10.1 Démographie

Direction des statistiques sociodémographiques

La dynamique démographique varie grandement non seulement d'une région administrative à l'autre, mais également à l'intérieur de chaque région. Pour illustrer ces contrastes, on analyse les plus récentes données sur la population des 104 MRC dans la présente section. On y aborde leur poids démographique, l'ampleur de leur accroissement et la structure par âge de leur population. La typologie des MRC développée par l'ISQ[2] est mise à profit pour comparer les MRC des zones métropolitaines et non métropolitaines eu égard à la vigueur de leur accroissement et au rythme du vieillissement de leur population.

Un bilan démographique en constante évolution

Les estimations de population à l'échelle des MRC sont mises à jour annuellement et ont le 1er juillet comme date de référence. Les données présentées dans cette section ont été diffusées en janvier 2026 et font le portrait de la situation jusqu'au 1er juillet 2025. À l'échelle du Québec, les estimations de population sont mises à jour sur une base trimestrielle[1]. Au moment de la diffusion de ce chapitre, les données pour le Québec sont disponibles jusqu'au 1er juillet 2026, et celles de la période 2021-2025 ont été révisées. Les données régionales seront mises à jour en janvier 2027 pour s'arrimer à ces nouvelles estimations québécoises. Les indicateurs présentés ci-après sont ainsi appelés à être révisés, mais les nouvelles données ne changent pas le portrait général qui se dégage des données régionales actuellement disponibles, soit celui d'un ralentissement important de la croissance démographique en 2024-2025. Ce ralentissement s'est par ailleurs poursuivi à l'échelle du Québec en 2025-2026.

1. Les données trimestrielles sur la population québécoise et les composantes démographiques (naissances, décès et mouvements migratoires) sont disponibles sur le site Web de l'ISQ.

2. Se référer à l'introduction du chapitre Statistiques par MRC du *Panorama des régions du Québec Édition 2025* pour une description de cette typologie.

Les deux tiers de la population québécoise habitent dans une des 23 MRC situées en zone métropolitaine

Au 1er juillet 2025, 67 % de l'ensemble des résidents et résidentes du Québec habitent dans une des 23 MRC appartenant à une **zone métropolitaine**, ce qui représente 6 026 600 personnes (tableau 10.1.1). Rappelons que selon la typologie utilisée ici, les zones métropolitaines sont constituées autour de Montréal **(zone métropolitaine de grande taille**), ainsi qu'autour de Québec et de Gatineau (**zones métropolitaines de taille moyenne**). Un peu plus de la moitié (53 %) de la population québécoise réside dans la zone entourant Montréal, et 14 % dans les deux autres zones métropolitaines réunies. Les 81 MRC des **zones non métropolitaines** rassemblent pour leur part 33 % de la population québécoise, soit 3 031 700 personnes. Environ la moitié de celles-ci résident dans une MRC **à proximité ou au sein des zones urbaines** de Sherbrooke, de Saguenay, de Trois-Rivières, de Drummondville, de Granby, de Saint-Hyacinthe, de Rimouski, de Victoriaville et de Joliette.

De façon plus détaillée, les MRC les plus populeuses se situent au cœur des **zones métropolitaines**. La MRC de Montréal, où résident 2 172 300 individus, compte à elle seule pour 24 % de la population de l'ensemble du Québec (tableau 10.1.3). Suivent Québec (633 900), Laval (461 500), Longueuil (458 200) et Gatineau (306 100). Dix autres MRC situées en zone métropolitaine comptent de 100 000 à 210 000 personnes. En **dehors des zones métropolitaines**, quatre MRC seulement ont une population de plus de 100 000 personnes, soit Sherbrooke, Saguenay, Trois-Rivières et Drummond.

En revanche, c'est dans la **zone non métropolitaine** que l'on trouve la plupart des MRC les moins populeuses. Parmi les cinq MRC ayant moins de 10 000 habitants et habitantes, seule L'Île-d'Orléans (6 700) se situe en **zone métropolitaine**. La MRC des Basques (9 000), dans le Bas-Saint-Laurent, se trouve pour sa part **à proximité d'une zone urbaine** (Rimouski), tandis que les MRC de Minganie (6 600), du Golfe-du-Saint-Laurent (4 600) et de Caniapiscau (3 800), toutes trois sur la Côte-Nord, sont considérées comme étant **très éloignées d'une zone urbaine ou métropolitaine**.



SNEHIT PHOTO / Adobe Stock

La croissance démographique a ralenti en 2024-2025, particulièrement en zone métropolitaine

La grande majorité des MRC, soit 84 d'entre elles, ont vu leur population augmenter entre le 1er juillet 2024 et le 1er juillet 2025. Dans la plupart de celles-ci, la croissance a toutefois ralenti par rapport à l'année précédente (tableau 10.1.3). En effet, seulement 27 MRC ont enregistré en 2024-2025 une croissance supérieure à celle de 2023-2024. Ce bilan s'inscrit dans un contexte de ralentissement général de la croissance démographique au Québec[3], principalement attribuable à une baisse des migrations internationales, et plus particulièrement d'un repli de l'immigration temporaire après quelques années de forte croissance du nombre de résidents non permanents[4].

Tableau 10.1.1

Population totale et part de la population québécoise, selon la typologie des MRC basée sur l'influence métropolitaine, 2025

Type de MRC[1]	Code typo.	Nombre de MRC	Population	
		n	n	%
MRC en zone métropolitaine		**23**	**6 026 561**	**66,5**
MRC en zone métropolitaine de grande taille	1	16	4 775 875	52,7
MRC en zone métropolitaine de taille moyenne	2	7	1 250 686	13,8
MRC en zone non métropolitaine		**81**	**3 031 736**	**33,5**
MRC à proximité d'une zone métropolitaine	3	7	344 108	3,8
MRC à proximité ou au sein d'une zone urbaine	4	29	1 617 570	17,9
MRC éloignée d'une zone urbaine ou métropolitaine	5	27	712 360	7,9
MRC très éloignée d'une zone urbaine ou métropolitaine	6	18	357 698	3,9
Ensemble du Québec		**104**	**9 058 297**	**100,0**

1. Voir l'encadré *Une nouvelle typologie des MRC basée sur l'influence métropolitaine* en introduction du chapitre Statistiques par MRC du *Panorama des régions du Québec. Édition 2025* pour une description détaillée des classes.

Note : Population au 1er juillet. Données provisoires.

Sources : Institut de la statistique du Québec.
Statistique Canada, Estimations démographiques annuelles (régions infraprovinciales, janvier 2026). Adaptation par l'Institut de la statistique du Québec.

