

Honte  
Mesures de contrôle  
Précarité Exclusion  
Préjugés...

# Osons un nouveau regard, écoutons les femmes assistées sociales.

Rapport de recherche sur la réalité des femmes assistées sociales



ASSOCIATION  
POUR LA DÉFENSE  
DES DROITS SOCIAUX | QUÉBEC  
MÉTROPOLITAIN

Cette recherche est une réalisation de l'Association pour la défense des droits sociaux Québec métropolitain (ADDSQM), sous la coordination du comité femme de l'ADDSQM.

**Équipe de recherche :**

Marietou Niang, Ph. D., chercheuse

Léa Valérie Morin Perron, étudiante à la maîtrise en travail social

Véronique Salmon, militante salariée de l'ADDSQM

**Rédaction :**

Léa Valérie Morin Perron

Marietou Niang

Comité femmes de l'ADDSQM

**Graphisme :**

Danielle Lambert, ADDSQM

**Soutien financier pour la recherche :**

Monsieur Jean-Yves Desgagnés, professeur au département de psychosociologie et travail social de l'Université du Québec à Rimouski (UQAR)– Campus de Lévis.

Mars 2025

# Remerciements

Nous remercions les femmes assistées sociales rencontrées dans le cadre de cette recherche pour leur générosité et le désir de changement qu'elles ont insufflé à travers cette recherche. Par leur histoire individuelle, elles ont construit un récit collectif sur leur vécu de prestataire d'aide sociale. Que cette recherche puisse souffler un vent de changement social tant attendu et souhaité par les organismes de défenses de droits des personnes assistées sociales.

Nous remercions monsieur Jean-Yves Desgagnés pour sa contribution financière, madame Marie-Hélène Deshaies pour ses conseils ainsi que les militantes du Comité femmes, l'équipe de travail et stagiaires de l'Association pour la défense des droits sociaux Québec métropolitain. Nous sommes reconnaissantes du travail d'analyse réalisé par Léa Valérie Morin Perron et Marietou Niang, sans qui cette recherche n'aurait pas eu cette qualité.

Merci également à la Caisse d'économie solidaire de Québec, au député de Taschereau Étienne Grandmont et au député de Jean-Lesage Sol Zanetti, pour leur contribution à la réalisation de cette recherche.





# Table des matières

<b>Mise en contexte</b> .....	<b>1</b>
L'aide sociale au fil des ans .....	2
<b>Portrait des répondantes</b> .....	<b>3</b>
Portrait sociodémographique des femmes .....	4
<b>Vécu avant l'entrée à l'aide sociale</b> .....	<b>5</b>
Le fardeau des inégalités sociales : entre traumatismes et précarité socio-économique .....	6
Motifs de recours à l'aide sociale : entre espoir, honte et non-reconnaissance de certains vécus .....	9
<b>Vécu après l'entrée à l'aide sociale</b> .....	<b>13</b>
Arrivée à l'aide sociale : une porte d'espoir qui se referme.....	14
Normes et procédures du programme d'aide sociale.....	15
Mesures de contrôle .....	15
Le contrôle de l'information .....	16
« L'enquête Jobidon » ou le contrôle de la vie privée .....	18
La lourdeur des procédures : de la contrainte temporaire à la contrainte sévère .....	22
Les attitudes des agent.e.s .....	25
Mesures d'appauvrissement .....	27
Mesures d'exclusion .....	29
<b>Conséquences</b> .....	<b>33</b>
Isolement social et fardeau des préjugés .....	34
L'auto-dévaluation .....	35
Risque de dépréciation de leur santé .....	36
Sentiment de vivre de l'injustice .....	36
Manque d'espoir .....	37
Conditions de vie précaires .....	37
<b>Stratégies de survie des femmes</b> .....	<b>41</b>
<b>Recommandations : Se sortir du couloir de l'aide sociale</b> .....	<b>47</b>
<b>Conclusion</b> .....	<b>49</b>
<b>Aperçu méthodologique</b> .....	<b>51</b>



# Mise en contexte

Le projet Entendre et agir ensemble est mis en œuvre par l'ADDSQM de 2017 à 2024. L'objectif est d'identifier les principaux enjeux de l'aide sociale afin d'élaborer des pistes d'actions et de lutte pour la défense des droits fondamentaux des personnes assistées sociales. Ce projet comporte deux phases de collecte de données.

Une première phase a consisté à mener un sondage auprès de 142 personnes de tout genre, dont 89 recevaient de l'aide sociale; 52 n'en recevaient pas et 2 étaient en attente. Parmi les 52 personnes répondantes qui ne recevaient pas d'aide sociale, il faut noter que 63,3% d'entre elles avaient déjà fait une ou des demandes (voir page 52). L'objectif était de faire le portrait sociodémographique de ces personnes et de documenter ce qu'elles pensaient du programme d'aide sociale. Cette première phase a permis de créer deux projets distincts. Le premier avait pour but d'aller à la rencontre des gens là où ils et elles sont dans la Capitale-Nationale, pour les écouter et agir avec elles et eux sur leurs conditions. Le deuxième avait pour but d'identifier le statut et le vécu différenciés des femmes et des hommes qui sont prestataires d'aide sociale.

Partant de ce fait, un projet de recherche a été réalisé en 2022 auprès de 11 femmes assistées sociales. Cette recherche qualitative visait à approfondir avec elles leur vécu et leur parcours avant et durant leur entrée dans le programme d'aide sociale, afin de formuler des recommandations sensibles au genre.

Ce document vise à présenter les résultats d'une recherche qualitative. Les résultats de la recherche qualitative seront présentés en quatre sections comme suit : le portrait sociodémographique des 11 femmes participantes, leur vécu avant l'entrée à l'aide sociale, leur vécu après l'entrée à l'aide sociale, les conséquences du programme et stratégies de survie qu'elles mettent en place. Par la suite, la présentation des recommandations des participantes et celles de l'ADDSQM. S'en suivra une description des balises méthodologiques ainsi qu'un aperçu global des résultats du sondage qui a permis de bâtir la recherche qualitative.

# L'aide sociale au fil des ans

Le Québec se donne une première loi d'aide sociale en 1969. Celle-ci permet inconditionnellement à toutes personnes sans ressources financières de recevoir une aide de l'état afin de répondre à ses besoins, pour elle et sa famille.

La loi sera révisée au fil des ans et les réformes successives en modifieront les règles. Depuis la première loi, avec une seule exception aux personnes de moins de 30 ans qui recevaient des prestations diminuées, l'aide sociale au Québec a été profondément modifier.

Une diminution marquée des prestations, l'admissibilité plus restrictive et l'introduction de catégories créant des divisions au sein de l'ensemble des prestataires (ce groupe étant le plus victime de préjugés, nous voyons l'apparition du bon pauvre et du mauvais pauvre), l'introduction de mesures et l'incitation à une participation à des activités, un programme qui renforce la notion de workfare.

L'application du Programme de revenu de base apporte des changements positifs, par contre ce programme est très restrictif et touche que le tiers des prestataires.

Au moment de publier ce document, nous sommes en attente de nouvelles règles et de reculs auprès des personnes assistées sociales.

Les participantes de cette recherche vivent quotidiennement les impacts de toutes ces règles et sont à la merci des décisions législatives et en subissent les conséquences.



# PORTRAIT des répondantes



Les participantes étaient âgées entre 34 et 64 ans lors des entrevues. Leur moyenne d'âge est de 51,5 ans. La majorité sont mères, mais seulement deux ont des enfants à charge (*Léa et Chantal*). En moyenne, les femmes sont entrées à l'aide sociale à l'âge de 25 ans, dont 7 femmes sur 11 avant l'âge de 25 ans. Elles restent dans le programme en moyenne 17,8 ans, la plus longue période étant de 43 ans et la plus courte de 3 ans.

La plupart des femmes (9 sur 11) ont déclaré être célibataire et n'avoir pas d'enfant à charge. Ce qui est très conforme aux données collectées à travers un sondage préalable dans lequel 70,4% des répondant.e.s avaient aussi déclaré être célibataire. Toutefois, il faut mentionner que plusieurs des femmes rencontrées avaient des enfants qui n'étaient plus à leur charge, car devenus de jeunes adultes.

Les situations des femmes, au moment de l'entrevue, se présentent comme suit : quatre d'entre elles étaient sans contrainte à l'emploi, six avaient une contrainte sévère à l'emploi, et une recevait le revenu de base<sup>1</sup>. Le plus petit montant reçu par les femmes était de 399\$ par mois dû à une dette et le plus élevé 1774\$ par mois, elle vivait en couple. Le tableau 1 qui suit donne des détails supplémentaires sur le profil de chaque femme interviewée.

1. L'entrevue pour certaines a été réalisée avant l'application du Programme de revenu de base.

# Portrait sociodémographique des femmes

Nom (fictif)	Âge	Statut civil	Enfant à charge	Motifs de recours	Arrivée à l'AS	Âge à l'arrivée à l'AS	Années passées à l'AS
Annie	43	Célibataire	Non	Santé	1997	18	25
Rachel	44	Célibataire	Non	Sans emploi	2002	24	20
Josée	41	Conjointe de fait	Non	Handicap	1998	17	24
Martine	41	Célibataire	Non	Santé mentale	2004	23	18
Lise	57	Divorcée	Non	Santé	2002	37	20
Sophie	36	Célibataire	Non	Sans emploi	2013	27	9
Catherine	44	Célibataire	Non	Santé	2019	41	3
Hélène	64	Célibataire	Non	Sans emploi	1979	21	43
Léa	34	Célibataire	Oui	Santé	2017	29	5
Gisèle	63	Célibataire	Non	Santé	nsp	nsp	nsp
Chantal	48	Célibataire	Oui	Sans emploi	1993	19	29

# Véçu AVANT L'ENTRÉE À L'AIDE SOCIALE



Les femmes qui ont recours à l'aide sociale présentent des parcours parsemés d'embûches, et ce, assez tôt dans la vie.

*« Le sac à dos, il se remplit tout le temps. »*

## Le fardeau des inégalités sociales : entre traumas et précarité socio-économique

**La plupart des femmes interviewées ont dit avoir eu peu de soutien familial ou financier.**

Certaines ont parlé de traumatismes d'enfance, de relations familiales tendues voire violentes et d'autres ont passé une partie de leur enfance dans des centres d'accueil. Plusieurs femmes ont vécu de la violence conjugale, des agressions sexuelles et certaines ont fait de la prostitution. Plusieurs répondantes ont fait des études postsecondaires, soit techniques ou universitaires. Leur passage dans le milieu académique n'a pas été simple non plus, elles ont parlé de stress financier, d'endettement, d'accès difficile aux prêts et bourses, d'échecs scolaires et de réorientations multiples.

---

« Ça fait que finalement, à ce moment-là, j'arrive au bout de mes prêts et bourses. Ça fait que là, je dois faire une demande de dérogation. La demande de dérogation, faut que tu leur expliques de long en large pourquoi toi t'as pas réussi à faire tes études dans le même temps que les autres. Ça fait que là, on va jouer dans les traumas encore. Fait que tout ça finalement me fragilise. » Catherine

**La plupart des femmes ont été sur le marché du travail ou ont fait des allers-retours entre l'aide sociale et le marché du travail.**

Sur le marché du travail, elles ont occupé, pour la majorité d'entre elles, des emplois précaires, du travail autonome ou à contrat. Ces types de travail précaires occupés souvent dans notre société par les femmes offrent peu de protection en cas de maladie. De ce fait, les participantes ont vécu de l'instabilité financière, de l'insécurité d'emploi qui fait en sorte que certaines ont affirmé avoir eu à cumuler de petits contrats pour s'en sortir. Durant l'analyse collective, les participantes ont nommé cet état de fait comme étant de « l'exploitation et de la non-valorisation de leur travail » et elles ont reconnu les défis d'être une femme sur le marché du travail. En ce sens, elles sont conscientes des inégalités de genre existantes et perçoivent que les femmes sont encore considérées dans la société comme des « machines à faire des bébés ».

---

« [...] ça a toujours été ça finalement, moi j'ai toujours fonctionné comme ça. Peu importe, si j'étais dans l'aménagement paysager, j'étais en contrat, après ça j'suis allée travailler pour une coopérative de services à domicile, mais j'étais encore sur appel si on veut un contrat. [...] Pis bien, à contrat ça marche pas avec l'aide sociale, [...] donc... » Rachel

---

« Mais c'était tous des emplois de service. Au début de la trentaine, j'ai eu environ 5 emplois dans une année, puis ça m'a écœurée le marché du travail. Ça m'a écœurée dans le sens, je sais pas, j'ai réalisé ça, ça fait pas longtemps. C'est parce que, je trouvais tellement qu'on était interchangeable, ça ne me donnait pas de valorisation, je me sentais pas valorisée là-dedans. » *Hélène*

**Pour certaines la maternité a des impacts sur les possibilités de rejoindre le marché du travail.** L'accès difficile aux garderies, le manque de soutien familial, les coûts et responsabilités liés aux enfants, la prévalence de la monoparentalité sont des éléments qui font partie du quotidien des mères. Même lorsqu'elles sont en couple, la charge mentale et les responsabilités liées aux enfants sont souvent plus importantes pour les femmes que pour les hommes et ont été nommés par les participantes comme des défis supplémentaires.

