

Nouvelle étude de l'Institut du Québec

POUVOIR D'ACHAT ET VIBECESSION : POURQUOI AVONS-NOUS L'IMPRESSION QUE TOUT VA MAL?

Montréal, le 25 août 2026 — Si l'inflation est revenue à des niveaux plus modestes après la crise inflationniste de 2022, le pessimisme des Québécois, lui, ne s'est pas résorbé. En plus de vingt ans, **jamais l'écart n'a été aussi grand entre les familles qui anticipent une détérioration de leur situation financière et celles qui s'attendent à une amélioration.** [Une nouvelle analyse de l'Institut du Québec \(IDQ\)](#) montre que ce pessimisme découle de la forte hausse du coût de la vie, mais qu'il est aussi aggravé par **la façon dont les ménages perçoivent les prix et leurs revenus**. Contrairement à 2022, le pessimisme actuel ne tient plus seulement à la **vibecession**, soit au décalage entre les perceptions et les indicateurs économiques : il reflète aussi une détérioration réelle du contexte économique et un sentiment persistant de perte de pouvoir d'achat.

Les ménages surestiment la hausse des prix

« À la sortie de la pandémie, les prix ont augmenté plus rapidement que ce que la plupart des Québécois avaient connu dans leur vie adulte, explique Emna Braham, PDG de l'Institut du Québec. Cette poussée a laissé des traces : depuis 2023, l'inflation perçue par les consommateurs québécois demeure systématiquement supérieure à l'inflation mesurée. »

Cette surestimation de l'inflation s'explique en partie par la façon dont on perçoit les prix. Même lorsque l'inflation ralentit, les consommateurs ont tendance à croire que les hausses vont se poursuivre. Ils se souviennent aussi davantage des fortes augmentations que des prix stables ou en baisse, et accordent plus de poids aux produits achetés souvent, comme les aliments et l'essence.

« Il faut dire aussi que même si l'inflation a fortement diminué depuis 2022, les prix restent beaucoup plus élevés qu'avant la crise inflationniste, précise Anthony Migneault, économiste principal à l'IDQ. Entre janvier 2022 et juillet 2026, ils ont augmenté de 18 %, et davantage encore pour certaines dépenses difficiles à éviter : le logement (+27 %) et les aliments (+24 %). »

Mais contrairement à ce que l'on pourrait penser, la hausse des prix a été relativement similaire pour les ménages les moins nantis (19,3 %) et les plus aisés (18,5 %), mais elle ne s'est pas manifestée dans les mêmes dépenses. Les premiers ont surtout subi l'augmentation du coût du logement et de l'alimentation, qui absorbent une plus grande part de leur budget; les seconds ont davantage été touchés par le transport.

Les travailleurs sous-estiment la croissance de leur salaire

À l'inverse, les ménages ont tendance à sous-estimer la progression de leurs salaires. Alors que la croissance salariale atteignait 5,1 % au deuxième trimestre de 2026, les travailleurs estimaient en moyenne que leur salaire n'avait augmenté que de 2,6 %. Autrement dit, les Québécois retiennent davantage les hausses de prix que celles de leurs revenus, ce qui contribue à accentuer leur perception d'une perte de pouvoir d'achat.

Le pouvoir d'achat affaibli par la fin des mesures d'aide et la hausse des prix

La progression des salaires s'est aussi traduite dans le revenu disponible réel des ménages, qui tient compte de l'ensemble de leurs revenus (salaires, placements et transferts gouvernementaux) après les impôts, les cotisations sociales et les intérêts payés, le tout ajusté pour la hausse des prix. Ce revenu a augmenté de **8 % entre 2019 et 2025** et de **3 % entre 2022 et 2025 en moyenne au Québec**.

Cette moyenne cache des portraits inégaux. **Entre 2022 et 2025, le revenu a diminué chez les 40 % des ménages les plus pauvres, est demeuré à peu près stable chez les 40 % suivants, et a continué d'augmenter chez les 20 % les plus riches.** Cette forte hausse au sommet de la distribution explique pourquoi le revenu disponible réel a tout de même progressé en moyenne au Québec.

Il faut noter que l'année 2022 constitue un point de comparaison particulièrement élevé. Les revenus ont été fortement soutenus par la reprise économique et par plusieurs mesures gouvernementales temporaires prises cette année-là. Les trois mesures principales qui totalisaient alors **7,1 milliards de dollars** au Québec avaient accru le revenu disponible de **1,3 % à 5,6 %**, selon le type de ménage et son niveau de revenu. Leur retrait explique donc une partie des résultats moins favorables observés par la suite.

Ces constats rappellent qu'il serait plus pertinent de cibler les ménages dont la situation s'est réellement détériorée, tout en restant lucide sur la portée et les effets des aides ponctuelles. En 2026, trois mesures totalisant **1,4 milliard de dollars** au Québec n'ont augmenté le revenu disponible que de **1,8 % au maximum**. Pour produire un effet perceptible sur les finances des ménages, les gouvernements doivent donc mobiliser des sommes considérables.

« Notre analyse montre que l'amélioration de certains indicateurs ne suffira pas à dissiper rapidement le pessimisme des ménages ni à mettre fin au sentiment de *vibecession*. Mais des mesures d'aide généralisées risquent elles aussi d'avoir peu d'effet sur le pessimisme des ménages, malgré leur coût important. Et elles sont aujourd'hui plus difficiles à financer dans un contexte budgétaire contraignant », conclut Emna Braham.

Plutôt que de compenser ponctuellement la hausse du coût de la vie, le prochain gouvernement gagnerait à agir sur les causes qui maintiennent certains biens et services essentiels chers et difficiles d'accès, notamment en favorisant une offre plus abondante et plus abordable.

Pour en savoir plus

Téléchargez le rapport : [*Pouvoir d'achat : Des pistes pour mieux comprendre le pessimisme des Québécois*](#)

À propos de l'Institut du Québec

L'Institut du Québec est un organisme à but non lucratif qui axe ses recherches et ses études sur les enjeux socioéconomiques auxquels le Québec fait face. Il vise à fournir aux autorités publiques et au secteur privé les outils nécessaires pour prendre des décisions éclairées, et ainsi contribuer à bâtir une société plus dynamique, compétitive et prospère.
www.institutduquebec.ca | [@InstitutduQC](https://twitter.com/InstitutduQC)

Renseignements :

Etienne Collins
Directeur, Relations publiques
ecollins@aucoinstrategie.com
(514) 927-3057