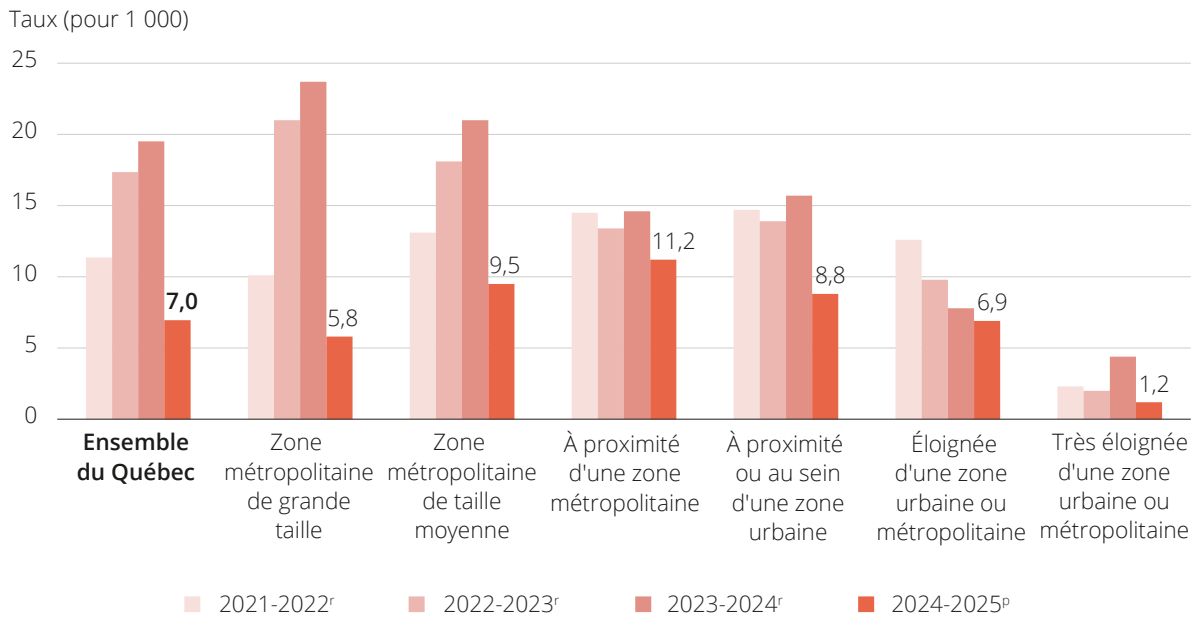
3. Voir le chapitre sur la démographie à l'échelle des régions administratives pour plus d'information sur la croissance démographique récente dans les régions et sur le rôle central qu'ont joué les migrations internationales dans celle-ci.

4. Les résidents non permanents sont principalement des travailleurs étrangers temporaires, des étudiants internationaux et des demandeurs d'asile. Les données sur les migrations internationales à l'échelle des MRC sont disponibles sur le site Web de l'ISQ.

Le ralentissement de la croissance en 2024-2025 a été particulièrement important pour le groupe des MRC situées dans la **zone métropolitaine de grande taille** (Montréal) (figure 10.1.1). Le taux s'y établit à 5,8 pour mille en 2024-2025, un niveau nettement inférieur à ceux de plus de 20 pour mille enregistrés les deux années précédentes. Le ralentissement est également marqué dans les MRC situées en **zone métropolitaine de taille moyenne** (Québec et Gatineau), où le taux a diminué de plus de moitié pour s'établir à 9,5 pour mille. Il en résulte que la croissance de la population en 2024-2025 a été globalement un peu plus faible en zone métropolitaine (6,6 pour mille) qu'en **zone non métropolitaine** (7,7 pour mille), contrairement aux deux années précédentes (tableau 10.1.2 en fin de section). Des différences importantes s'observent toutefois au sein de la zone non métropolitaine. En effet, un gradient s'observe lorsque l'on compare la vigueur de la croissance des différentes classes de MRC définies selon l'influence métropolitaine. Avec un taux d'accroissement de 11,2 pour mille, les MRC **à proximité d'une zone métropolitaine** ont connu la plus forte croissance de toutes les classes de MRC en 2024-2025. À l'opposé, les MRC **très éloignées d'une zone urbaine ou métropolitaine** continuent d'afficher le taux le plus faible, soit de 1,2 pour mille.

Figure 10.1.1

Taux d'accroissement annuel de la population[1], selon la typologie des MRC basée sur l'influence métropolitaine[2], 2021 à 2025



1. Calculé en faisant le rapport entre la variation annuelle de l'effectif d'une population au cours d'une période donnée et la population moyenne de la période (exprimée en pour mille).
2. Voir l'encadré *Une nouvelle typologie des MRC basée sur l'influence métropolitaine* en introduction du chapitre Statistiques par MRC du *Panorama des régions du Québec. Édition 2025* pour une description détaillée des classes.

Sources : Institut de la statistique du Québec.
Statistique Canada, Estimations démographiques annuelles (régions infraprovinciales, janvier 2026). Adaptation par l'Institut de la statistique du Québec.

Les MRC à plus forte croissance sont majoritairement hors des zones métropolitaines

La carte 10.1.1 permet de distinguer plus précisément la vigueur démographique de chacune des MRC en 2024-2025. Au total, 18 des 104 MRC ont enregistré une croissance supérieure ou égale à 15 pour mille (1,5 %), dont 12 en **zone non métropolitaine**. Cela comprend Matawinie (26,3 pour mille), dans Lanaudière, Argenteuil (21,8 pour mille), dans les Laurentides, et La Nouvelle-Beauce (20,9 pour mille), en Chaudière-Appalaches, qui figurent en tête du classement. Des MRC du Nord-du-Québec, du Saguenay–Lac-Saint-Jean, de l'Estrie et de la Montérégie font également partie de ce groupe.

Les MRC à plus forte croissance qui se trouvent en **zone métropolitaine** sont quant à elles Mirabel, Beauharnois-Salaberry, L'Assomption et Montcalm, dans la zone métropolitaine de Montréal, de même que La Côte-de-Beaupré et La Jacques-Cartier, dans la zone métropolitaine de Québec.

Les MRC à plus forte croissance bénéficient pour la plupart d'un solde migratoire interne positif, c'est-à-dire qu'elles tendent à attirer des résidents et résidentes en provenance d'ailleurs au Québec, et plus particulièrement des grands centres à proximité. Les migrations internationales y sont aussi généralement une source de gains, quoique souvent dans une moindre mesure que les migrations internes. Quant à l'accroissement naturel, soit la différence entre les naissances et les décès, il contribue à la croissance que dans une minorité d'entre elles, notamment Eeyou Istchee et La Jacques-Cartier, où il a été le principal facteur d'accroissement dans la dernière année.

Mentionnons par ailleurs que malgré un contexte de ralentissement de la croissance, la majorité des 18 MRC à plus forte croissance ont enregistré en 2024-2025 un taux d'accroissement supérieur ou égal à celui de l'année précédente (tableau 10.1.3). Celles qui ont vu leur croissance ralentir sont Mirabel, Beauharnois-Salaberry et Montcalm, situées en zone métropolitaine, de même que trois MRC en zone non métropolitaine, soit Memphrémagog et Brome-Missisquoi, en Estrie, et Lotbinière, en Chaudière-Appalaches.

Une croissance plus faible à Montréal que dans les autres MRC où se trouvent les plus grands centres urbains

Les MRC où se trouvent les plus grands centres urbains ont toutes vu leur croissance démographique s'atténuer en 2024-2025, mais Montréal est de loin celle où le rythme de la croissance a le plus fortement ralenti. Son taux d'accroissement s'établit à 2,6 pour mille en 2024-2025, soit un niveau relativement faible, tandis qu'il avait atteint 33,7 pour mille en 2023-2024, de loin la plus forte hausse de population de toutes les MRC du Québec cette année-là.

Les MRC de Longueuil, de Saguenay, de Sherbrooke, de Laval, de Québec, de Gatineau et de Trois-Rivières affichent quant à elles des taux qui varient de 4 à 9 pour mille. Dans tous les cas, leur croissance a diminué au moins de moitié par rapport à l'année précédente. Le ralentissement a été moindre à Lévis, où la croissance a été de 12,3 pour mille dans la dernière année, comparativement à 19,7 pour mille en 2023-2024.