---

« Pis après ça ben j'ai travaillé un peu dans un restaurant, 4 mois. Là ça ne marchait pas. J'ai essayé de terminer un DEC en traduction avec ma fille à la garderie. J'ai retombé enceinte de sa sœur. J'ai décidé de continuer comme ça jusqu'à temps que je fasse d'autres tentatives d'études, d'avoir

un DEC. Mais à chaque fois ma santé me rattrapait, j'avais pas d'endurance, le stress, les douleurs. » *Annie*

---

« Non, non. Je pense que c'est vraiment ..., d'être une femme monoparentale. [...] Un homme, c'est plus facile d'aller travailler [...] je pense de se trouver un emploi, de garder leur emploi, leur employeur va les garder là, la petite est malade à l'école, téléphone sonne, il faut que tu y'ailles. C'est pas le père qui va y aller on s'entend là ? [...] Moi dans ma situation, il fait pas grand chose. » *Léa*

**La plupart des femmes rencontrées ont aussi parlé de plusieurs formes de violence conjugale qu'elles ont vécu.** Cela a des impacts importants dans leur vie et sur leurs possibilités de rejoindre le marché du travail. Le contrôle financier du conjoint apparaît significatif dans le discours des femmes.

---

« ... moi je suis une personne qui n'avait jamais fait de budget parce que mon mari voulait pas que j'en fasse. Il voulait rien me donner [...] Fait que j'allais travailler pour sortir de la maison, pis en même temps, avoir un petit revenu mais que je lui donnais à lui, parce que je ne gardais pas grand chose. » *Gisèle*

---

« Au niveau économique, il y avait aussi de la violence. [...] j'ai plié bagage et je suis partie. Encore là, le bal a recommencé, jusqu'à temps que je m'écœure et que je retourne chez mes parents. » *Hélène*

---

« J'ai été victime de violence. Ce n'est pas la même violence, c'est le premier, rien que lui, c'était vraiment physique. Un autre c'était c'est physique, un peu, mais plus mental, violence psychologique. Pis le dernier, lui, c'était violence économique [...] Quand j'ai fait mon anévrisme au cerveau, j'étais dans une maison pour femmes victimes de violence. » *Chantal*

**Sans surprise, la majorité des femmes ont fait face à des problèmes de santé physique ou mentale avant de recourir à l'aide sociale.** Ce sont ces problèmes de santé, associés à une rupture ou à une fin d'emploi précaire, qui ont propulsé les femmes vers l'aide sociale.

---

« J'ai été en congé de maladie, [...] j'ai eu le cancer du col de l'utérus, j'ai eu mon chômage-maladie, pis le chômage-maladie c'est à peine quelques semaines [...] Ça fait que, il a fallu que je me retourne vers l'aide sociale après, pour être capable de subvenir à mes besoins. Ça fait que je pouvais

pu travailler. C'est ce qui m'a amenée à l'aide sociale. Je m'étais séparée, j'étais rendue toute seule avec les enfants, j'avais besoin de l'aide sociale. » *Léa*

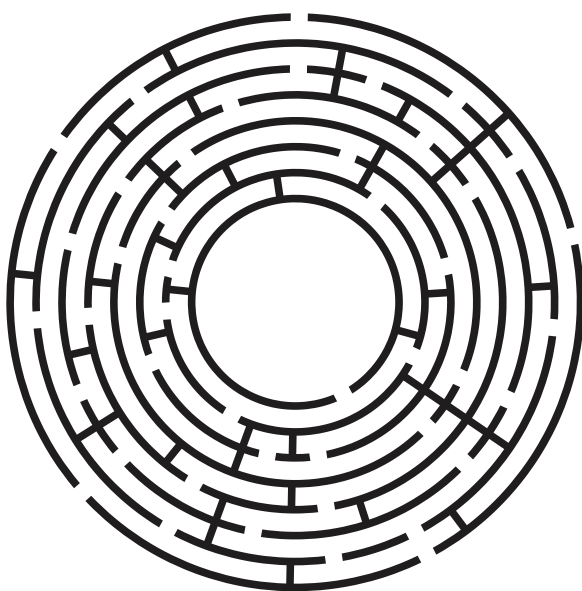
---

« ... c'est parce que quand que j'ai travaillé pendant un an puis, j'ai eu un diagnostic de cancer. Fait que là ben j'avais droit au chômage, j'ai eu mon chômage, après ça je suis retourner à l'aide sociale. » *Chantal*

---

« Un conjoint, trois enfants, beaucoup de travail, la maman qui était toujours malade. Et puis comme de raison, ça a fini par un divorce, parce que je vivais de la violence verbale de la part de mon conjoint... et, faut dire aussi que j'avais aucun papier signé de conjoint, faque j'avais rien, c'est lui qui a eu la garde totale des enfants. Je vivait une maladie grave, et je ne pouvait pas m'en occuper... Puis aucun papier de fait, pas de maison, pas de voiture. » *Lise*

**Enfin, on constate une complexité de fragilités multiples, d'éléments interconnectés qui mènent au fond d'un labyrinthe complexe et souvent difficile de trouver l'issue.** Le faible réseau social et familial, l'échec du plan de carrière, l'instabilité et la précarité du marché du travail, la maternité dans une société patriarcale, la violence conjugale, les soucis de santé sont un ensemble d'éléments qui vont précipiter les femmes dans des situations de précarité où le dernier recours, l'ultime porte de sortie du labyrinthe dans lequel elles se sont retrouvées malgré elles, devient l'aide sociale.



## Motifs de recours à l'aide sociale : entre espoir, honte et non-reconnaissance de certains vécus

**Les vécus qui précèdent l'arrivée à l'aide sociale montrent comment les inégalités sociales façonnent les trajectoires. Il se crée une sorte de labyrinthe dans lequel les femmes cherchent diverses portes de sortie, qui sont bloquées chaque fois.** Puis, après avoir épuisé toutes leurs ressources, elles se retrouvent devant l'unique et dernière porte, celle de l'aide sociale. Elles hésitent tout de même, car elles savent que de nombreux préjugés sont associés à cette porte, qu'il y a de la honte, mais cette porte est la dernière, et c'est celle qui devrait leur permettre de sortir du labyrinthe.

On remarque que les raisons de recours à l'aide sociale déclarées par les femmes sur le formulaire sociodémographique sont similaires aux normes d'acceptation de l'aide sociale. Plus de la moitié, 7 sur 11 des répondantes indique avoir recouru à l'aide sociale en raison de problèmes de santé mentale et/ou physique. En revanche, pour quatre d'entre elles, il s'agit de perte d'emploi ou de fin de chômage. Cependant,

à l'analyse des verbatim, on constate que les raisons singulières à chaque femme sont plus complexes et qu'une multitude d'évènements vient généralement s'accumuler, amenant les femmes à recourir à l'aide sociale. Ainsi, nos résultats portent à croire que certains motifs de recours à l'aide sociale seraient invisibilisés par l'aide sociale, et aussi par la société en général. Par exemple, la monoparentalité ou la maternité ne sont pas des motifs suffisants pour être admis à l'aide sociale, mais peuvent contribuer, avec d'autres facteurs, comme la violence conjugale ou les emplois précaires, à éloigner les femmes du marché du travail.

**De plus, il a été relevé que les femmes qui ont des problèmes de santé moins visibles ou dont le diagnostic médical n'est pas immédiat, clair ou définitif doivent se battre pour faire reconnaître leur admissibilité à l'aide sociale, ou encore leur contrainte sévère à l'emploi.** En lien avec les différents vécus des personnes assistées sociales et la difficulté de faire reconnaître des contraintes, il est évident que plusieurs personnes ne peuvent en bénéficier, alors qu'elles en auraient besoin. **Et, à partir même de cette porte de sortie du labyrinthe d'inégalités sociales et économiques, se construisent de nouvelles formes d'inégalités.**

#### **Pour Lise, qui avait une maladie rare :**

« C'est pas comme tu dis à l'aide sociale : j'ai un cancer ou ben j'ai la sclérose en plaque. C'est canné, c'est clair, c'est une maladie, c'est marqué à quelque part. Et moi, pendant trois ans de temps, je me suis battue avec des papiers, avec des spécialistes qui écrivaient toute ce que je pouvais vivre en tant que maladie, c'était jamais assez. Mon neurologue, je m'en souviendrai tout le temps, aujourd'hui il est à la retraite, il n'en revenait pas. Il disait : qu'est-ce que ça leur prend de plus? Temporaire seulement. Mais ça été très très long au niveau de l'aide sociale. Parce que ce n'était jamais le bon papier. Les explications n'étaient jamais compréhensibles pour eux autres. » *Lise*

#### **Ou Annie, qui vit avec la fibromyalgie :**

« Faque c'est ça j'ai eu des contraintes temporaires pendant longtemps. Pis je trouvais ça ridicule, les contraintes temporaires, de tout le temps redemander chaque fois aux quatre mois. Pis jusqu'à tant qu'on me monte un dossier béton, avec un avocat qui connaît la fibromyalgie, ici à Québec, pis j'ai obtenu la contrainte sévère après ... un an de démarche auprès de l'avocat, et 16 ans en contraintes temporaires renouvelables. » *Annie*



**Alors que Josée, qui vit avec un handicap physique depuis toute jeune, n'a pas eu de difficulté à obtenir la contrainte sévère.** Elle fût la seule des participantes ayant des contraintes sévères à ne pas subir de délai et de difficulté pour la reconnaissance de ses contraintes :

---

« Là c'est sûr qu'il a fallu que je remplisse les documents qui faut remplir avec ça. Là, ils traitent ta demande pour voir si tu es admissible ou pas. Me semble ça avait pas pris trop de temps [...] c'était quand même clair.

Intervieweuse : Puis est ce que t'as été sur le programme d'aide sociale de solidarité sociale tout de suite ou...?

Josée : Eh oui! J'ai pas eu vraiment de difficulté... » *Josée*

**Comme si ce qu'on ne voit pas n'existe pas, les problèmes de santé mentale comme la dépression ou l'épuisement sont difficilement reconnus.**

---

« Ben oui et non dans le sens qu'il a fallu que mon médecin l'écrive une 2e fois avant d'être prise au sérieux. Il avait rien changé, comme si il ne croyait pas ou c'était pas suffisant. Il a fallu qu'elle réécrive et qu'elle parle de motifs d'anxiété qui seraient pas réglables, je sais pas les termes là. »

*Hélène*

---

« Oui, j'ai déjà essayé. La première fois, j'avais juste un diagnostic d'anxiété généralisé et j'ai eu une contrainte temporaire pendant 6 mois. Pendant ce temps-là, je ne connaissais pas mes droits [...] Ensuite, j'avais essayé, depuis ma première agression sexuelle, j'avais essayé avec les psychiatres, avec mon médecin de famille, en vain [...] Depuis ma 2e agression j'ai eu juste une contrainte temporaire de 2 mois parce que là, la psychiatre que j'avais en externe me trouvait fainéante. » *Sophie*



# Véçu APRÈS L'ENTRÉE À L'AIDE SOCIALE



Cette section permet de retracer le vécu des femmes après leur entrée à l'aide sociale. Les femmes y décrivent l'aide sociale comme une porte d'espoir pour sortir du labyrinthe. Cependant, comme elles l'ont nommé dans cette recherche, cette porte se transforme en un système de contrôle, d'appauvrissement, d'exclusion et de catégorisation. Le labyrinthe se complexifie davantage, et la porte de sortie du labyrinthe devient de plus en plus incertaine, invisible, nébuleuse.

## Arrivée à l'aide sociale : une porte d'espoir qui se referme

**Une fois la porte de l'aide sociale, perçue comme étant honteuse et humiliante, est franchie, les femmes disent avoir le sentiment de toucher le fond.** À l'arrivée, elles voient l'aide sociale comme une période passagère et ont un désir très fort de s'en sortir, de retourner sur le marché du travail, de retrouver une vie « normale ». Malgré le nombre d'années qu'elles passent dans ce programme, les femmes ont le sentiment d'être « prises dans un engrenage » et elles relèvent que la porte de l'aide sociale ne leur permet pas facilement d'atteindre leurs objectifs « de s'en sortir ».

