

# CENTRE DE RECHERCHE ET D'INFORMATION EN CONSOMMATION

*Au service des consommateurs des MRC de Sept-Rivières et de la Minganie*

## LA CHRONIQUE DU CRIC

Le coût de la vie sur la Côte-Nord, devenu insoutenable.

Au cours des dernières années, le coût de la vie sur la Côte-Nord, et particulièrement à Port-Cartier et Sept-Îles, a connu une augmentation marquée, au point de devenir insoutenable pour une grande partie de la population.

Contrairement à la perception voulant que les grands centres urbains comme Montréal soient plus coûteux, plusieurs indicateurs démontrent désormais que vivre ici peut représenter un fardeau financier encore plus important, notamment en raison de l'absence de transport en commun adéquat.

En effet, les dépenses liées au transport constituent un facteur déterminant dans cette réalité. Alors que dans plusieurs autres villes du Québec, il est possible de compter sur des réseaux de transport collectif accessibles, les études révèlent qu'il est pratiquement essentiel de posséder un véhicule sur notre territoire. Cette contrainte entraîne des coûts annuels évalués à 11 231 \$ pour une personne seule, comparativement à des montants variants entre 1 589 \$ et 2 015 \$ dans les autres villes étudiées.

Cette différence significative contribue directement à faire grimper le revenu viable nécessaire pour couvrir les besoins de base, faisant de notre belle région l'une des villes les plus exigeantes financièrement pour une personne seule.

Parallèlement, le coût du logement a lui aussi fortement augmenté. Bien que Port-Cartier et Sept-Îles demeure relativement abordable comparativement à certains grands centres, les hausses récentes y sont parmi les plus importantes. En 2026, les loyers ont augmenté de 13 % pour les personnes seules et de 15 % pour les familles monoparentales, dépassant largement la hausse moyenne de 10,9 % observée dans les villes étudiées, ainsi que la recommandation du Tribunal administratif du logement, établie à 5,9 %.

Ces augmentations généralisées, combinées à la stagnation des revenus pour plusieurs ménages, ont des répercussions directes sur la capacité des citoyens à subvenir à leurs besoins essentiels. Les principes de réduflation appliqués par les commerçants ne compensent pas la hausse globale des dépenses, et contribuent même, dans certains cas, à fragiliser davantage les droits des consommateurs à se nourrir et à vivre dignement.

Cette réalité a un impact majeur sur les organismes à but non lucratif (OBNL) de la région, dont notre association de consommateurs. Historiquement dédiée à la défense des droits et à l'accompagnement budgétaire, notre organisation doit désormais adapter ses interventions à une urgence grandissante : l'insécurité alimentaire. Malgré nos services de consultations budgétaires, d'accompagnement personnalisé et de référencement vers les ressources appropriées, un nombre croissant de personnes n'arrivent tout simplement plus à se nourrir adéquatement.

Ainsi, nous avons dû adapter nos interventions afin de répondre à des besoins essentiels immédiats. Chaque semaine, nous remettons des cartes d'épicerie, de pharmacie et de magasins à bas prix afin de soutenir les personnes en situation de précarité. Cette aide, bien que nécessaire, illustre l'ampleur des difficultés vécues sur le terrain.

Face à cette situation préoccupante, il devient impératif de reconnaître que le coût de la vie sur la Côte-Nord constitue un enjeu majeur d'équité sociale. Des actions concertées seront nécessaires afin de rétablir des conditions de vie dignes et accessibles pour l'ensemble de la population.

### **Une pression qui touche tout le monde**

Même avec :

- l'augmentation du salaire minimum;
- les ajustements fiscaux comme la TPS.

### **Les revenus ne suivent pas le rythme réel du coût de la vie.**

- De plus en plus de gens n'arrivent plus à couvrir leurs besoins de base;
- Et ça touche désormais toutes les tranches de revenus.

## **Chez nous, on ne parle plus seulement d'inflation...**

On parle d'un système où travailler ne garantit plus de se nourrir correctement, de se loger décentement ou de se déplacer librement.

Et quand les organismes communautaires doivent déroger de leur mission pour nourrir la population, c'est qu'on a collectivement franchi une ligne.

# ATTENTION AUX DANGERS DU COMMERCE ITINÉRANT!

*Protégez-vous contre les pratiques commerciales abusives à domicile*



Le commerce itinérant peut présenter des risques importants pour les consommateurs.

## Ce qu'il faut savoir

**Nouvelles interdictions :** Depuis novembre 2024, la vente à domicile d'appareils de chauffage, de climatisation, de décontamination et d'isolation est interdite au Québec.

**Vérifiez le permis :** Tout commerçant itinérant doit détenir un permis de l'Office de la protection du consommateur (OPC). **Exigez de le voir!**

Méfiez-vous des tactiques de vente sous pression, des offres trop alléchantes et des commerçants qui refusent de vous laisser le temps de réfléchir.

Dans tous les cas, rappelez-vous qu'il vaut mieux choisir soi-même l'entreprise avec laquelle on fait affaire que de se faire choisir par elle.

- Avant de signer un contrat avec un entrepreneur, vérifiez s'il est titulaire de la licence appropriée au type de travaux prévus, en consultant le [Registre des détenteurs de licence](#) sur le site de la RBQ. Cette page offre également une multitude de conseils sur le choix d'un entrepreneur.