Les MRC en décroissance se situent toutes en zone non métropolitaine, mais les pertes y sont généralement faibles

Les 20 MRC où la population a diminué en 2024-2025 appartiennent presque toutes aux classes de MRC **éloignées** ou **très éloignées d'une zone urbaine ou métropolitaine**[5]. Dans le cas d'Abitibi-Ouest (– 0,0 pour mille), de Maria-Chapdelaine (– 0,1 pour mille), de Sept-Rivières (– 0,2 pour mille) et d'Avignon (– 0,3 pour mille), il est plus juste de parler de stabilité de la population puisque leurs pertes sont minimes. Ailleurs, le déficit est aussi d'une ampleur généralement faible. Les MRC où le déclin a été plus important sont Caniapiscau (– 7,7 pour mille) et Le Golfe-du-Saint-Laurent (– 6,9 pour mille), sur la Côte-Nord, ainsi que Le Rocher-Percé (– 6,4 pour mille), en Gaspésie–Îles-de-la-Madeleine, mais leurs pertes sont faibles en nombre absolu.

5. Les seules exceptions sont Les Sources (– 1,1 pour mille), en Estrie, et Les Basques (– 1,3 pour mille), dans le Bas-Saint-Laurent, qui sont situées **à proximité ou au sein d'une zone urbaine**.

Soulignons que plusieurs des MRC en décroissance s'étaient hissées parmi les MRC en croissance au cours des années récentes, avant de renouer avec les déficits. En plus de voir leur bilan migratoire interne s'essouffler après l'embellie qui a suivi la pandémie de COVID-19, ces MRC ne font souvent pas de gains substantiels au chapitre de l'immigration et enregistrent plus de décès que de naissances.

Structure par âge : dans un peu plus de la moitié des MRC, au moins le quart de la population est âgé de 65 ans ou plus

Tout comme le rythme de la croissance démographique, la structure par âge de la population varie aussi grandement d'une MRC à l'autre. Pour l'illustrer, la carte 10.1.2 présente la part des personnes âgées de 65 ans et plus dans chacune d'entre elles. Les données sont reprises dans la figure 10.1.2, qui regroupe les MRC par région administrative et indique, à l'aide d'un code de couleur, la classe à laquelle elles appartiennent dans la typologie basée sur l'influence métropolitaine. Enfin, le tableau 10.1.4 présente les effectifs et les proportions de la population répartie en trois grands groupes d'âge.

En 2025, la part des personnes âgées de 65 ans et plus au sein de la population s'établit à 21,7 % dans l'ensemble du Québec. Près des trois quarts des MRC, soit 76 sur 104, présentent toutefois une proportion plus élevée. La part est d'au moins 25 % dans 55 d'entre elles, y compris 26 MRC où la part s'élève à 30 % ou plus. Ces MRC où la population est plus âgée sont presque toutes situées en **zones non métropolitaines**. Celles qui présentent les proportions d'aînés et d'aînées les plus élevées sont Mékinac (36,9 %), en Mauricie, Les Basques (35,7 %), dans le Bas-Saint-Laurent, ainsi que La Haute-Gaspésie (35,3 %) et Le Rocher-Percé (35,2 %), en Gaspésie–Îles-de-la-Madeleine. Une part de personnes âgées supérieure ou égale à 30 % est aussi observée dans d'autres MRC de ces trois régions, de même que dans certaines MRC des régions de l'Estrie, de Chaudière-Appalaches, de la Côte-Nord, de la Capitale-Nationale, des Laurentides et de l'Outaouais. Dans la majorité des cas, il s'agit de MRC **éloignées des zones urbaines ou métropolitaines**. L'Île-d'Orléans est quant à elle la seule MRC d'une **zone métropolitaine** où la part d'aînés et d'aînées s'élève à un niveau aussi élevé. Parmi les facteurs qui peuvent avoir



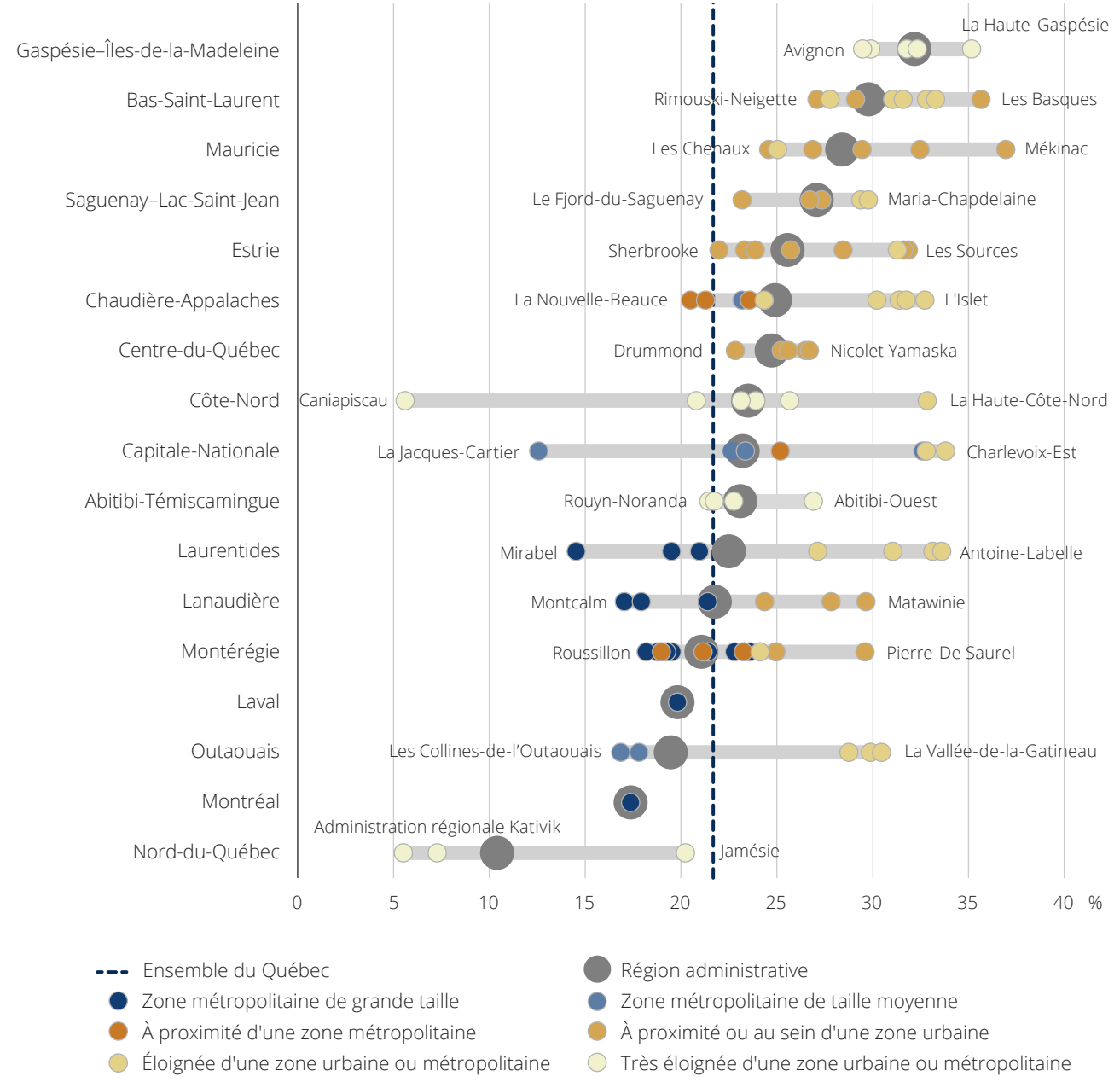
Région de Québec © GouvQc Jean-François Bergeron / Enviro Foto

concouru à un vieillissement particulièrement avancé dans certaines MRC, mentionnons une faible fécondité, des pertes migratoires chez les jeunes adultes et un attrait exercé auprès des personnes qui atteignent l'âge de la retraite.