---

« Alors je me suis retrouvée dans un petit 2 et demi [...] et dans ce petit 2 et demi là, je vivais mon drame. Et puis l'aide sociale, ce qui a de plus classique, le plus bas. Et puis je ne connaissais pas le monde de l'aide sociale à ce moment-là. Et j'ai dû avoir à chercher puis chercher, comment je ferais pour me sortir de ça, d'une situation semblable. » *Lise*

---

« L'ambiance c'était pas très hop la vie. C'était comme... moi je ressentais de la honte... dans le fond j'avais peut-être pas raison, mais c'est à cause de tout ce qu'on entend, à cause de ceux qui nous ont précédé qui ont profité du système, on dirait que c'est ancré comme culture que l'aide sociale c'est honteux. » *Martine*

---

« Non. Non, non. Non, parce que moi, dans ma tête à moi, je voulais aller travailler. [...] Hé pis j'ai pleuré dans le bureau de la madame à l'aide sociale. » *Gisèle*

---

« Pour moi c'est pas un projet à moyen terme être sur l'aide sociale. C'est pas viable, puis, j'ai d'autres projets [...], j'ai vraiment d'autres ambitions. » *Catherine*

---

« C'est vraiment, on dirait, c'est comme de l'acharnement. [...] c'était assez humiliant d'aller là, pis là, y'a plein d'affaires qu'ils te donnent. Quand t'arrives là, t'as le cerveau rempli de toutes sortes d'affaires qui te passent dans tête. C'est sombre, ... t'es déprimé, ... c'est pas mal mêlant, excusez le mot, mais t'as envie de vomir ta vie. Moi j'ai pleuré ma vie, pis j'ai vomi ma vie, à plusieurs reprises, pis je vomis encore. » *Gisèle*

## Normes et procédures du programme d'aide sociale

Le programme d'aide sociale, bien qu'étant une sorte de filet social ayant pour objectif d'éviter le dénuement, présente certaines lacunes qui ont des effets délétères sur la vie des femmes interrogées dans le cadre de cette recherche (nous rappelons qu'elles en sont prestataires depuis en moyenne 17 ans). Les normes et procédures comptent des mesures de contrôle, d'appauvrissement et d'exclusion.

## Mesures de contrôle

L'analyse thématique réalisée a permis de mettre en lumière un ensemble de mesures de contrôle établies par le programme et que les agents appliquent de façon plus ou moins officielle, selon leur compréhension de leur rôle et leurs propres préjugés.

**Selon Sophie, prestataire depuis 9 ans, l'aide sociale c'est :**

« Comme [...] un jeu auquel on ne sait pas les règles, puis quand on fait quelque chose de pas correct, on t'accuse de tricher. » *Sophie*



« *Monter un escalier roulant à l'envers* »

## Le contrôle de l'information : « les douze travaux d'Astérix »

---

« Eux autres y sont pas là pour te dire tes droits, faut que tu les saches. » Chantal

Une des mesures de contrôle les plus utilisées est sans conteste la mesure du contrôle de l'information. **Les femmes ont rapporté que l'information donnée par le programme manque de clarté, elle est complexe et n'est pas adaptée aux réalités socioéconomiques des personnes assistées sociales.** De plus, plusieurs femmes ont mentionné n'avoir pas été suffisamment informées par les agents et les différents canaux de communication notamment les lettres ou dépliants. Les informations les plus complètes et compréhensibles qu'elles ont obtenues venaient souvent des organismes communautaires.

---

« Mais effectivement, on n'est pas informé de rien de ce à quoi on a le droit. Par exemple, moi, ils m'ont pas dit que parce que j'étais diabétique, j'avais le droit à un petit supplément de 20\$ ou 30\$ par mois. Mais ça, c'est parce que [travailleuse d'organisme communautaire] me le dit à un moment donné il y a 2 ans [...] je l'aurais jamais su, pas plus que pour les transports dont on parlait tout à l'heure. Non, on nous informe de rien. » Hélène

---

« On manque de réponse, pis on manque d'information [...] Y'a pas d'informations fixes. Y'a rien de simple, clair pis précis. C'est tout le temps [...] vas-t'en par là, par là, fais plusieurs appels, les 12 travaux d'Astérix. » Léa

---

« Ça c'est vrai parce que quand on rentre, ils nous disent pas toutes les lois qui couvrent l'aide sociale. Ils nous disent pas combien t'as droit, par exemple, maximum dans ton compte à la fin du mois. » Sophie

---

« Si je pose des questions, si j'appelle au service à clientèle, au 877, oui y vont me répondre, mais tu vois, ça va dépendre de l'agente. Il peut avoir des réponses différentes selon l'agente. » Annie

---

« C'est un manque d'informations, mais c'est un manque d'encadrement puis un manque de bienveillance je trouve. » Hélène

Le manque d'information sur le programme a généré chez les femmes un sentiment de soupçon que l'information est cachée délibérément pour qu'elles ne soient pas au courant de leurs droits. **Cela a un effet négatif sur la relation de confiance qui devait se construire entre les prestataires d'aide sociale et le programme dans son ensemble.**

---

« Ben tu sais encore là, c'est ça aussi je l'ai dit plusieurs fois mais c'est sûr qu'on est lâchée lousse quand on arrive, c'est quand même un méchant... un méchant système, c'est pas simple. Comme je dis, il donne le minimum du minimum, combien tu vas avoir par mois, mais il t'en dise pas plus que ça. Je donne juste l'exemple, tu sais quelqu'un qui arrive sur l'aide sociale, le truc que justement tes parents ou peu importe, te donne tant par mois mettons, ça va être coupé, il y a personne qui va te le dire. Tu vas le comprendre trop tard quand tu vas être coupé. » *Rachel*

---

« [...] que le ministère renseigne plus les personnes assistées sociales sur leurs droits, ça serait un minimum. Et non continuellement nous poignarder dans le dos comme ils font. » *Sophie*

---

« Qu'ils nous remettent une feuille avec les lois pis toute ça pis que ça soit pas caché, on dirait que c'est caché volontairement pour nous pogner. » *Martine*

**Les organismes communautaires pallient ce manque d'informations**, plusieurs femmes ont raconté avoir connu certaines règles de l'aide sociale dans ces organismes, ou encore elles sont aidées par les intervenantes pour comprendre le contenu des lettres du programme qu'elles reçoivent.

L'accès à l'information est d'autant plus entravé par la méfiance des femmes à l'égard des agents. Plusieurs femmes évitent de poser des questions de compréhension parce qu'elles craignent que l'agent lance une enquête sur elle. Cet état de fait contribue à éloigner les femmes des services du programme. **Ce manque d'information a également pour effet négatif de bloquer les femmes dans leurs projets de sortie du programme, comme Annie, qui aimerait retourner sur le marché du travail mais qui n'ose pas demander les modalités.**

---

« Ouais, je ne me sens pas à l'aise d'appeler, j'appelle le moins souvent possible au 877. (...) j'aimerais pouvoir savoir clairement, est-ce que je pourrais travailler, combien d'heure par semaine que je peux travailler à 15\$ de l'heure, sans être coupée de la contrainte sévère. » *Annie*

---

« Je comprenais rien de qu'est-ce qui était marqué. Je comprenais rien, c'est ça. Ils t'envoient un petit papier mais tu lis ça : "Je ne sais pas sur quelle ligne suis là. Chu quoi là, c'est quoi que ça veut dire. Pis là tu les appelles pas parce que t'as peur, t'as peur de les appeler, tu t'dis à toi-même : "D'un coup parce que ça fait longtemps qui sont pas tombé sur mon dossier. » *Gisèle*

« ... comment est-ce que t'as de biens? Je l'sais-tu moi, comment est-ce que j'ai d'biens ? tes années de scolarité, pis t'as de la misère à écrire parce que là tu sais pu qu'est-ce que tu dois écrire. On dirait, c'est comme de l'acharnement. » Gisèle

## « L'enquête Jobidon » ou le contrôle de la vie privée

Une autre mesure de contrôle mise en place par le programme est le contrôle de la vie privée. Le fait de recevoir des prestations de l'État semble aussi enlever le droit à toute forme de vie privée. Les participantes ont relevé qu'elles se font constamment contrôler dans le programme dans le but de déceler si elles répondaient toujours aux normes de leur acceptation à l'aide sociale. **De ce fait, elles jugent les demandes et attitudes des agents infantilisantes envers elles**, ce qui les met dans une position de devoir justifier chaque décision qu'elles prennent. Cette situation peut s'entrevoir dans l'extrait suivant dans lequel l'agent cherche à savoir quelle est la transaction récurrente de 2\$ au Dollorama :

« Ben j'avais acheté des Pokémon à ma fille[...] Parce qu'elle faisait le ménage de sa chambre ça me coûtait à peu près 4\$ par semaine. Puis on me demandait c'était quoi les transactions de virement

bancaire que je faisais? Ou ben si je jouais à des jeux de machine à sous ? Si j'avais gagné ? Quand j'ai montré à la dame j'ai dit : c'est parce que j'achète des Pokémon pour qu'elle fasse le ménage de sa chambre [...]. Oui c'est du contrôle. Là elle en a pu de Pokémon parce que sinon je suis obligée de remplir des lettres à l'aide sociale. » Léa

**Les femmes ont aussi parlé d'une suite logique de contrôle dans leurs parcours de vie : d'abord le contrôle de la famille, durant leur jeune âge; puis le contrôle du conjoint, la plupart ont vécu de la violence conjugale sous diverses formes; puis finalement, le contrôle de l'État par l'entremise de l'aide sociale.** Le contrôle de l'aide sociale s'effectue aussi par l'entourage et le voisinage. Ce dernier, grâce au programme





d'aide sociale, se donne le droit de surveiller, dénoncer les femmes qui ne se conformaient pas aux règles ou normes établies. En effet, les agents d'aide sociale reçoivent, encouragent et donnent suite aux délations de l'entourage ou du voisinage concernant les prestataires.

**Sophie a fait l'objet d'une enquête parce qu'elle avait reçu des amis chez elle :**

« Ben c'était des voisins qui m'ont dénoncée à l'aide sociale. J'ai dit à l'agent :  
« Je suis pas en couple du tout là. Je suis seule sur mon bail. On peut tu me laisser respirer un peu ? » *Sophie*

**Annie avait reçu du soutien de sa conjointe :**

« Mon amoureuse m'avait versé de l'argent, on vit pas ensemble... Pour sauver un chat qui était malade, j'avais beaucoup de chats dans le temps, et pour m'aider avec mes filles adolescentes.. Je n'avais pas d'aide. Fait que là, toute cette aide-là son ex-mari est allé me vendre au bureau d'aide sociale. » *Annie*

**Le sentiment d'être surveillée est envahissant pour les femmes :**

« C'est là que ça a été une prise de conscience pour moi de réaliser comment l'aide sociale pouvait te surveiller puis qu'il fallait que tu fasses attention. Tu sais, ma mère, elle me donnait des sous, mais là c'est accepté une chance<sup>2</sup>. Mais avant ça ne l'était pas. C'est là que j'ai su qu'il fallait que je fasse attention. » *Hélène*

**Le fait d'être une femme complexifie davantage certaines démarches dans le programme.** Par exemple, Chantal nous explique dans son récit que pour avoir accès au programme d'aide sociale, elle a été obligée d'ouvrir un compte conjoint. Au moment de vouloir se séparer pour motifs de violence, elle doit fermer son compte conjoint en présence de son ex-conjoint. **Cela a un effet négatif sur le sentiment de sécurité physique et psychologique des femmes.** Cet état de fait révèle également une forme de contrôle de la vie de couple des répondantes.

« Ce qui a posé le problème là, c'est quand tu veux te séparer, faut que tu prouves que t'es séparée, faut que t'aïlles avec ton ex-conjoint fermer ton compte. (...) Ben on est obligé d'avoir un compte

2. Depuis le 1er janvier 2019, les prestataires ont le droit de recevoir des dons, d'un maximum de 100\$ par mois, l'excédent est retranché le mois suivant. Auparavant seuls les cadeaux étaient acceptés, à l'anniversaire et à Noël. Plusieurs se sont retrouvés avec des dettes envers l'aide sociale du à cette règle.

conjoint, c'est ce qui n'y a pas d'allure parce qu'avec la femme, elle veut se séparer puis qu'elle est victime de violence.

