQ, 2025). En outre, en 2021, 68,4 % des familles monoparentales dans la région de Chaudière-Appalaches avaient une femme à leur tête (RGFCA, 2025).

Logement

- En 2021, dans l'ensemble de la population âgée de 15 ans et plus vivant dans un ménage de la région, en Chaudière-Appalaches, les femmes sont plus susceptibles que les hommes de vivre dans un logement inabordable (7,2 % des femmes c. 6,2 % des hommes) (SCF, 2024).
- Selon un calcul basé sur le recensement de Statistique Canada, en 2020, une femme propriétaire dans la région de la Chaudière-Appalaches consacrait entre 26,2 % et 32,2 % de son salaire médian mensuel aux frais de logement (RGFCA, 2025). Les frais de logement comme propriétaire dépassaient les 30 % du revenu mensuel médian d'une femme dans les MRC de la Nouvelle-Beauce (30,2 %), de Lotbinière (31,2 %) et à Lévis (32,2 %) (RGFCA, 2025).
- Selon un calcul basé sur le recensement de Statistique Canada, en 2020, une femme locataire dans la région de la Chaudière-Appalaches consacrait entre 20,1 % et 25,0 % de son salaire médian mensuel aux frais de logement (RGFCA, 2025).

Itinérance

- Selon le Rapport de l'exercice d'énumération du 23 avril 2024 du MSSS sur l'itinérance hébergée au Québec, la région sociosanitaire de Chaudière-Appalaches a proportionnellement moins de places (notamment dans les ressources d'urgence et de transition) pour héberger une personne à risque d'itinérance que la moyenne des 16 autres régions du Québec ayant participé à l'étude (4,1 places par tranche de 10 000 habitants en Chaudière-Appalaches contre, en moyenne, 9,7 places par tranche de 10 000 habitant.e.s dans les 16 régions participantes) (MSSS, 2024, p. 91).

Violences

- Dans la population âgée de 15 ans et plus de la région de Chaudière-Appalaches, les femmes sont les principales victimes d'infractions contre la personne commises dans un contexte conjugal (76,1 % c. 23,9 % des hommes).
- Selon les données policières de 2021, le nombre de femmes parmi les victimes de ce type d'infractions est trois fois plus élevé que le nombre d'hommes (333,5 ‰ femmes victimes contre 101,7 ‰ hommes victimes).
- Les femmes de la région représentent aussi la majorité des victimes d'infractions à caractère sexuel : selon les données policières de 2021, 5 fois plus de femmes que d'hommes ont déclaré avoir été victimes d'infractions sexuelles (149,8 ‰ femmes victimes déclarées contre 28,3 ‰ hommes victimes déclarées) (SCF, 2024).

Annexe 2.

Synthèse des causes, conséquences et vécu de l'instabilité résidentielle et/ou de l'itinérance des femmes analysés par les femmes elles-mêmes

CAUSES

Soutien inadéquat dans les services sociaux et de santé

« On m'a toujours envoyée à la maison. Pourtant, j'arrivais en détresse. »

- Pénurie de logements
- Pénurie d'organismes d'aide en milieu rural
- Enjeux de santé mentale et de dépendances

- Maltraitance dans l'enfance
- Ruptures familiales et relationnelles
- Bris de confiance envers le personnel de santé et services sociaux

- Précarité économique
- Isolement
- Sorties d'institutions
- Exploitation
- Violences conjugales

- Absence de soutien
- Déracinement en cas de déplacement de milieux ruraux vers de plus grandes villes

CONSÉQUENCES

- Enjeux d'hygiène (en particulier lors des menstruations)
- Absence de nourriture
- Froid
- Hypervigilance (risque accru d'agressions, viols)
- Prostitution de survie

« Souvent la femme elle va se faire dire "oui" si elle demande quelque chose, mais en échange "de"... »

EXPÉRIENCES

- Difficultés à demander de l'aide
- Manque de reconnaissance du vécu des femmes
- Situations d'itinérance cachées par peur des agressions, de la perte de la garde des enfants

« J'ai eu un premier garçon à 19 ans, puis avec lui je me suis ramassée à vivre dans un motel parce que j'avais pas de place où aller. »



Le Centre de recherche sociale appliquée (CRSA) est un organisme autonome à but non lucratif qui soutient le développement du pouvoir d'agir des collectivités et des organisations. À cette fin, il recourt à la recherche sociale pour accompagner les groupes dans leur analyse des problèmes sociaux et la synthèse de leurs pratiques. Son approche participative favorise le croisement des savoirs expérientiels théoriques et d'action ainsi que le transfert continu des connaissances.



Réseau des groupes
de femmes
CHAUDIÈRE-APPALACHES

Le Réseau des groupes de femmes Chaudière-Appalaches (RGFCA) est un regroupement régional de 24 groupes de femmes qui travaillent à la défense des droits et à l'amélioration des conditions de vie des femmes. Il constitue un lieu d'actions, d'échanges d'informations, de connaissances et d'expertises sur les droits des femmes et l'égalité. Le RGFCA favorise la concertation entre les groupes de femmes et représente ces derniers auprès des instances politiques et publiques.