À l'inverse, d'autres dynamiques démographiques contribuent au maintien d'une assez faible proportion de personnes aînées au sein de la population de certaines MRC, surtout dans les zones métropolitaines, mais aussi dans quelques MRC des zones non métropolitaines. En effet, les trois MRC qui présentent les plus faibles parts de personnes âgées de 65 ans et plus appartiennent à la classe des MRC **très éloignées d'une zone urbaine ou métropolitaine**. Deux d'entre elles sont situées dans le Nord-du-Québec, soit l'Administration régionale Kativik (5,5 %), qui affiche la plus faible part de toutes les MRC, et Eeyou Istchee (7,3 %). Ces deux MRC se distinguent par une forte proportion de jeunes de moins de 20 ans au sein de leur population, une situation qui est notamment associée à la fécondité relativement élevée et à l'espérance de vie particulièrement faible enregistrées dans le Nord-du-Québec. La MRC de Caniapiscau, sur la Côte-Nord, affiche également une très faible part d'aînés et d'aînées (5,6 %), mais elle se démarque quant à elle par une des plus fortes proportions de personnes âgées de 20 à 64 ans, considérées comme étant d'un âge actif (64,9 %). Cela laisse supposer que plusieurs des personnes qui travaillent dans cette MRC n'y restent pas une fois arrivées à l'âge de la retraite. Outre ces trois MRC, Les Jardins-de-Napierville, en Montérégie, est la seule MRC **hors des zones métropolitaines** à afficher une part de personnes aînées inférieure à 20 %.

Figure 10.1.2

Part des 65 ans et plus au sein de la population, MRC, régions administratives et ensemble du Québec, 2025



Notes : Population au 1er juillet. Données provisoires.
Dans une région donnée, deux MRC ayant la même valeur verront leur point se superposer.
Les résultats détaillés se trouvent dans le tableau 10.1.4.

Sources : Institut de la statistique du Québec.
Statistique Canada, Estimations démographiques annuelles (régions infraprovinciales, janvier 2026). Adaptation par l'Institut de la statistique du Québec.

Dans les **zones métropolitaines**, les MRC où les personnes âgées de 65 ans et plus sont les plus faiblement représentées sont situées en périphérie du centre et se caractérisent notamment par l'attrait qu'elles exercent auprès des familles avec enfants. C'est le cas de La Jacques-Cartier (12,6 %), près de Québec, et de Mirabel (14,5 %), située non loin de Montréal. La MRC des Collines-de-l'Outaouais (16,9 %), à proximité de Gatineau, en est un autre exemple. Le contraste est marqué avec les parts beaucoup plus élevées de personnes âgées affichées par les MRC situées dans les mêmes régions, mais en dehors de la zone métropolitaine, comme Charlevoix-Est, Antoine-Labelle et La Vallée-de-la-Gatineau.

Enfin, soulignons que certaines MRC au centre des régions métropolitaines maintiennent aussi une population relativement jeune. En effet, à Montréal (17,4 %) et à Gatineau (17,8 %), moins d'une personne sur cinq est âgée de 65 ans ou plus. La situation est différente dans le cas de Québec (23,4 %) qui, sans faire partie des MRC où la population est la plus âgée, affiche une proportion d'aînés et d'aînées supérieure à celle du Québec.

Les estimations de la population

Les estimations de la population des différents découpages géographiques du Québec sont le produit d'une collaboration entre Statistique Canada et l'Institut de la statistique du Québec. Elles sont fondées sur les comptes des recensements qui sont rajustés afin de tenir compte du sous-dénombrement net des recensements et des réserves et établissements partiellement dénombrés.

Les estimations de population de la période 2021-2025 sont fondées sur les comptes rajustés du Recensement de 2021, auxquels est ajoutée une estimation des événements démographiques enregistrés par la suite (naissances, décès et mouvements migratoires). Comme les données sur ces composantes ne sont pas toutes définitives, les estimations de population des années les plus récentes sont appelées à être mises à jour, au fur et à mesure que de nouvelles données sur les composantes seront disponibles. De plus, une révision plus importante se fera lorsque les résultats du Recensement de 2026 et les études de couverture de celui-ci seront connus afin d'arrimer les estimations de population aux comptes rajustés de ce nouveau recensement.

La présente édition du *Panorama des régions du Québec* présente des estimations de population révisées pour les années 2022 à 2024 et provisoires pour l'année 2025. En plus d'intégrer des données à jour sur certaines composantes, cette série d'estimations de population tient compte d'un changement apporté en 2025 par Statistique Canada à la méthode d'estimation des résidents non permanents (RNP) (Statistique Canada 2025). Comparativement à la série précédente, ce changement méthodologique a conduit à une révision à la baisse du nombre estimé de RNP au Québec pour les années 2021 à 2024. Soulignons que Statistique Canada a intégré d'autres changements à la méthode d'estimation des RNP en septembre 2026 qui se répercuteront sur les données régionales de janvier 2027. Dans l'ensemble du Québec, les données au 1er juillet 2025 ont été légèrement révisées à la baisse par rapport à celles disponibles au moment de la rédaction de ce chapitre (Statistique Canada 2026).

Informations statistiques complémentaires

Des tableaux détaillés de données sur la population et la structure par âge du Québec, des régions administratives, des MRC, des municipalités et des régions métropolitaines de recensement sont disponibles sur le site Web de l'Institut de la statistique du Québec sous le thème Démographie et population. On y trouve également des données sur les composantes démographiques qui façonnent la taille et la structure de la population (naissances, décès et migrations internes ou internationales et interprovinciales).

Références

INSTITUT DE LA STATISTIQUE DU QUÉBEC (2026). *Fiches démographiques – Les régions administratives du Québec en 2025*, [En ligne], Québec, L'Institut, 52 p. [statistique.quebec.ca/fr/fichier/fiches-demographiques-regions-administratives-quebec-2025.pdf].

STATISTIQUE CANADA (2026, mis à jour le 23 septembre). « Estimations de la population du Canada : âge et genre, 2026 », *Le Quotidien*, [En ligne], produit nº 11-001-X au catalogue de Statistique Canada, Ottawa, Statistique Canada. [www150.statcan.gc.ca/n1/daily-quotidien/260923/dq260923a-fra.htm].

STATISTIQUE CANADA (2025, mis à jour le 24 septembre). « Estimations de la population du Canada, deuxième trimestre de 2025 », *Le Quotidien*, [En ligne], produit nº 11-001-X au catalogue de Statistique Canada, Ottawa, Statistique Canada. [www150.statcan.gc.ca/n1/daily-quotidien/250924/dq250924e-fra.htm].