Intervieweuse : L'aide sociale vous a obligé au compte conjoint ? Oui, un chèque à deux, un compte conjoint. (...) Mais oui, tout est versé dans ce compte là. »

*Chantal*

L'étendue du contrôle établi par le programme d'aide sociale, dans la vie sociale, peut devenir très anxiogène pour les femmes rencontrées. En ce sens, **des pratiques de surveillance malsaines, ainsi que des doutes et mises en accusation non fondées sont dénoncées par les participantes.**

« Oui oui parce que depuis que la personne m'a vendue au bureau de l'aide sociale, j'ai l'impression qu'ils surveillent tout dans mon compte. Y vont tout surveiller, mais j'ai rien à me reprocher. J'ai pas eu des cadeaux de plus que 100\$, pis chaque fois je les déclarais. » *Annie*

« Au lieu de douter, parce qu'on a toujours l'impression qu'ils doutent, qui sont pas sûrs des réponses, qui sont pas sûrs des rapports. Là ils t'appellent, on comprend pas trop ça, on aimerait avoir un autre, un autre rapport. Des choses comme

ça, ça c'était tannant mais tannant! (...)

Pis quand le téléphone sonnait ça semait un peu l'insécurité chez moi. En plus de la maladie. » *Lise*

« ... ils me laissent un peu plus tranquille qu'à d'autres périodes, mais quoi que pour mon téléphone qui est commun avec mon ex-conjoint, même si on n'est pas dans le même logement, ils m'ont déjà fait un petit peu de chantage, ils m'ont dit « On vous surveille là. [...] J'ai dit : « Ben oui, surveillez-moi. » *Hélène*

« C'est surtout le fait que, il y avait un montant que j'avais, quelques montants que j'avais déjà déclarés et que j'avais déjà fourni les documents, mais ils me les redemandent encore. Ce qu'ils auraient dû faire, c'est qu'au lieu de me le redemander, ils auraient pu regarder dans mon dossier, mais à la place, ils me demandent. J'ai l'impression qu'ils veulent juste m'écœurer. » *Sophie*

**L'entraide est aussi contrôlée et punie dans le programme d'aide sociale.** Par exemple, lorsque les ami.e.s ou la famille donnent de l'argent qui dépasse 100\$, la somme admise mensuellement comme don par le programme, ce surplus sera retranché des prochaines prestations. Les participantes à cette étude ont bien relevé que cette pratique est un des moyens utilisés dans le programme pour les maintenir dans un état de pauvreté et de survie. D'autant plus qu'avec cette pratique, le programme n'encourage pas la construction ou le maintien de réseaux de solidarité qui existent dans leur milieu familial ou communautaire.

---

« L'aide sociale, c'est qu'on te met dans un trou, puis le reste, c'est toi qui te débrouilles pour en sortir; puis le trou est profond, quasiment un puits. Puis, si tu te fais aider, on creuse le trou encore plus creux on t'enfoncé encore davantage. »  
*Sophie*

---

« Ma mère m'a envoyé 220\$, ça veut dire qu'ils vont me poser des questions. Tu vois puis je pense c'est le truc que je trouve le plus lourd avec l'aide sociale, parce qu'il donne pas assez, [...] Puis c'est ça, y faut tout le temps, tout le temps, que je justifie every fucking all. » *Rachel*

---

« Pis le 3 juin, j'allais faire une demande, ma mère m'avait déposé un petit montant d'argent dans mon compte, pour que je sois capable de manger pis tout ça [...] J'avais 200 piasses de trop selon eux. »  
*Gisèle*

**Au-delà des formes de contrôle psychologique, économique et social, les femmes ont parlé du contrôle de leur liberté physique par la limitation des possibilités de déplacement.** Les déplacements, même à petite échelle, sont difficiles à cause des limitations financières qui leur sont imposées. Quand elles veulent voyager à l'extérieur du Québec, elles sont carrément soumises à des limites de temps. Ces limitations de leurs déplacements ont un impact significatif dans leur vie et peuvent participer à leur isolement social, surtout que certaines ont de la famille dans d'autres régions, provinces ou pays. De plus, cela envoie comme message aux femmes assistées sociales qu'elles n'ont pas le droit de voyager pour le plaisir, ce qui les renvoie davantage au rang de citoyennes de seconde zone.

---

« Non, je suis originaire de [nom du village] Interviewer : Tu y vas tu des fois ?  
Sophie : Ben j'y vais en moyenne 2 fois par année, j'aimerais ben ça rendre visite à ma mère plus souvent. Depuis le début de la pandémie, les autocars coûtent plus cher. C'est un peu plus de quatre-vingts dollars aller-retour. C'est énorme. » *Sophie*

---

« Moi mes parents y restent à [nom de la ville], ... y venaient me chercher pis y venaient me reporter, à chaque fin de semaine j'allais chez eux. Pis là l'auto a commencé à rouiller. J'aimerais m'en acheter peut-être une auto. » *Martine*

---

« Mettons que ma fille m'inviterait pour aller en voyage en Europe, parce qu'on en parlait à un moment donné, mais ça serait tout qu'un casse-tête pour pas que l'aide sociale se rende compte que j'ai sorti du pays. J'aime autant rester au Québec pour pas avoir de troubles. » *Annie*

---

« Ah c'est ça je voulais savoir, la loi c'est comment pour sortir, si mettons je veux sortir du pays 7 jours. Je veux aller à une plage, mais là c'est pas quelque chose que j'ai les moyens de faire, mais je m'informe d'avance. Pis là elle m'a dit c'est 7 jours, plus un autre 7 jours dans l'autre mois. Pis là je me suis fâchée : ben oui mais je peux pas, la personne elle revient, pis elle paye un autre voyage. Ça pas de bon sens, ça c'est le genre de lois que je voudrais qui change. » *Annie*

## La lourdeur des procédures : de la contrainte temporaire à la contrainte sévère

Les répondantes rapportent quelques paradoxes dans le programme, ce qui le rend très complexe et énergivore en termes de temps et de ressources pour des femmes qui vivent déjà sous le seuil de la pauvreté. Par exemple, pour obtenir une contrainte à l'emploi, qu'elle soit temporaire ou sévère, il faut avoir un document du médecin prouvant la maladie. Ensuite, le Ministère décide si la contrainte est, ou non, reconnue et si elle est de nature sévère et permanente ou seulement temporaire le cas échéant, ils vont octroyer une allocation sur les prestations, le temps que les femmes se remettent sur pied. **Toutefois, pour accéder au précieux sésame que représente le document prouvant la maladie, les femmes se heurtent à l'inaccessibilité grandissante aux**



**médecins vécue à grande échelle au Québec et à un niveau plus accentué par les personnes en situation de pauvreté.** Cela fait en sorte que certaines femmes décident simplement d'abandonner les procédures et de ne pas demander la reconnaissance de leur contrainte, alors que celle-ci leur aurait permis d'obtenir un petit montant supplémentaire dont elles ont besoin et auquel elles sont admissibles.

---

« La contrainte temporaire, elle a fini il y a un mois ou deux. Puis là, j'essaie de prendre un rendez-vous avec le médecin, mais c'est vraiment pas facile ces temps-ci. À chaque matin, je me lève pour essayer de prendre un rendez-vous. » *Catherine*

---

« Pis ça prend toute pour avoir un rendez-vous médical, une signature de médecin, pour obtenir ce que l'agent a besoin. » *Lise*

---

« Tu l'as tu encore ce médecin-là ? Non, les dernières fois que j'ai voulu le rencontrer c'était en automne dernier. Il ne voulait plus me voir du tout. Il refusait mes rendez-vous, il me référait à Info-Santé ou voir un pharmacien, ce que je fais déjà avant de demander un rendez-vous. » *Sophie*

---

« Ça fait longtemps que j'aurais pu pousser pour ça, mais en fin de compte, c'est que j'avais demandé à un médecin et puis le médecin m'avait dit : « Ah c'est compliqué ». Puis là, au privé, faudrait que tu payes un médecin pour qu'il analyse ton dossier, parce que moi, ma médecin de famille ne voulait pas reconnaître. C'est comme, il y a tout le temps quelqu'un, ça a été mes parents, après le médecin, après l'aide sociale. Là, il y a tout le temps quelqu'un qui essaye de me contrôler, mais d'une façon malveillante. » *Catherine*

---

« Ouais, pourtant y'avait les rapports des psychologues, des psychiatres, depuis des années, pis j'avais toujours quand même la contrainte temporaire. Pourquoi? Parce que je l'ai pas demandé. Peut-être j'avais peur de le demander, j'étais pas rendu là. » *Annie*

**L'obtention de la contrainte sévère est perçue davantage comme un soulagement face au contrôle, que comme un gain substantiel.** Malgré la bonification financière, c'est principalement le fait qu'une fois la contrainte sévère obtenue, les femmes sentent qu'elles font moins l'objet de suspicion et d'enquêtes face à leur retour sur le marché du travail ou leurs conditions. Elles

sont désormais reconnues comme définitivement invalides et par conséquent, méritant une aide financière. Il s'agit ici d'une forte internalisation du système capitaliste et néolibéral sur la nécessité d'être considéré comme contribuant à la productivité du système, qui se répercute sur le programme d'aide sociale et dans son administration.

---

« Pis y te laisse plus tranquille quand t'as la contrainte sévère, c'est sûr que c'était une croyance qu'on a. Je pense que ça s'applique [...] c'est comme si j'avais un statut, c'est comme si j'avais finalement obtenu un statut qui me permettait de pu me casser la tête. » *Annie*

**Toutefois, il est perçu comme étant très difficile d'obtenir la contrainte sévère, même lorsque la situation est totalement justifiée. Par conséquent, les femmes ne vont simplement pas faire les démarches.**

---

« Intervieweuse : Dans le fond tu y as pensé, mais t'as jamais entrepris les démarches pour essayer d'être contrainte sévère? Rachel : Non c'est ça, ça aurait été trop compliqué. Ça aurait été trop de longue haleine puis de ce que j'ai cru comprendre c'est évidemment des longues

démarches, mais c'est que c'est aussi un non-retour, fait que c'est ça aussi [...] »

*Rachel*

**On peut penser que le fait que Rachel parle de non-retour exprime aussi, malgré les 20 années qu'elle a passées à l'aide sociale, qu'elle souhaite quitter le programme, ce que la contrainte sévère ne l'aiderait pas à faire, l'enfermant plutôt dans le programme d'aide sociale.**

**Il faut aussi relever ici qu'outre les défis** de passer de la contrainte temporaire à celle de sévère, les catégories et la lourdeur liées à l'accès au programme de contraintes à l'emploi sont aussi une façon d'exclure les personnes qui en auraient besoin. De plus, cela participe à créer une sorte de compétition malsaine entre les prestataires, à savoir pourquoi un tel a plus que moi, encourageant du même coup la division entre les prestataires plutôt que la solidarité, comme l'indique ironiquement le nom du programme. Il est possible de dire que le programme participe à créer des catégories de pauvres, notamment des bons et des mauvais pauvres. Ceux et celles qui le méritent versus ceux et celles qui ne le méritent pas. Les personnes assistées sociales intègrent ce discours, créant de la division et augmentant les préjugés entres elles.