**Lien :**

- Plus de conseils sur la page Web de campagne : [Québec.ca/vente-itinerante](https://Quebec.ca/vente-itinerante)

# LE DISCOURS DOIT CHANGER

## Parlons de pauvreté!

**L'explosion du coût de la vie sur la Côte-Nord – quand même l'essentiel devient inaccessible.**

Sur la Côte-Nord, le coût de la vie a toujours été plus élevé qu'ailleurs au Québec. Mais aujourd'hui, on ne parle plus d'un simple écart : on parle d'un point de rupture.

Selon des données de Statistique Canada et de IRIS, le prix des aliments a connu une hausse marquée dans les dernières années. Et ici, cette hausse frappe encore plus fort en raison de l'éloignement, du transport des marchandises et du manque de concurrence.

## Manifeste

- Parce que la pauvreté est un déni des droits et libertés et qu'à ce titre elle porte atteinte à la dignité des personnes qui la subissent;
- Parce que la pauvreté est le produit d'une société inégalitaire qui privilégie les intérêts des plus riches, souvent au détriment des plus pauvres;
- Parce que la lutte contre la pauvreté stagne et qu'en conséquence un nombre grandissant de personnes peinent à se nourrir convenablement et à se loger décentement;
- Et parce que le statu quo est aussi intenable qu'inacceptable.

**Le CRIC, signataire de ce manifeste, réclamons** au gouvernement du Québec la mise en place de politiques publiques visant à améliorer en priorité les conditions de vie des personnes en situation de pauvreté.

### Quatre principes indissociables pour tendre vers un Québec sans pauvreté

1. L'amélioration du revenu des personnes les plus pauvres doit prévaloir sur l'amélioration du revenu des personnes les plus riches.
2. L'accès, sans discrimination, à des services publics universels et de qualité doit s'améliorer de manière continue.
3. Les personnes qui vivent la pauvreté, et les organisations qui les représentent, doivent être au coeur de l'élaboration, de la mise en oeuvre et de l'évaluation des mesures qui les concernent.
4. La lutte contre les préjugés envers les personnes en situation de pauvreté doit faire partie intégrante de toute stratégie visant à lutter contre la pauvreté.

**Votre association a signé le Manifeste pour un Québec sans pauvreté**



# LE DISCOURS DOIT CHANGER

## Parlons de pauvreté!

Campagne 2025-2026

Éliminer la pauvreté, c'est possible avec de la volonté politique! Le contexte social et économique actuel exige davantage que des mesurette et des paroles en l'air. Le temps presse et des gestes concrets et ambitieux doivent être posés par le gouvernement. Mais pour que cela arrive, le discours doit d'abord changer. Un nouveau paradigme est nécessaire.

La pauvreté doit être vue pour ce qu'elle est : un obstacle majeur à la réalisation des droits et libertés pour les personnes qui la subissent.

Le discours doit changer,  
parlons de pauvreté!

<https://www.pauvrete.qc.ca/>

### Notre engagement envers vous

Le CRIC est là pour vous informer, vous conseiller et défendre vos droits de consommateur.

Ensemble, consommons intelligemment!



## SUIVEZ NOUS SUR NOS RÉSEAUX

<https://www.facebook.com/cricpcetsi/>

## DEVENEZ MEMBRE

- Individuel / annuel : 5,00 \$
- Organisme / annuel : 20,00 \$

<https://criccn.ca/devenez-membre/>



# LE CRIC À VOTRE SERVICE

<https://criccn.ca/services/>



## FERMETURE ESTIVALE

22 juin au 8 septembre inclusivement

Durant cette période, nous invitons les consommateurs à communiquer avec l'Office de la protection du consommateur au numéro suivant :

1-888-OPC-ALLO (1-888-672-2556)

Pour toutes urgences et/ou demandes au Fonds Irène Gauthier, communiquez au 418-444-0603.

## NOUS JOINDRE FACILEMENT

### Bureau principal

1, rue Wood, bureau 2, C.P. 204

Port-Cartier (Québec) G5B 2G8

Téléphone: 418-766-3203

Télécopie: 418-766-3312

**Courriel:**

cricportcartier@telus.net

**Site web:** www.criccn.ca

### Point de service

652, avenue de Quen

Sept-Îles (Québec) G4R 2R5

Téléphone: 418-968-6199

**Fonds Irène Gauthier:**

418-444-0603

## NOTRE ÉQUIPE

**Rédaction et conception:**

Marianne Lachance

**Édition:**

Annie Lamarre

Katie Beaudin

Karo-Lyne Mayer



**PLAN XPERT  
TECHNOLOGIES**

Impressions: PlanXpert Technologies - Sept-Îles

### CRIC MEMBRE DE:

- Coalition des associations de consommateurs du Québec (CACQ)
- Chambre de commerce de Port-Cartier (CCPC)
- Table régionale des organismes communautaires (TROC) Côte-Nord
- Réseau québécois de l'action communautaire autonome (RQ-ACA)
- Regroupement des organismes en défense collective des droits (RODCD)

### CRIC SUBVENTIONNÉ PAR:

- Secrétariat à l'action communautaire autonome et aux initiatives sociales (SACAIS)
- Autorité des marchés financiers (AMF) - Coalition des associations de consommateurs du Québec (CACQ)
- Office de la protection du consommateur (OPC)
- Hydro-Québec
- Desjardins
- Conférence religieuse canadienne (CRC)
- Centraide Duplessis (Fonds Irène Gauthier)
- ArcelorMittal Exploitation minière Canada