Concepts et définitions

Âge moyen

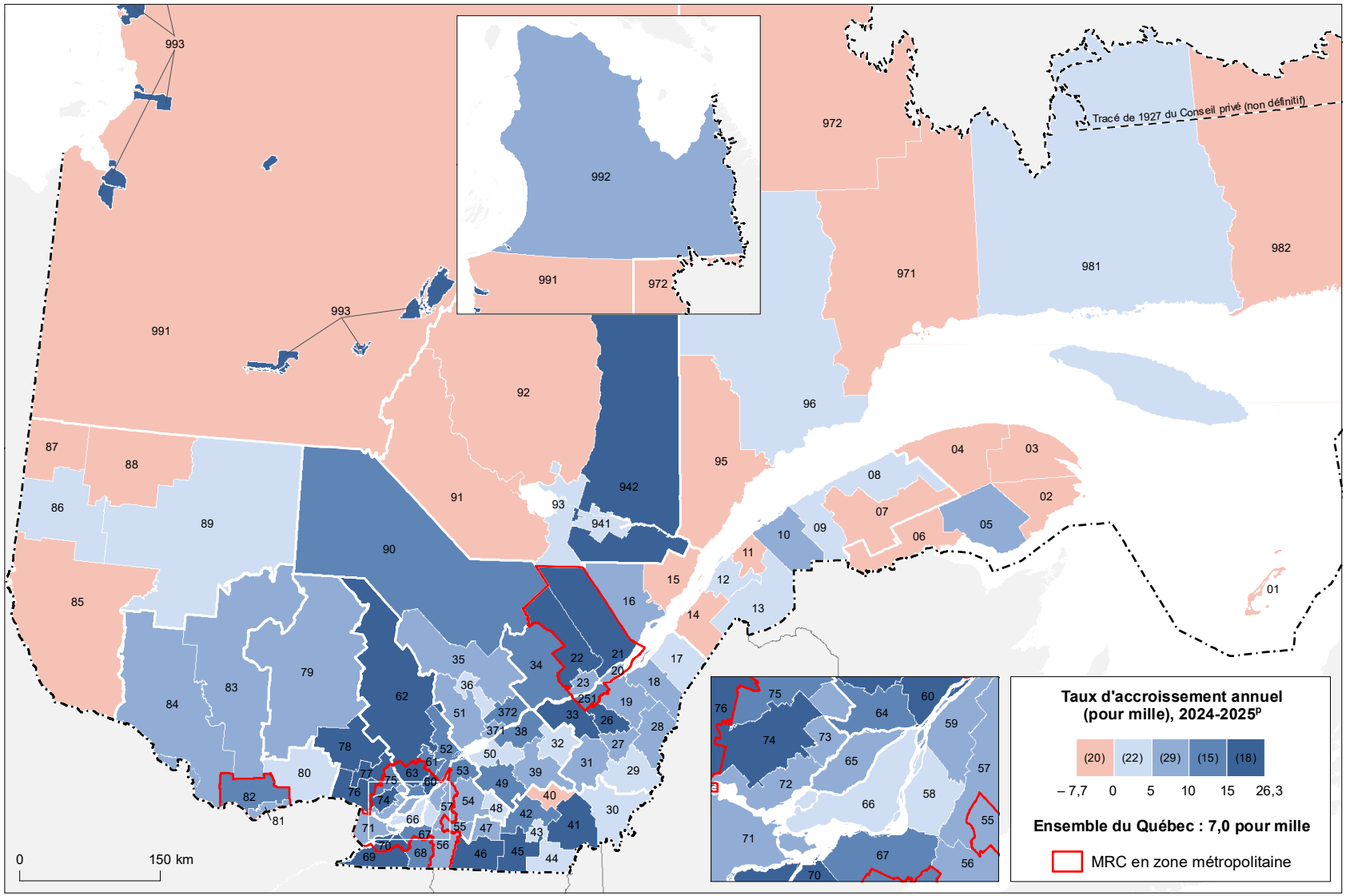
Somme des âges des personnes composant une population rapportée à l'effectif total.

Taux d'accroissement annuel

Variation annuelle moyenne de l'effectif d'une population au cours d'une période donnée rapportée à la population moyenne de la période (exprimée en pour mille).

Carte 10.1.1

Taux d'accroissement annuel de la population, MRC du Québec, 2024-2025



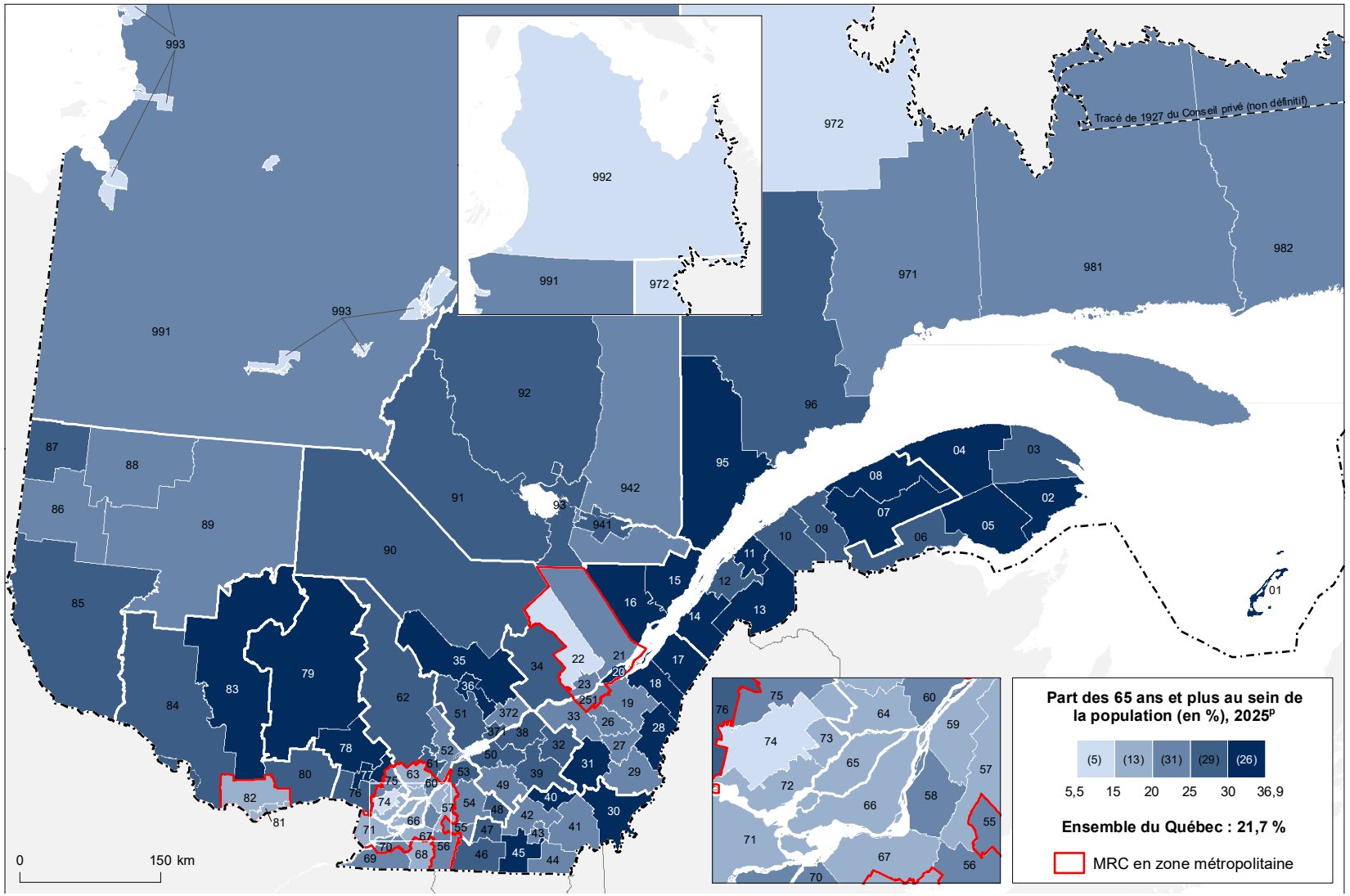
Notes : Données provisoires.
La correspondance entre le code et le nom des MRC ainsi que les résultats détaillés se trouvent dans le tableau 10.1.3.

Sources : Données sur la démographie :
Institut de la statistique du Québec.
Statistique Canada, Estimations démographiques annuelles (régions infraprovinciales, janvier 2026). Adaptation par l'Institut de la statistique du Québec.

Données sur les limites administratives :
Ministère des Ressources naturelles et des Forêts, Système sur les découpages administratifs (SDA), juillet 2025.

Carte 10.1.2

Part des 65 ans et plus au sein de la population, MRC du Québec, 2025



Notes : Population au 1er juillet. Données provisoires.
La correspondance entre le code et le nom des MRC ainsi que les résultats détaillés se trouvent dans le tableau 10.1.4.