« Ouais, puis ceux qui sont malades, y ont droit eux autres, ceux qui sont handicapés ont le droit, mais les autres qui ont l'air en bonne santé, ils n'ont pas droit eux autres. » **»** *Hélène*

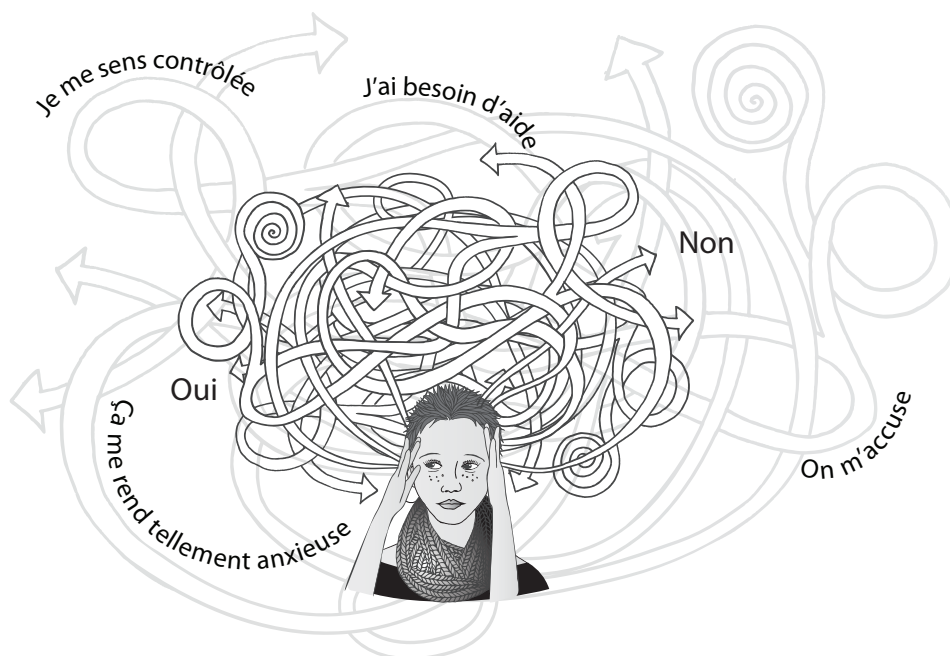
## Les attitudes des agent.e.s

« Si je faisais pas tout ce que je fais, je pense pas que j'aurais survécu à cette agente dans mon dossier » **»**

La plupart des femmes rencontrées ont eu de mauvaises expériences avec les agent.e.s d'aide sociale. Quelques-unes sont plus nuancées et évitent de les mettre toutes dans le même panier. **L'accueil est généralement qualifié de froid et bureaucratique, elles le qualifient d'un « système inhumain ».**

**Certain.es agent.es sont perçus.es comme véhiculant des préjugés qui pourraient aller jusqu'à influencer leurs décisions.** Comme dans un jeu de loterie, les femmes ont soulevé qu'elles peuvent tomber par hasard sur un agent « bienveillant » ou non. Ceci entrave considérablement la relation d'aide et de support qui devrait exister entre les agents et les prestataires. Le changement fréquent d'agent.e.s a aussi été relevé et participe à semer une incohérence et une rupture de confiance avec le programme chez certaines femmes. **Sachant que les femmes assistées sociales vivent dans des situations de fragilité psychologique, les attitudes négatives des agent.e.s risquent d'exacerber certains problèmes de santé mentale chez ces personnes, tel que relevé dans différents récits.**

« J'ai été super bien accueillie. Je leur ai expliqué ma situation, j'ai trouvé que c'était des personnes vraiment bienveillantes, qui m'ont dit que j'étais à la bonne place, puis



que, ils étaient là pour m'aider. Moi, vraiment, j'ai été agréablement surprise et c'est vraiment ça qui s'est passé en fait avec l'agente que j'ai eu à ce moment-là [...] Mais là, après il y a la pandémie, ... depuis 2019, j'ai eu 4 agentes, au moment où est-ce que j'ai eu la première, ça allait pas si mal. [...] La quatrième agente elle, elle a VRAIMENT pas été coopérative. Elle ne lit pas les informations au dossier, elle ne veut pas m'aider et elle m'a tellement usée. Là, elle a une emprise sur ma vie que je trouve absolument dégoûtante et qui va me rendre malade. Cette personne-là est dangereuse pour moi. » Catherine

« Bien, ça a été ça, comme à quel point c'est inhumain comme système, il regarde juste tes diplômes, ton CV. Puis eux ils se foutent pas mal que tu sois en dépression ou en burnout, whatever it is. Pourquoi tu cherches pas de job? Tu sais, il regarde pas ça, eux autres là, ils en ont rien à cirer. Ils veulent juste que tu te places en emploi. » Rachel

Les femmes rapportent que le système est déshumanisant mais aussi que les agents contribuent à les faire se sentir mal par des préjugés. **Il est à constater que le fait de véhiculer des préjugés au sein même du système du programme pourrait participer à dévaloriser encore plus ces femmes, ce qui pourrait influencer négativement leur estime de soi et par conséquent l'espoir qu'elles pouvaient porter de s'en sortir.**

« Comme je vous dis, je me sens souvent jugée [...] De : "tu vas rester à l'aide sociale toute ta vie" " Tu travailles pas, t'es bonne à rien, on va pas [te] traiter comme un humain à notre bureau. » Léa

« Ce que je me rappelle, c'est : « Bon, encore une femme qui veut se faire entretenir. » C'était une agente qui m'a dit ça. » Sophie

« Je me rappelle d'avoir vu un agent au niveau des programmes d'employabilité, au niveau du chômage, je pense, je me demande si c'est pas elle qui m'a donné le cancer. (rire) Je l'ai connu en 2009, puis j'ai eu le cancer entre 2010. Elle m'a traumatisé cette femme-là parce que, elle avait pour son dire que ceux qui sont sur l'aide sociale puis qui se trouvent pas d'emploi, c'est parce qu'ils se trouvent des manières



de contourner le système. Ils vont dans des banques alimentaires, ils vont dans des friperies, comme ça ils n'ont pas besoin de travailler. » *Hélène*

---

« C'est ce que j'allais dire, tout le monde s'en foutait, ça ne leur appartenait pas. [...], tu t'sens comme un peu laissée à toi-même, comme si tu valais rien parce que tu es su l bien-être. Comme si t'avais jamais travaillé de ta vie, pis regarde, tu r'travaille-  
ras jamais de toute façon. »

*Léa*

---

« Un moment donné, ils me rencontraient un peu trop souvent parce que tu sais au début de ma vie adulte j'ai quand même fait le travail du sexe, pis là ils étaient pas capable de prouver que je continuais. »

*Chantal*

---

« Si je faisais pas de la méditation, si je faisais pas de l'art, si je faisais pas tout ce que je fais, je pense pas que j'aurais survécu à cette agente dans mon dossier. Ça aurait vraiment été l'espèce de finale. On te pousse dans le vide tu sais. » *Catherine*

## Mesures d'appauvrissement

Le programme compte aussi sur des mesures d'appauvrissement. **Les prestations sont définitivement qualifiées d'insuffisantes et mènent à un appauvrissement qui enferment les participantes dans une spirale de pauvreté dans laquelle il est quasi impossible de s'extirper.**

Comme le rapportent plusieurs des récits, avec le peu de montant reçu, leurs dépenses quotidiennes (pour s'habiller, s'alimenter ou se loger) sont dictées par les coûts. De ce fait, elles utilisent les banques alimentaires, les friperies. **Pour certaines, plus chanceuses qui ont accès à des logements subventionnés, elles réussissent plus facilement à subvenir à leurs besoins de base.**

---

« S'i lfaut que tu trouves de la nourriture dans les banques alimentaire... t'en a pas nécessairement assez pour payer tout ce que t'as à payer. [...] c'est sûr que les vêtements aussi, t'essaye d'acheter ce qui est pas trop chère mais... des fois c'est pas toujours de qualité non plus. Pis moi, une personne comme moi t'habilles pas ça non plus n'importe où. Tu vas dans des magasins spécialisés, mais ça coûte cher. »

*Josée*

« Je connais pas autre chose que ça, j'ai toujours eu un train de vie très bas [...] ça fait longtemps que je suis là-dessus, j'ai appris à me priver. Moi ce que j'achète à l'épicerie c'est pas les aliments que je regarde en premier, c'est le prix. »

*Martine*

« Moi, l'appartement subventionné, c'est ce qui me sépare d'être dans la rue. »

*Catherine*

**Malgré toutes les stratégies qu'elles mettent en place pour économiser et pouvoir épargner, elles relèvent que le programme ne leur permet pas de se créer un petit coussin pour pallier aux imprévus<sup>3</sup>.**

« Parce que là, j'ai un loyer subventionné pis ça c'est vrai que je peux me ramasser un petit peu d'argent. [...] Pis on a pas le droit d'avoir d'épargne. Ça l'épargne c'est vital. Si y'arrive un coup dur ou toute ça... ça c'est contrôlant. [...] Pis pas le droit d'avoir d'épargne... Ça veut dire la pauvreté, c'est un cercle vicieux. » *Martine*

**L'aide sociale a plusieurs mesures qui crée des dettes<sup>4</sup>.** À son entrée à l'aide sociale Léa est reconnue comme conjointe, donc solidaire d'une dette acquise par son conjoint de l'époque. À la sortie de l'aide sociale de ce dernier, elle s'est retrouvée seule à rembourser la dette, même si elle n'y avait pas contribué.

« La dette de Monsieur qu'il avait sur son chèque. Vu qu'j'avais un enfant avec Monsieur, c'était un chèque conjoint de fait, donc la dette a tombé solidaire [...] quand ils m'ont faite mon dossier toute-seule, la dette a embarqué dessus direct. Si Monsieur avait faite une demande d'aide sociale, la dette aurait embarqué direct. Parce qu'ils saisissaient pas personne à ce moment-là, il fallait qu'ils se paient. Vu que moi [...] j'étais saisissable, on me coupait de 200 quelques piasses par mois sur le chèque. » *Léa*

L'accumulation de dettes maintient les femmes dans des situations de pauvreté extrême. Pour s'en sortir elles doivent déclarer faillite, ce qui entache leur dossier de crédit et leur nuira dans leur parcours de vie :

« Pour ajouter des problématiques il y en a par exemple à qui on crée des dettes. On s'acharne sur leur dossier. J'ai dû faire une

3. La limite permise est de 1500\$ ou 2500\$ par mois.

4. Voir le dossier noir de l'ADDSQM, *Comment financer un programme une dette à la fois : Les évasions fiscales pour les riches, les invasions fiscales pour les pauvres.*

faillite, c'est à l'encontre de mes valeurs parce que lui il m'avait laissé des dettes [...] Moi-là ils m'achalaient les agences de collection. Ils me rendaient folle. Ça fait que j'ai été obligé d'faire une faillite. » *Gisèle*

**La pension alimentaire versée pour les besoins de la mère est complètement retranchée des prestations.** Celle versée au bénéfice exclusif de l'enfant est retranchée en partie et contribue ainsi à maintenir les femmes dans un état de pauvreté important :

« J'ai parlé à un monsieur [...], je sais pas si il travaille encore pour l'aide sociale, y'était lui, dans les bureaux plus hauts. Pis il m'a répondu : "Vous êtes pas ben avec nous autres ?" "Pardon ? j'ai dit : les pensions alimentaires sont où ?". Ben y dit: "c'est parce que là, si on vous les donne, vous allez être obligée de débarquer de l'aide sociale, là si il décide qu'il paye plus, on voit ça souvent, vous allez être obligée de faire une autre demande d'aide sociale", pis j'ai dit : "Ben en attendant [avec] mon argent, tu fais quoi ?" [...] l'argent s'en allait direct à eux autres là. [...] puis là moi je crevais de faim. » *Gisèle*

## Mesures d'exclusion

**Selon les résultats obtenus, les mesures mises en place par le programme d'aide sociale auraient pour effet de générer de l'exclusion autant de la scolarisation que du marché du travail.** Les participantes révèlent avoir été exclues d'écoles, de programmes de formation et d'emplois. **Cette exclusion formelle contribue et exacerbe l'isolement social dont elles sont victimes, comme nous le verrons au prochain chapitre.**

### L'exclusion de la scolarisation

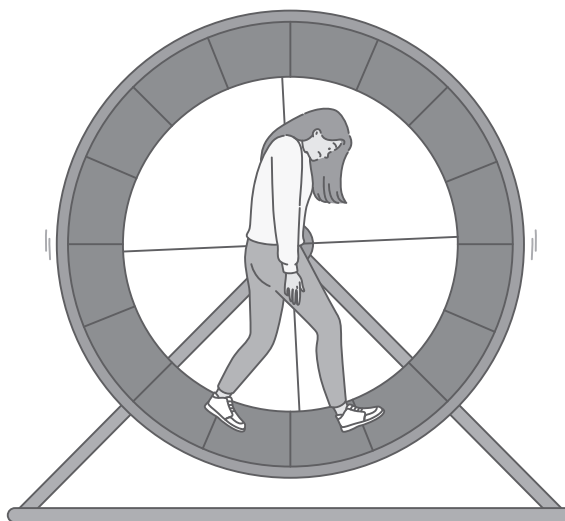
**Catherine et Chantal n'ont pas pu terminer leurs études universitaires parce que l'aide sociale avait des restrictions sur le nombre d'heures de cours qui pouvaient être suivies sans couper les prestations** et cela ne correspondaient pas aux exigences de l'établissement par rapport aux heures obligatoires (secondaire pour l'une et universitaire pour l'autre). Le fait d'imposer un plafond sur le nombre d'heures de cours force les femmes à devoir choisir entre les études ou l'aide sociale, ce qui, dans un contexte où la majorité des femmes ont déjà fait face à de multiples iniquités sociales, ne fait que contribuer à les maintenir éloignées des moyens qui pourraient leur permettre de gravir l'échelle sociale, tel que l'éducation.

« C'est parce que j'étais encore au secondaire [...] Puis là, ben j'avais juste le droit de faire math français, anglais. J'avais pas le droit de faire les autres cours à cause du nombre d'heures.

Intervieweuse : parce que tu pouvais pas avoir un statut d'étudiante pis en même temps être prestataire d'aide sociale?