Sources : Données sur la démographie :
Institut de la statistique du Québec.
Statistique Canada, Estimations démographiques annuelles (régions infraprovinciales, janvier 2026). Adaptation par l'Institut de la statistique du Québec.

Données sur les limites administratives :
Ministère des Ressources naturelles et des Forêts, Système sur les découpages administratifs (SDA), juillet 2025.

Tableau 10.1.2

Population totale et taux d'accroissement annuel, selon la typologie des MRC basée sur l'influence métropolitaine, 2021 à 2025

Type de MRC[1]	Code typo.	Population au 1er juillet					Taux d'accroissement annuel[2]			
		2021	2022r	2023r	2024r	2025p	2021-2022r	2022-2023r	2023-2024r	2024-2025p
		n					pour 1 000			
MRC en zone métropolitaine		**5 671 303**	**5 732 323**	**5 850 204**	**5 987 058**	**6 026 561**	**10,7**	**20,4**	**23,1**	**6,6**
MRC en zone métropolitaine de grande taille	1	4 495 504	4 540 999	4 637 153	4 748 238	4 775 875	10,1	21,0	23,7	5,8
MRC en zone métropolitaine de taille moyenne	2	1 175 799	1 191 324	1 213 051	1 238 820	1 250 686	13,1	18,1	21,0	9,5
MRC en zone non métropolitaine		**2 900 717**	**2 937 640**	**2 971 492**	**3 008 416**	**3 031 736**	**12,6**	**11,5**	**12,3**	**7,7**
MRC à proximité d'une zone métropolitaine	3	326 089	330 868	335 339	340 269	344 108	14,5	13,4	14,6	11,2
MRC à proximité ou au sein d'une zone urbaine	4	1 533 952	1 556 606	1 578 462	1 603 404	1 617 570	14,7	13,9	15,7	8,8
MRC éloignée d'une zone urbaine ou métropolitaine	5	686 485	695 164	701 985	707 465	712 360	12,6	9,8	7,8	6,9
MRC très éloignée d'une zone urbaine ou métropolitaine	6	354 191	355 002	355 706	357 278	357 698	2,3	2,0	4,4	1,2
Ensemble du Québec		**8 572 020**	**8 669 963**	**8 821 696**	**8 995 474**	**9 058 297**	**11,4**	**17,3**	**19,5**	**7,0**

1. Voir l'encadré *Une nouvelle typologie des MRC basée sur l'influence métropolitaine* en introduction du chapitre Statistiques par MRC du *Panorama des régions du Québec. Édition 2025* pour une description détaillée des classes.
2. Calculé en faisant le rapport entre la variation annuelle de l'effectif d'une population au cours d'une période donnée et la population moyenne de la période (exprimée en pour mille).

Sources : Institut de la statistique du Québec.
Statistique Canada, Estimations démographiques annuelles (régions infraprovinciales, janvier 2026). Adaptation par l'Institut de la statistique du Québec.

Tableau 10.1.3

Population totale et taux d'accroissement annuel, MRC[1], régions administratives et ensemble du Québec, 2021 à 2025

Code	MRC par régions administratives	Code typo.[2]	Population au 1er juillet					Taux d'accroissement annuel[3]			
			2021	2022r	2023r	2024r	2025p	2021– 2022r	2022– 2023r	2023– 2024r	2024– 2025p
			n					pour 1 000			
01	**Bas-Saint-Laurent**		**199 319**	**200 950**	**202 364**	**204 143**	**204 755**	**8,1**	**7,0**	**8,8**	**3,0**
07	La Matapédia	5	17 620	17 748	17 790	17 796	17 778	7,2	2,4	0,3	– 1,0
08	La Matanie	5	20 907	21 227	21 287	21 146	21 182	15,2	2,8	– 6,6	1,7
09	La Mitis	4	18 374	18 495	18 525	18 534	18 547	6,6	1,6	0,5	0,7
10	Rimouski-Neigette	4	57 459	57 918	58 554	59 835	60 269	8,0	10,9	21,6	7,2
11	Les Basques[4]	4	8 767	8 898	8 958	8 987	8 975	14,8	6,7	3,2	– 1,3
12	Rivière-du-Loup	5	35 472	35 661	36 002	36 282	36 440	5,3	9,5	7,7	4,3
13	Témiscouata[4]	5	19 603	19 807	19 890	20 013	20 039	10,4	4,2	6,2	1,3
14	Kamouraska	5	21 117	21 196	21 358	21 550	21 525	3,7	7,6	8,9	– 1,2
02	**Saguenay–Lac-Saint-Jean**		**276 563**	**279 350**	**282 194**	**285 302**	**286 395**	**10,0**	**10,1**	**11,0**	**3,8**
91	Le Domaine-du-Roy	5	31 083	31 364	31 361	31 400	31 300	9,0	– 0,1	1,2	– 3,2
92	Maria-Chapdelaine	5	24 168	24 205	24 345	24 333	24 331	1,5	5,8	– 0,5	– 0,1
93	Lac-Saint-Jean-Est	4	52 677	53 060	53 350	53 677	53 828	7,2	5,5	6,1	2,8
941	Saguenay	4	145 402	146 849	148 874	151 309	151 972	9,9	13,7	16,2	4,4
942	Le Fjord-du-Saguenay	4	23 233	23 872	24 264	24 583	24 964	27,1	16,3	13,1	15,4
03	**Capitale-Nationale**		**762 707**	**774 262**	**790 062**	**806 743**	**814 004**	**15,0**	**20,2**	**20,9**	**9,0**
15	Charlevoix-Est	5	15 460	15 647	15 716	15 556	15 503	12,0	4,4	– 10,2	– 3,4
16	Charlevoix	5	13 405	13 753	14 105	14 173	14 306	25,6	25,3	4,8	9,3
20	L'Île-d'Orléans	2	6 818	6 765	6 872	6 679	6 745	– 7,8	15,7	– 28,5	9,8
21	La Côte-de-Beaupré	2	30 468	31 029	31 455	32 064	32 694	18,2	13,6	19,2	19,5
22	La Jacques-Cartier	2	48 384	49 339	50 140	50 756	51 680	19,5	16,1	12,2	18,0
23	Québec	2	592 242	600 760	613 986	628 944	633 881	14,3	21,8	24,1	7,8
34	Portneuf	3	55 930	56 969	57 788	58 571	59 195	18,4	14,3	13,5	10,6
04	**Mauricie**		**274 353**	**278 583**	**282 277**	**287 414**	**289 722**	**15,3**	**13,2**	**18,0**	**8,0**
35	Mékinac	4	12 657	12 803	13 047	13 082	13 175	11,5	18,9	2,7	7,1
36	Shawinigan	4	49 880	50 674	51 121	51 608	51 739	15,8	8,8	9,5	2,5
371	Trois-Rivières	4	139 937	142 359	144 737	148 522	149 934	17,2	16,6	25,8	9,5
372	Les Chenaux	4	19 312	19 675	19 915	20 285	20 500	18,6	12,1	18,4	10,5
51	Maskinongé	4	37 468	37 852	38 115	38 514	38 790	10,2	6,9	10,4	7,1
90	La Tuque	5	15 099	15 220	15 342	15 403	15 584	8,0	8,0	4,0	11,7

Suite à la page 183

Tableau 10.1.3 (suite)

Population totale et taux d'accroissement annuel, MRC[1], régions administratives et ensemble du Québec, 2021 à 2025