Chantal : C'est ça ! » *Chantal*

« Pas depuis 2004, parce que j'ai fait une formation en massothérapie en 2004. Mais en 2007-2008 j'ai essayé de faire soins infirmiers. Pis là je voyais, c'était soit, les prêts et bourses, soit, l'assistance sociale. Souvent quand je retournais aux études, j'avais un stress financier. Comme éducatrice spécialisée que j'avais essayé de faire, le stress financier était trop intense pour continuer. » *Annie*



## L'exclusion du marché du travail

Les participantes ont aussi parlé des problèmes qu'elles ont eu pour retourner sur le marché du travail après un épisode de prestation d'aide sociale. **Plusieurs d'entre elles ont participé aux mesures de retour à l'emploi. Selon elles, ces mesures n'atteignent pas leurs objectifs mais leur mettent plutôt des « bâtons dans les roues ».**

« Bien sûr, quand on est sur l'aide sociale, ben on veut s'en sortir. Comme moi, si j'étais apte à travailler, je voudrais faire un retour progressif. La loi de l'aide sociale permettrait pas de le faire parce que quand on gagne trop de salaire, hop il coupe l'excédent à 100%<sup>5</sup>. Donc ils nous mettent

5. Toutes les personnes peuvent travailler à l'aide sociale, indépendamment du programme, par contre une limite de 200\$ par mois est imposée. Ce montant n'a pas été revu depuis 1999. Par contre, une amélioration est apportée au Programme de revenu de base, les gains de travail sont annualisés et équivalent aux montant des prestations.

des bâtons dans les roues. Ça c'est une autre affaire que je comprends pas. Ils veulent qu'on retourne travailler, mais ils nous mettent des bâtons dans les roues. Moi, je leur pose la question, ils veulent tu qu'on s'en sortent ou pas ? » *Sophie*

De plus, la logistique d'un retour au travail semble complexe et l'issue incertaine, à cause des multiples défis auxquels elles doivent faire face, comme les problèmes de santé, l'endettement, ou tout simplement avoir de l'argent pour le transport, la nourriture, l'habillement ou d'autres impératifs qui permettent de se rendre au travail et d'être disponible pour réaliser les tâches demandées. **Outre ces défis, il faut relever que plusieurs femmes ne pourraient travailler qu'à temps partiel et les types d'emploi auxquels elles peuvent avoir accès sont souvent précaires et à bas salaire, ce qui ne permet pas de les sortir de la pauvreté.**

---

« Pis même si je voudrais retourner travailler, il va me rester encore moins. Ce que je veux dire, je vais être encore plus dans la merde si je m'en vais travailler et si je me paye une passe d'autobus au lieu d'payer mon compte d'hydro. J'ai le choix de payer les comptes que je peux ou de m'trouver un travail. Des fois c'est 2 à 3 semaines d'attente avant d'avoir une paie [...] Là, tu peux

pu te permettre d'accumuler des dettes [...] Pis si l'employeur te garde pas, tu fais quoi? » *Léa*

Il faut aussi relever que la sortie de l'aide sociale n'est pas facilitée par les programmes de retour en emploi qui ne tiennent pas compte des réalités ni des besoins des personnes. **Certains programmes mènent à des emplois pour lesquels les exigences sont irréalistes**, comme pour Léa, qui n'a pas de voiture qui pourrait lui faciliter l'obtention d'un poste dans son domaine professionnel. Pour plusieurs autres, une fois qu'elles ont fait le saut, les programmes de réinsertion offerts se révèlent dévalorisants et usants, comme pour Hélène, pour qui les stages à l'emploi n'ont pas pu l'aider à acquérir des compétences solides pour se lancer dans la recherche d'emploi.

---

« Moi, ils m'ont payé un cours pour représentation commerciale aujourd'hui, même si je voudrais me trouver une job dans ce domaine-là, parce que c'est eux qui m'ont payé le cours [...] j'ai aucune ressource pour embarquer dans mon domaine. (...) C'est vrai, on dirait qu'ils veulent qu'on stagne là pis qu'on ait des chèques toute notre vie. » *Léa*

---

« Puis des programmes en emploi, j'avais encore l'aide sociale, mais ça aussi j'en ai fait plusieurs différents programmes. Puis, tu sais, ils disent qu'ils vont t'apprendre des tâches puis ils te les apprennent pas, ils ont pas le temps. Ça fait que tu fais du classement de papiers, mais tu fais pas grand chose d'intéressant puis tu finis ça en queue de poisson. C'est tellement dévalorisant au bout du compte. [...] Ouais, ça a été mal pensé. » *Hélène*

---

« Ils devraient t'aider à te renouveler là, ils devraient te donner des solutions qui ont de l'allure. Comme les stages là, j'ai même voulu y croire et j'en ai fait plusieurs, mais je me retrouve le bec à l'eau à chaque fois. Ça fait que c'est comme plus déprimant d'une fois à l'autre. C'est comme s'ils nous usent de nous donner des méthodes qui ont pas de bon sens, qui aboutissent à rien. » *Hélène*

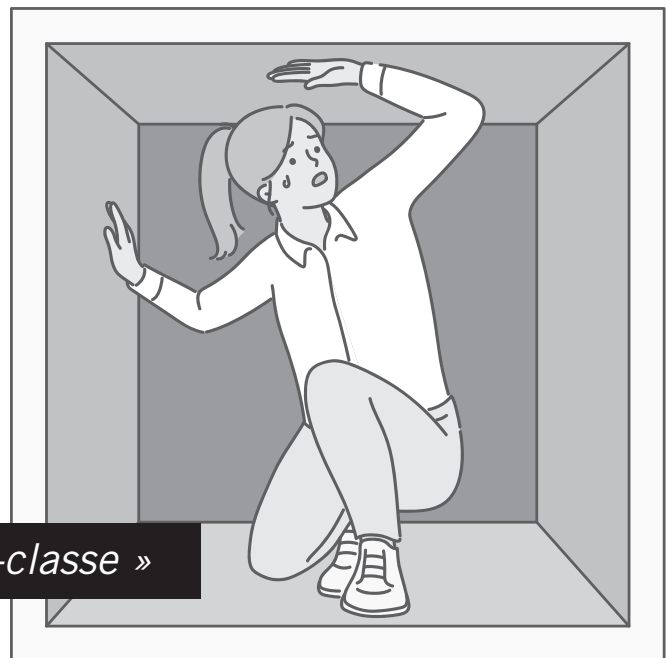
Gisèle n'a pas pu conserver le seul cours qu'on lui avait proposé, ce qui lui a fait vivre un échec supplémentaire. **Ces échecs répétés peuvent contribuer à décourager les personnes de s'impliquer dans ce genre de programme.**

---

« Parce que je l'ai pas réussi, parce qu'eux autres, Emploi Québec, après 2 échecs, t'es dehors. Pis [...] c'tait le seul cours qui pouvait me proposer ici. » *Gisèle*

# CONSÉQUENCES

Cette section permet de retracer le vécu des femmes après leur entrée à l'aide sociale. Les femmes y décrivent l'aide sociale comme une porte d'espoir pour sortir du labyrinthe. Cependant, comme elles l'ont nommé dans cette recherche, cette porte se transforme en un système de contrôle, d'appauvrissement, d'exclusion et de catégorisation.



*« On se sent comme une sous-classe »*

**Le labyrinthe se complexifie davantage, et la porte de sortie du labyrinthe devient de plus en plus incertaine, invisible, nébuleuse.**

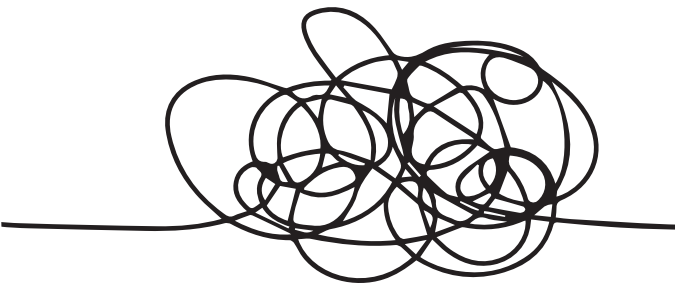
« C'est, tellement de violence comme j'ai dit tout à l'heure, si j'avais la capacité à retourner sur le marché du travail, je serais retournée. Mais là, je suis coincée dans le cercle vicieux. Ce qui fait que je sais plus quoi faire. J'ai l'impression que ça me détruit de l'intérieur.

Intervieweuse : De te retrouver à l'aide sociale ?

Sophie : Oui, exactement. L'aide, c'est supposé aider les gens à s'en sortir, mais une fois qu'on est sur l'aide sociale, c'est complètement l'inverse. Voilà, c'est à dire qu'ils te laissent là. » *Sophie*

## Isolement social et fardeau des préjugés

Les participantes ont rapporté que l'exclusion vécue dans les espaces de sociabilité ou de production économique exacerbe le sentiment d'isolement et de solitude et vient ancrer une forme d'auto-exclusion, amenant certaines à éviter toute occasion sociale et même les rassemblements familiaux. Comme cette femme qui nous racontait, dans l'atelier d'avril 2024, qu'elle ne veut plus aller dans les *partys* de famille parce qu'elle se faisait constamment demander si elle avait trouvé une petite job, alors qu'elle avait des problèmes de santé importants non-reconnus à l'aide sociale. Et cette autre, qui est toujours anxieuse d'offrir des cadeaux à ses enfants puisque ceux-ci les comparent sans cesse avec ceux du papa, qui sont sans commune mesure avec ceux que la maman peut offrir. Elle évite désormais d'aller dans les fêtes familiales. « *La famille, on n'est pas dans la même catégorie.* ». **L'isolement social des femmes est une conséquence directe de leur situation de pauvreté exacerbée en quelque sorte par des mesures de restrictions et de contrôle du programme d'aide sociale.** Ainsi, plusieurs femmes se retrouvent à ne plus côtoyer d'amis, de ne pas avoir assez d'argent pour faire des activités, de s'auto-exclure des fêtes de famille pour ne pas subir certaines remarques.





**Cet isolement imposé affecte les liens affectifs des participantes et nuit à la santé mentale, créant ainsi un cercle vicieux d'isolement qu'il est difficile de briser.**

---

« Ma belle-sœur, elle, c'est les valeurs du travail, de l'efficacité, de la productivité pis toute ça. Elle parlait contre le monde qui était sur le bien-être social. Pis moi j'y avais dit : tsé moi j'fais pas exprès là. J'ai un fardeau à porter, pis ça veut pas dire... mon fardeau, j'ai peut-être l'air de le supporter bien, mais ça veut pas dire que c'est pas lourd. » *Martine*

**L'ensemble des femmes ont été victimes de préjugés.** Cela participe à exacerber l'isolement social des femmes, mais aussi les préjugés affectent considérablement leur estime de soi et leur santé mentale.

---

« C'est mes taxes qui te fait vivre hein? J'ai entendu ça, oui. » *Chantal*

---

« Les gens qui travaillent, je pense qu'il y en a beaucoup qui pensent comme ça. Tu sais, "c'est notre argent qui sert à engraisser ce monde-là !" ou "Ah, ils se font livrer de la pizza et ils boivent une caisse de bière", "C'est des fainéants, ils traînent dans la rue." » *Hélène*

---

« T'es étiquetée aux yeux de la société. T'es étiquetée aussitôt que tu tombes sur l'aide sociale. T'es alcoolique, t'es droguée, t'es une voleuse, t'es une tout croche, t'as pas d'initiatives, t'as pas de tête, t'as pas d'intelligence, t'as 2 ans d'âge mental ; "Regarde. T'es une débile." » *Gisèle*

## L'auto-dévalorisation

**Les préjugés et la honte associées au programme ainsi que les mesures de contrôle du programme atteignent le droit à la dignité et la liberté des femmes assistées sociales.** Lors d'atelier collective les femmes ont nommé : « *la simplicité involontaire* », « *j'étais pas un être humain* », « *comme des numéros* », « *comme si on était en prison* », « *invalides = je suis bonne à rien* ». **Ces mots montrent comment les femmes se représentent dans la société et ils sont souvent issus du regard et des paroles qu'elles entendent dans leur entourage, des médias ou encore des agents du programme d'aide sociale.**

## Risque de dépréciation de leur santé

**Les femmes sont entrées dans la plupart des cas, dans le programme d'aide sociale pour des raisons de santé physique ou psychologique, alors que le programme n'adapte pas ses normes et procédures à leur réalité.** Les mesures de contrôle font vivre beaucoup de stress aux participantes, qui ont nommé ceci lors d'atelier collectif : « *je reçois une lettre le cœur me fait trois tours* », « *ça crée de la peur, du stress, de l'angoisse* », « *le programme a aggravé ma santé mentale* ». De plus, pour certaines femmes le stress et l'angoisse qu'elles doivent vivre en étant dans ce programme et étant obligées surtout de survivre avec de petits montants d'argent affectent considérablement leur santé mentale et pour certaines même leur santé physique.