Code	MRC par régions administratives	Code typo.[2]	Population au 1er juillet					Taux d'accroissement annuel[3]			
			2021	2022r	2023r	2024r	2025p	2021– 2022r	2022– 2023r	2023– 2024r	2024– 2025p
			n					pour 1 000			
05	**Estrie**		**498 038**	**506 470**	**514 381**	**522 720**	**527 340**	**16,8**	**15,5**	**16,1**	**8,8**
30	Le Granit	5	21 204	21 424	21 583	21 808	21 875	10,3	7,4	10,4	3,1
40	Les Sources	4	14 654	14 837	15 071	15 111	15 095	12,4	15,6	2,7	– 1,1
41	Le Haut-Saint-François	4	23 070	23 394	23 579	23 958	24 345	13,9	7,9	15,9	16,0
42	Le Val-Saint-François	4	31 743	32 223	32 708	33 030	33 367	15,0	14,9	9,8	10,2
43	Sherbrooke	4	174 515	177 782	180 135	183 265	184 135	18,5	13,1	17,2	4,7
44	Coaticook	4	19 020	19 084	19 316	19 587	19 683	3,4	12,1	13,9	4,9
45	Memphrémagog	4	55 066	55 889	57 761	59 205	60 180	14,8	32,9	24,7	16,3
46	Brome-Missisquoi	4	65 387	67 121	68 086	69 297	70 404	26,2	14,3	17,6	15,8
47	La Haute-Yamaska	4	93 379	94 716	96 142	97 459	98 256	14,2	14,9	13,6	8,1
06	**Montréal**		**2 015 879**	**2 034 638**	**2 094 820**	**2 166 724**	**2 172 259**	**9,3**	**29,1**	**33,7**	**2,6**
66	Montréal	1	2 015 879	2 034 638	2 094 820	2 166 724	2 172 259	9,3	29,1	33,7	2,6
07	**Outaouais**		**408 052**	**412 187**	**417 724**	**425 018**	**428 751**	**10,1**	**13,3**	**17,3**	**8,7**
80	Papineau	5	25 187	25 849	26 720	27 041	27 136	25,9	33,1	11,9	3,5
81	Gatineau	2	293 052	294 407	297 858	303 611	306 105	4,6	11,7	19,1	8,2
82	Les Collines-de-l'Outaouais	2	54 190	55 846	56 921	57 847	58 699	30,1	19,1	16,1	14,6
83	La Vallée-de-la-Gatineau	5	21 013	21 276	21 439	21 654	21 823	12,4	7,6	10,0	7,8
84	Pontiac	5	14 610	14 809	14 786	14 865	14 988	13,5	– 1,6	5,3	8,2
08	**Abitibi-Témiscamingue**		**147 838**	**148 126**	**148 405**	**149 339**	**149 441**	**1,9**	**1,9**	**6,3**	**0,7**
85	Témiscamingue	6	16 219	16 326	16 338	16 280	16 214	6,6	0,7	– 3,6	– 4,1
86	Rouyn-Noranda	6	42 556	42 686	42 756	43 178	43 270	3,1	1,6	9,8	2,1
87	Abitibi-Ouest	6	20 583	20 465	20 427	20 418	20 417	– 5,7	– 1,9	– 0,4	0,0
88	Abitibi	6	24 901	24 963	25 031	25 192	25 168	2,5	2,7	6,4	– 1,0
89	La Vallée-de-l'Or	6	43 579	43 686	43 853	44 271	44 372	2,5	3,8	9,5	2,3
09	**Côte-Nord**		**90 171**	**89 965**	**89 837**	**89 677**	**89 621**	**– 2,3**	**– 1,4**	**– 1,8**	**– 0,6**
95	La Haute-Côte-Nord	5	10 285	10 207	10 149	10 066	10 047	– 7,6	– 5,7	– 8,2	– 1,9
96	Manicouagan	6	30 263	30 276	30 249	30 166	30 169	0,4	– 0,9	– 2,7	0,1
971	Sept-Rivières	6	34 525	34 399	34 383	34 438	34 432	– 3,7	– 0,5	1,6	– 0,2
972	Caniapiscau	6	3 883	3 824	3 808	3 792	3 763	– 15,3	– 4,2	– 4,2	– 7,7
981	Minganie	6	6 495	6 526	6 529	6 561	6 588	4,8	0,5	4,9	4,1
982	Le Golfe-du-Saint-Laurent	6	4 720	4 733	4 719	4 654	4 622	2,8	– 3,0	– 13,9	– 6,9

Suite à la page 184

Tableau 10.1.3 (suite)

Population totale et taux d'accroissement annuel, MRC[1], régions administratives et ensemble du Québec, 2021 à 2025

Code	MRC par régions administratives	Code typo.[2]	Population au 1er juillet					Taux d'accroissement annuel[3]			
			2021	2022r	2023r	2024r	2025p	2021– 2022r	2022– 2023r	2023– 2024r	2024– 2025p
			n					pour 1 000			
10	**Nord-du-Québec**		**46 128**	**46 365**	**46 659**	**47 169**	**47 541**	**5,1**	**6,3**	**10,9**	**7,9**
991	Jamésie	6	13 510	13 432	13 441	13 541	13 483	– 5,8	0,7	7,4	– 4,3
992	Administration régionale Kativik	6	14 201	14 295	14 379	14 520	14 632	6,6	5,9	9,8	7,7
993	Eeyou Istchee (toponyme non officiel)	6	18 417	18 638	18 839	19 108	19 426	11,9	10,7	14,2	16,5
11	**Gaspésie–Îles-de-la-Madeleine**		**91 324**	**91 791**	**91 981**	**92 156**	**92 084**	**5,1**	**2,1**	**1,9**	**– 0,8**
01	Communauté maritime des Îles-de-la-Madeleine	6	12 716	12 902	12 946	12 912	12 883	14,5	3,4	– 2,6	– 2,2
02	Le Rocher-Percé	6	17 259	17 231	17 148	17 159	17 050	– 1,6	– 4,8	0,6	– 6,4
03	La Côte-de-Gaspé	6	17 625	17 691	17 835	17 965	17 949	3,7	8,1	7,3	– 0,9
04	La Haute-Gaspésie	5	10 985	11 038	11 027	10 997	10 942	4,8	– 1,0	– 2,7	– 5,0
05	Bonaventure	6	17 610	17 788	17 833	17 885	18 026	10,1	2,5	2,9	7,9
06	Avignon	6	15 129	15 141	15 192	15 238	15 234	0,8	3,4	3,0	– 0,3
12	**Chaudière-Appalaches**		**436 397**	**442 055**	**447 978**	**454 431**	**459 158**	**12,9**	**13,3**	**14,3**	**10,3**
17	L'Islet	5	17 627	17 746	17 819	17 807	17 812	6,7	4,1	– 0,7	0,3
18	Montmagny	5	22 553	22 620	22 683	22 815	22 985	3,0	2,8	5,8	7,4
19	Bellechasse	3	38 241	38 497	38 997	39 295	39 599	6,7	12,9	7,6	7,7
251	Lévis	2	150 645	153 178	155 819	158 919	160 882	16,7	17,1	19,7	12,3
26	La Nouvelle-Beauce	3	38 267	38 971	39 393	40 212	41 061	18,2	10,8	20,6	20,9
27	Beauce-Centre	5	19 298	19 472	19 648	19 829	19 986	9,0	9,0	9,2	7,9
28	Les Etchemins	5	17 002	17 188	17 342	17 506	17 652	10,9	8,9	9,4	8,3
29	Beauce-Sartigan	5	54 419	54 902	55 494	56 041	56 156	8,8	10,7	9,8	2,0
31	Les Appalaches	5	43 509	43 890	44 443	44 916	45 260	8,7	12,5	10,6	7,6
33	Lotbinière	3	34 836	35 591	36 340	37 091	37 765	21,4	20,8	20,5	18,0
13	**Laval**		**440 489**	**443 673**	**449 682**	**458 093**	**461 509**	**7,2**	**13,5**	**18,5**	**7,4**
65	Laval	1	440 489	443 673	449 682	458 093	461 509	7,2	13,5	18,5	7,4