---

« Et le fait que je peux pas faire face à des imprévus non plus ce n'est pas normal. Comme par exemple mon frigo lâche, j'ai pas les moyens pas m'en acheter un autre. Je vais faire comment pour conserver mes aliments ? Je parle pas du fait de te mettre de l'argent de côté pour se payer un voyage, on parle vraiment des besoins essentiels. Aussi je voudrais m'acheter un

vélo pour me mettre en forme et les prestations me permettent pas de laisser 5\$ de côté. » *Sophie*

**Cela nous amène à nous questionner sur le risque que le programme puisse contribuer à détériorer l'état de santé globale des femmes, ce qui va les maintenir d'autant plus éloignées du marché du travail.**

## Sentiment de vivre de l'injustice

**Les mesures mises en place dans le programme et les préjugés avec lesquels il faut vivre contribuent à créer un sentiment d'injustice chez les femmes qui ne sont pas les seules à être aidées par le gouvernement, tel que nous le décrit l'extrait suivant :**

---

« Et d'un autre côté, il y a plein de compagnies qui font des milliards de profits, reçoivent des centaines de millions de la part des gouvernements ? Et personnes ne bronchent. Comme pour Bombardier, ils ont reçu combien de la part des gouvernements ? Ils ont coupé des emplois puis les dirigeants se sont donnés des bonus. Alors que moi, si je trichais sur l'aide sociale, on me sauterait dessus même pour 5 piastres. » *Sophie*

## Manque d'espoir

Les femmes vivent dans des situations d'instabilité constante, pour le logement, le transport, la nourriture, etc. Aussi, le programme d'aide sociale ne leur permet pas de planifier leur futur, comme nous l'avons relevé plus haut. Il leur est interdit ou elles subissent des restrictions sur toutes formes de stratégies qui permettraient de construire son futur, tel que : voyager, épargner, être en couple, sortir de l'endettement. **De ce fait, elles ont du mal à se projeter, ce qui vient aussi éteindre les rêves et les espoirs d'une vie meilleure :**

---

« Je pense aussi que ça t'amène à vivre aussi un peu comme un esprit de bohème à quelque part, parce que t'as pas de garantie de rien. Tu peux pas faire de projet. Assez que moi, j'avais réalisé il y a moins d'une dizaine d'années, que j'avais pas une tendance à rêver. J'étais pas capable de me projeter non plus dans un mois ou trois ou quatre mois, dans un an parce que j'ai jamais eu de stabilité dans rien. [...] Fait que ça explique, t'es pas quelqu'un nécessairement de fonceur tant que ça, t'es pas nécessairement quelqu'un qui va avoir tendance à rêver ou à faire des projets non, j'en ai pas eu parce que j'ai jamais eu aucune stabilité dans quoi que ce soit. »  
*Hélène*

## Conditions de vie précaires

Sur le plan matériel, l'instabilité est le lot quotidien et se fait aussi sentir sur le plan résidentiel. Le seul moyen de se loger convenablement avec le peu de moyens financiers est de trouver un logement subventionné. En revanche, avoir accès à ces types de logements n'est pas facile, ce qui précarise davantage les femmes. **Étant donné le coût exorbitant des loyers, les femmes avec enfants se retrouvent souvent aux défis de payer le loyer, mais aussi elles sont dans le risque constant de vivre de l'insécurité alimentaire.**

---

« Mais là je suis encore sur la liste pour un HLM. Là où je vis c'est temporaire, c'est 5 ans.

Intervieweuse: C'est temporaire où tu vis là? Temporaire 5 ans max ? mais pourquoi c'est 5 ans le maximum ?

Annie : Parce que c'est [un organisme en habitation transitoire]. » *Annie*

---

« Le prix du loyer augmente puisque j'ai des enfants... Mais y'a juste mon allocation familiale qui augmente... j'ai pas plus les moyens de l'payer mon loyer à 900\$. C'est ... sinon, faut qu'j'aille dans les banques alimentaires pis c'est ce qui fait que j'peux plus aller m'trouver un travail. J'ai plus d'argent pour manger. [...]. » *Léa*

Outre le logement, les femmes rencontrent d'innombrables défis pour se procurer des biens essentiels, comme les médicaments, le logement, le chauffage, l'habillement ou de la nourriture. **Il est à noter qu'étant souvent confrontées à plusieurs défis, elles doivent souvent prioriser le besoin essentiel à combler au détriment d'un autre.**

---

« Mais la bouffe, ça me stressait tellement aussi, parce que je savais pas comment faire, j'avais jamais eu le ventre aussi vide que ça tu sais. » *Catherine*

---

« C'est comme pour la pharmacie. Ben oui, parce que faut que je paye ma pharmacie, une fois par mois. Là mes Tylenol arthritiques sont pas remboursés sur l'aide sociale. C'est 30 quelques piastres par mois, faut que je paye. » *Chantal*

---

« On peut pas manger sainement puis à sa faim. C'est vrai, il y a les distributions alimentaires, ce que j'ai déjà essayé à quelques reprises, mais le problème c'est que la moitié des aliments que je recevais, fallait que je les jette, c'était plus consommable. Alors du coup, en plus faut payer pour aller aux distributions alimentaires. » *Sophie*

---

« Mettons que j'ai des probiotiques à me payer. J'ai trouvé la sorte qui fonctionne pour le colon irritable, mais sont plus chères. J'ai pas pu me les acheter, j'ai été obligé de me faire rembourser. Ça je trouve que c'est une injustice que je peux même pas me payer des produits naturels. » *Annie*

---

« Non, je revenais au même point, pis mon électricité augmente, mon loyer augmente, pis la nourriture augmente. Pis y'a plein de médicaments que j't'obligée de prendre à côté des médicaments qu'eux autres décident de payer, ça fait qu'il reste pas grand-chose. » *Gisèle*

---

« Y'é pas chauffé, ni éclairé. Pis j'dois payer le chauffage de tout le sous-sol, ça me coûte 122 piastres de chauffage par mois. Pas chaud. ... Pis là c'est sûr que moi, l'hiver passé, j'ai mis ça ben bas pis je m'habillais avec des couvertes. » *Gisèle*

**Étant confrontée à d'immenses besoins et peu de moyens financiers ou de ressources, les femmes se retrouvent obligées de vivre dans des situations d'insalubrité :**

---

« La madame en haut, s'en occupe des souris. L'autre fois elle a été y montrer devant sa porte de garage 2 souris. Y'en a un qui dit qu'ça fait 4 ans qu'a charrie les souris. A fournit même pas les trappes à souris, la propriétaire. A dit il y'en a partout, des souris j'en ai même chez nous. Ben j'ai dit : "Si tu veux vivre avec des souris, j'ai dit : "Ça m'intéresse pas, mais j'ai pas l'choix là. » *Gisèle*

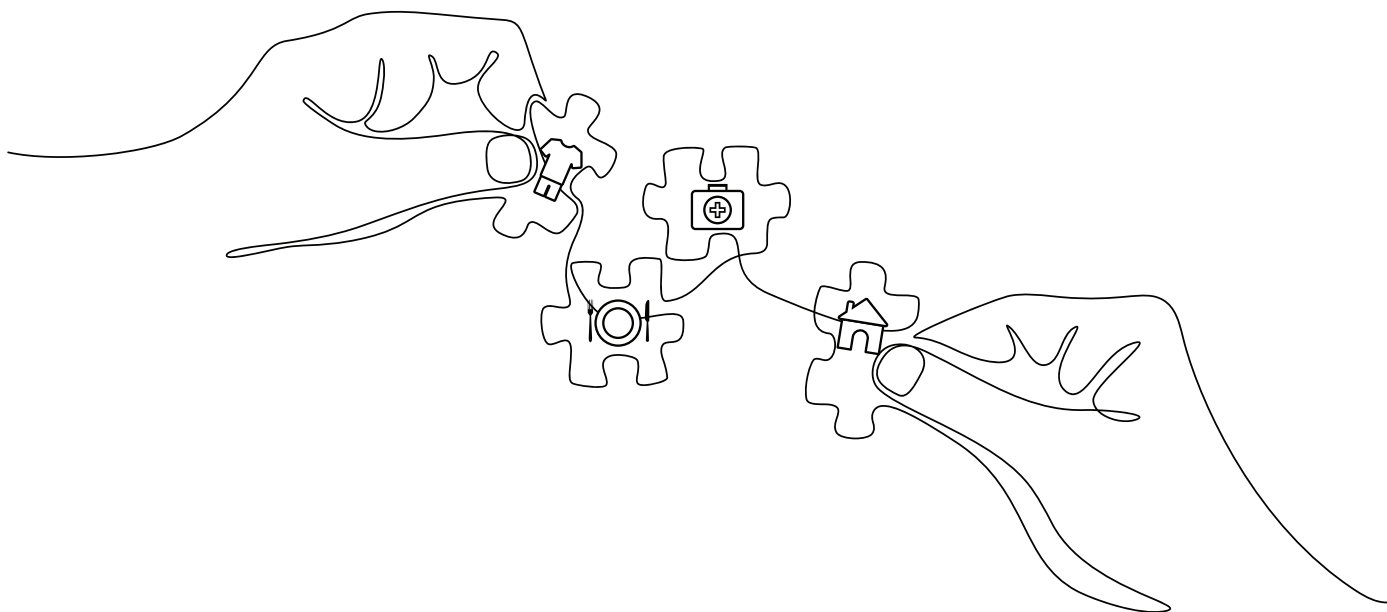
---

« Je vis avec des souris pis de la vermine partout. J'ai eu une infestation de fourmis. L'année passée, les grosses fourmis noires... j'en avais 17 nids autour de la maison, on était obligé d'faire venir un exterminateur, c'est ma mère qui a fait venir un exterminateur, je dormais avec des ouates dans les oreilles. [...] C'est très insalubre. Je n'ai pas le choix, sinon je vis dans la rue pis pas trop chaud, pis dans une tente à terre l'hiver, c'est pas chaud. » *Gisèle*



# STRATÉGIES DE SURVIE DES FEMMES

Pour faire face à tous les méandres de ce labyrinthe infini, les femmes sont contraintes de mettre en place des stratégies afin d'y survivre. Les données récoltées mettent en évidence deux types de survie, soit la survie matérielle, en réponse aux mesures de contrôle et d'appauvrissement, et la survie sociale, en réponse aux mesures d'exclusion.



**La survie matérielle se concrétise, entre autres, à travers tous les gestes de débrouillardise qui sont le lot quotidien des femmes. Comme relevé plus haut, le logement subventionné fait partie des stratégies de survie des femmes.**

Celles qui sont dans le marché du logement privé doivent espérer de la souplesse et parfois des arrangements de la part du propriétaire, pour pouvoir s'en sortir et garder leur logement.

---

« ... je donne toute mon chèque au propriétaire, pis là, quand j'ai mon chèque d'allocation le 20, bin j'y redonne le surplus qui me manquait. C'était une entente pis je suis chanceuse que mon propriétaire a été d'adon avec moi pour ça, parce que c'pas toutes les propriétaires qui te laissent payer plus tard le 20 piasses qui t'maquait le premier. » Léa

**Une autre stratégie de la plupart des femmes est de se priver, en choisissant par exemple, entre leurs besoins essentiels ou encore en choisissant des aliments de moindre qualité.**

---

« Moi j'ai été élevé, que ça prend pas grand-chose dans le fond. Un toit sur la tête. Puis de la bouffe dans ton assiette.

Le reste, c'est du superflu. Fait que à l'aide sociale, je m'organise avec ce que j'ai avec pas grand-chose. Interviewer : Sens-tu que ça correspond à tes besoins, oui ou non? Chantal : Ben non, parce que tu sais, les deux passes d'autobus par mois, là ça coûte chère. Ouais avec une ado. »

*Chantal*

---

« Ça fait longtemps que je suis là-dessus ça fait que, j'ai appris à me priver. Moi ce que j'achète à l'épicerie c'est pas les aliments que je regarde en premier c'est le prix. » Martine

---

« Je ne devrais pas choisir entre me laisser crever de faim pour payer mes médicaments ou me passer de médicaments par le [fait] même, aggraver ma santé mentale pour manger un peu. » Sophie

**Plusieurs d'entre elles ont nommé vivre avec des problèmes de santé mentale, elles ont signifié qu'elles font certaines activités sociales qui leur donnent du plaisir et qui leur permettent de se maintenir.** Parmi ces activités, on peut citer les quilles, la chorale, les cuisines collectives.



---

« Je joue aux quilles une fois par semaine, c'est le seul plaisir, je me paye. »  
*Chantal*

---

« C'est sur la chorale, c'est une thérapie [...] mes copines sur chaque bord. »  
*Gisèle*

---

« J'ai eu la chance avec des gens, qui vivaient dans le même immeuble que moi, qui me donnait un coup de main pis aussi des cuisines collectives. J'ai eu un bon voisinage vraiment pour avoir de l'aide. »  
*Lise*

**Pour celles qui ont la chance d'avoir encore des contacts avec leur famille ou avec le voisinage et les amis, le soutien des proches est important.**

---

« Intervieweuse : Comment tu fais pour combler tes besoins de base si tu gagnes pas assez ?  
Rachel : Ben c'est beaucoup mes parents qui m'aide, eux-autres y pense juste au linge comment que ça peut coûter cher, le linge d'hiver, les bottes peu importe, c'est beaucoup eux autres. Bien moi en plus j'ai des intolérances alimentaires, faque y vont au Costco pour m'acheter des trucs, des

grosses boîtes de barre tendre, tu sais, ça coûte pas mal moins cher. » *Rachel*

---

« Si j'avais pas les remboursements de transport et si j'avais pas l'aide de maman, ça serait serrée. » *Hélène*

**D'autres comptent plutôt sur l'aide des services, les banques alimentaires ont été beaucoup citées par les femmes.**

---

« Des fois c'est la fin du mois puis faut que t'aille chercher la nourriture dans des banques alimentaire pour essayer de combler le reste du mois. » *Josée*

**Toutefois, pour certaines, les services sont inaccessibles ou insuffisants.**

---

« Intervieweuse: Tu vas-tu des fois dans les soupes populaires ?  
Sophie : Non à cause de mes problèmes de santé mentale causés par mes deux agressions sexuelles. J'ai horreur quand un homme s'approche trop de moi. Si c'était un milieu non mixte pour les femmes, là, je serais allée. À quelques reprises, j'allais à Lauberivière, ils offrent des soupers pour 75 sous.... je constatais, il y a bien des hommes agressifs, violents. Je n'y vais plus pour assurer ma propre sécurité. »  
*Sophie*

---

« Ça me tente pas d'aller dans mon coin pour des services. Ça serait plus simple peut-être, mais je sais pas si je t'ai déjà dit que je trouvais que mon coin, c'était pas mal bandit. » *Hélène*

---

« Faut que j'aïlle à [nom de l'organisme] une fois par mois, [...] pour combler vraiment les besoins de moi pis d'mes deux enfants. Parce que les dépannages alimentaires c'est bin beaux mais une mère monoparentale avec 2 enfants, tu comptes pour une personne. On t'en donne autant que si tu s'rais tu seul. Y'a pas personne qui va t'donner un panier d'épicerie plus gros. » *Léa*

**Une stratégie de survie de plusieurs femmes rencontrées est le bénévolat, qui leur permet d'une part de socialiser et d'autre part d'obtenir parfois certains avantages.** En ce sens, il faut noter que le bénévolat est **perçu comme une forme d'engagement social qui permet aux femmes de réaffirmer encore leur utilité pour la société et de pouvoir contribuer, autrement, et collectivement.**

---

« Une chance que j'ai le bénévolat [...] dans l'fond, on a une friperie. [...] Faque on fait du tri de linge [...] on a droit même d'avoir des morceaux de linge.

C'est 15 morceaux de linge pour 5 piastres. [Ils] demande 6 h par semaine pour avoir un dépannage alimentaire à toutes les semaines, pis d'avoir le prix des vêtements à c'prix-là. » *Léa*

---

« Ah ben moi, dans le fond, je fais mon bénévolat au [nom de l'organisme] le lundi après-midi. Je fais mon bénévolat, banque alimentaire, puis ils reçoivent Moisson pis là nous autres ont tri. C'est moi qui choisie ce qui va dans mon panier, c'est ça qui aide. » *Chantal*

**Pour certaines, le bénévolat est ce qui leur permet de nourrir leurs enfants :**

---

« Ça mange, pis [...] Surtout avec les lunchs pis toute à l'école. J'suis vraiment contente de faire un peu de bénévolat parce qu'avec le pauvre petit chèque qu'y m'donne, j's'rais pas capable. Y'aurait fallu que j'laisse la garde au père. » *Léa*

**L'engagement social permet de se sentir utile et valorisée :**

---

« J'ai appris ça principalement par notre comité art [nom de l'organisme] puis

comme on dit une image vaut 1000 mots. Moi, j'en ai pris des photos avec mon téléphone. [...] On a un projet dont le but, c'est de dénoncer les violences via des images, des photos. Comme moi, si je peux donner un exemple, une photo que moi j'ai prise, c'est, je l'avais pris à côté du cimetière Saint-Charles qui est dans Saint-Sauveur. Il y a une clôture et puis on voyait un arbre qui poussait d'un côté, l'autre côté de la clôture. Et quand l'arbre essayait de pousser du côté du trottoir, on le coupe. C'est comme similaire à l'aide sociale. » *Sophie*

---

« Comment je peux dire ça? Moi mon ex il me disait : T'es juste bonne à t'occuper des enfants à la maison. Pis tu sais torché. Y disait quasiment que j'suis pas capable de rien faire si lui y était pas là. Mais quand j'ai fait mon premier projet de recherche, ça m'a convaincu du contraire, ce qui m'a fait continuer. J'ai quand même un bon esprit d'analyse. » *Chantal*

**Catherine, elle espère pouvoir contribuer à faire changer les mentalités, une fois que sa situation sera stabilisée :**

---

« J'espère être populaire un jour, parler du fait que, sans honte de moi, j'ai été sur l'aide sociale et j'espère vraiment m'en sortir, parler du fait que, je le cacherais pas. » *Catherine*



# RECOMMANDATIONS

## Se sortir du couloir de l'aide sociale

La précarité financière et sociale peut expliquer le fait que les femmes ne vont pas espérer une refonte majeure du programme, ces revendications seront plus souvent portées par les organismes

- Toutes s'entendent pour dire qu'il est urgent d'augmenter les prestations pour tous et toutes afin de couvrir les besoins essentiels ou de base;
- Pour les femmes c'est leur permettre de choisir un milieu de vie où elles se sentiraient en sécurité, de manger plus sainement et adéquatement;
- Afin de combattre l'insécurité financière, les personnes assistées sociales devraient avoir la possibilité d'épargner, c'est-à-dire augmenter la limite permise pour de l'épargne sans être pénaliser;
- Mettre fin à la notion de vie maritale;
- Cesser la coupure complète du versement de la pension alimentaire versé aux bénéficiaires des enfants;
- Maintenir l'aide pour les femmes hébergées dans les maisons pour victimes de violence;
- Avoir un système plus humain et moins contrôlant;
- Élargissement et bonification des prestations spéciales;
- Mettre fin aux catégories à l'aide sociale et appliquer les règles du Programme de revenu de base, (individualiser les chèques, permettre davantage de gains de travail permis);
- Permettre le retour aux études pour l'ensemble des prestataires;
- Avoir une réelle campagne contre les préjugés faites aux personnes assistées sociales;
- Augmenter les places en garderie et plus de logement sociaux;



# CONCLUSION

Les résultats obtenus viennent appuyer les résultats provenant d'études antérieures ayant été menées autant par l'ADDSQM que par d'autres associations. (Entendre et agir, Dossier noir sur les dettes à l'aide sociale envers le ministère de l'emploi et de la solidarité sociale, Femmes assistées sociales: La parole est à nous, Recueil de témoignages : Au delà des maux, un sens à nos vies !, ...).

## **Catherine résume bien le sentiment que peut faire naître l'aide sociale.**

---

« C'est une hypocrisie en fait de prétendre que t'aide puis finalement, tu fais juste vulnérabiliser encore plus en disant, en donnant, là il y a quelqu'un qui a un pouvoir sur toi, déjà tu te sens misérable, déjà tu sens que tu quêtes puis en plus de ça, tu arrives pas, tu te sens pas bonne parce que t'es pas capable d'arriver. Puis là, je sais pas, tout d'un coup, tu recommences à fumer ou tu vires une brosse,

parce que là, ça juste plus de sens. Fait que là, t'as pu de cash, tu te sens conne encore tu sais, je veux dire, moi j'ai arrêté de fumer et j'ai arrêté de boire là, fait qu'au moins, je vais bien... Sinon, ben tu passes ton temps à tricoter des affaires, puis aller te chercher de la bouffe pas chère, puis cuisiner, puis checker les rabais, puis finalement, ça devient fucking une job à temps plein. Parce que tu fais des cuisines communes... maintenant toute ta vie, c'est de survivre. » *Catherine*





# APERÇU MÉTHODOLOGIQUE

En 2022, l'équipe de l'ADDSQM a réalisé 11 entretiens d'environ 1h30, auprès de 11 femmes prestataires de l'aide sociale vivant dans la région de la Capitale-Nationale. Ces entretiens semi-dirigés portaient sur leur vécu spécifique. Cette recherche qualitative avait pour objectif de mieux comprendre le vécu des femmes avant d'entrer dans le programme d'aide sociale, ainsi que les raisons de la demande et leur parcours, notamment ce qu'elles ont vécu et ressenti.

Le recrutement et l'animation des entretiens ont été faits par les intervenantes de l'ADDSQM qui ont une connaissance approfondie des réalités des femmes assistées sociales qu'elles rencontrent. **Pour être en cohérence avec la première phase, la grille d'entretien utilisée pour mener les entretiens a été construite à partir des résultats du sondage tenu entre 2017 et 2019 (voir page suivante).** Un questionnaire sociodémographique a également été distribué à chaque participante.

Les entretiens ont été transcrits intégralement en verbatim et vérifiés par la suite par les animatrices et les chercheuses. Tous les verbatim ont été importés dans le logiciel Nvivo. La méthode d'analyse thématique a été utilisée (Paillé et Mucchielli, 2021). Une rencontre d'analyse collective s'est tenue en avril 2024 avec huit femmes participantes au projet qui ont bonifié et validé les analyses préliminaires. Nous avons utilisé les images de cette analyse collective dans certaines parties des résultats.

Dans le respect des normes éthiques de la recherche, les noms des participantes ont été anonymisés. Des noms fictifs ont été utilisés dans ce rapport pour bien souligner que chaque résultat est lié à des vies, et chaque femme a son histoire. Toutes les participantes ont signé un formulaire de consentement.

## Un survol des résultats du sondage (2017-2019)

Ce sondage a été réalisé auprès de 142 personnes répondantes, dont :

48,6% étaient des hommes et 51,4% des femmes;

Ces personnes étaient âgées entre 18 et 72 ans, et une moyenne d'âge de 48 ans;

89 recevaient de l'aide sociale; 52 n'en recevaient pas; et 2 étaient en attente;

Parmi les 52 personnes répondantes qui ne recevaient pas d'aide sociale, il faut noter que 63,3% d'entre elles avaient déjà fait une ou des demandes.

Parmi les 89 personnes répondantes qui recevaient l'aide sociale :

La moyenne de leur prestation était de 867\$ par mois;

Le plus petit montant reçu était de 499\$ par mois et le plus élevé 1400\$ par mois;

Leur statut à l'aide sociale était : 48,9% avec contrainte sévère, 29,5% sans contrainte et, 21,6% avec contrainte temporaire ;

Les raisons ou motifs de la demande de l'aide sociale étaient : sans emploi, la maladie, la fin des prestations de chômage, le handicap, la séparation ou divorce, et autres (non nommés).

Les problèmes vécus dans le programme d'aide sociale (réponses des 89 personnes) :

43 personnes ont répondu positivement avoir vécu des problèmes avec l'aide sociale;

41 personnes ont répondu n'avoir pas vécu de problèmes, toutefois dans la question « Quels problèmes avez-vous eu? »

11 d'entre elles ont nommé certains problèmes : harcèlement et du zèle de leur agent.e; ne pas recevoir suffisamment d'argent pour pouvoir payer leur loyer; ou encore d'avoir contracté des dettes importantes.

Les changements souhaités par les personnes participantes étaient :

Augmenter les prestations;

Avoir une réelle aide pour la formation à l'emploi et la scolarisation, une réelle collaboration avec les intervenant.e.s et un réel soutien pour pouvoir sortir de la pauvreté;

Avoir accès à l'information et d'humanisme;

Alléger les mesures de contrôle et administratives;

Modifier les règlements à l'aide sociale;

Lutter contre les préjugés et la stigmatisation.





L'Association pour la défense des droits sociaux Québec métropolitain (ADDSQM) est un groupe de défense collective des droits des personnes sans emploi ou vivant une situation de pauvreté. En priorité, elle vise à regrouper et à défendre les droits des personnes assistées sociales dans une approche de conscientisation et d'éducation populaire. L'ADDSQM est un groupe populaire qui tire sa force dans l'implication militante des personnes assistées sociales.