Suite à la page 185

Tableau 10.1.3 (suite)

Population totale et taux d'accroissement annuel, MRC[1], régions administratives et ensemble du Québec, 2021 à 2025

Code	MRC par régions administratives	Code typo.[2]	Population au 1er juillet					Taux d'accroissement annuel[3]			
			2021	2022r	2023r	2024r	2025p	2021– 2022r	2022– 2023r	2023– 2024r	2024– 2025p
			n					pour 1 000			
14	**Lanaudière**		**532 680**	**541 496**	**550 981**	**560 471**	**569 335**	**16,4**	**17,4**	**17,1**	**15,7**
52	D'Autray	4	44 466	45 447	46 187	46 968	47 621	21,8	16,2	16,8	13,8
60	L'Assomption	1	128 769	130 106	131 966	133 921	136 053	10,3	14,2	14,7	15,8
61	Joliette	4	71 575	72 593	73 622	74 650	75 506	14,1	14,1	13,9	11,4
62	Matawinie	4	55 884	56 840	57 874	59 396	60 977	17,0	18,0	26,0	26,3
63	Montcalm	1	59 574	61 539	63 076	64 413	65 409	32,4	24,7	21,0	15,3
64	Les Moulins	1	172 412	174 971	178 256	181 123	183 769	14,7	18,6	16,0	14,5
15	**Laurentides**		**643 216**	**653 479**	**662 455**	**671 585**	**679 190**	**15,8**	**13,6**	**13,7**	**11,3**
72	Deux-Montagnes	1	104 573	105 804	107 435	109 016	109 780	11,7	15,3	14,6	7,0
73	Thérèse-De Blainville	1	164 942	166 202	167 329	168 411	169 311	7,6	6,8	6,4	5,3
74	Mirabel	1	62 014	63 949	65 685	67 122	68 471	30,7	26,8	21,6	19,9
75	La Rivière-du-Nord	1	141 837	144 086	146 160	148 783	150 532	15,7	14,3	17,8	11,7
76	Argenteuil	5	34 953	36 109	36 902	37 641	38 470	32,5	21,7	19,8	21,8
77	Les Pays-d'en-Haut	5	47 303	48 242	48 579	49 388	50 283	19,7	7,0	16,5	18,0
78	Les Laurentides	5	50 935	51 896	52 773	53 363	54 168	18,7	16,8	11,1	15,0
79	Antoine-Labelle	5	36 659	37 191	37 592	37 861	38 175	14,4	10,7	7,1	8,3
16	**Montérégie**		**1 456 782**	**1 470 976**	**1 490 518**	**1 511 800**	**1 522 372**	**9,7**	**13,2**	**14,2**	**7,0**
48	Acton	4	15 759	15 926	16 237	16 327	16 387	10,5	19,3	5,5	3,7
53	Pierre-De Saurel	4	52 184	52 702	52 906	53 526	54 101	9,9	3,9	11,7	10,7
54	Les Maskoutains	3	89 969	91 071	92 442	93 806	94 474	12,2	14,9	14,6	7,1
55	Rouville	3	38 156	38 394	38 581	39 070	39 391	6,2	4,9	12,6	8,2
56	Le Haut-Richelieu	1	122 051	122 966	124 105	125 053	125 726	7,5	9,2	7,6	5,4
57	La Vallée-du-Richelieu	1	132 536	133 565	134 762	135 936	136 696	7,7	8,9	8,7	5,6
58	Longueuil	1	438 863	440 944	447 985	456 523	458 178	4,7	15,8	18,9	3,6
59	Marguerite-D'Youville	1	80 944	81 580	82 375	83 200	83 645	7,8	9,7	10,0	5,3
67	Roussillon	1	197 762	200 493	203 252	206 205	208 495	13,7	13,7	14,4	11,0
68	Les Jardins-de-Napierville	3	30 690	31 375	31 798	32 224	32 623	22,1	13,4	13,3	12,3
69	Le Haut-Saint-Laurent	5	25 009	25 477	25 810	26 215	26 614	18,5	13,0	15,6	15,1
70	Beauharnois-Salaberry	1	69 035	70 739	72 498	74 157	75 400	24,4	24,6	22,6	16,6
71	Vaudreuil-Soulanges	1	163 824	165 744	167 767	169 558	170 642	11,7	12,1	10,6	6,4

Suite à la page 186

Tableau 10.1.3 (suite)

Population totale et taux d'accroissement annuel, MRC[1], régions administratives et ensemble du Québec, 2021 à 2025

Code	MRC par régions administratives	Code typo.[2]	Population au 1er juillet					Taux d'accroissement annuel[3]			
			2021	2022r	2023r	2024r	2025p	2021– 2022r	2022– 2023r	2023– 2024r	2024– 2025p
			n					pour 1 000			
17	**Centre-du-Québec**		**252 084**	**255 597**	**259 378**	**262 689**	**264 820**	**13,8**	**14,7**	**12,7**	**8,1**
32	L'Érable	4	23 665	23 959	24 301	24 517	24 549	12,3	14,2	8,8	1,3
38	Bécancour	4	21 066	21 767	21 988	22 203	22 429	32,7	10,1	9,7	10,1
39	Arthabaska	4	74 660	75 464	76 277	77 211	77 644	10,7	10,7	12,2	5,6
49	Drummond	4	108 711	110 284	112 440	114 375	115 697	14,4	19,4	17,1	11,5
50	Nicolet-Yamaska	4	23 982	24 123	24 372	24 383	24 501	5,9	10,3	0,5	4,8
Ensemble du Québec			**8 572 020**	**8 669 963**	**8 821 696**	**8 995 474**	**9 058 297**	**11,4**	**17,3**	**19,5**	**7,0**

1. Selon la dénomination et le découpage des MRC géographiques au 1er juillet 2025. La version géographique des MRC comprend les MRC au sens juridique et les territoires équivalents à une MRC de même que les communautés autochtones et les villages nordiques situés dans le périmètre des MRC ou qui constituent des territoires équivalents.
2. **1-** MRC dans une zone métropolitaine de grande taille ; **2-** MRC dans une zone métropolitaine de taille moyenne ; **3-** MRC à proximité d'une zone métropolitaine ; **4-** MRC à proximité ou au sein d'une zone urbaine ; **5-** MRC éloignée d'une zone urbaine ou métropolitaine ; **6-** MRC très éloignée d'une zone urbaine ou métropolitaine. Voir l'encadré *Une nouvelle typologie des MRC basée sur l'influence métropolitaine* en introduction du chapitre Statistiques par MRC du *Panorama des régions du Québec. Édition 2025* pour une description détaillée des classes.
3. Calculé en faisant le rapport entre la variation annuelle de l'effectif d'une population au cours d'une période donnée et la population moyenne de la période (exprimée en pour mille).
4. Les données ont été révisées pour tenir compte du transfert de la municipalité de Saint-Guy de la MRC des Basques à celle de Témiscouata entraîné par la fusion des municipalités de Saint-Guy et de Lac-des-Aigles survenue le 31 juillet 2024.

Sources : Institut de la statistique du Québec.

Statistique Canada, Estimations démographiques annuelles (régions infraprovinciales, janvier 2026). Adaptation par l'Institut de la statistique du Québec.

Tableau 10.1.4

Population selon le groupe d'âge et âge moyen, MRC[1], régions administratives et ensemble du Québec, 2025

Code	MRC par régions administratives	Code typo.[2]	Groupe d'âge								Âge moyen
			Total	0-19	20-64	65 et plus	**Total**	0-19	20-64	65 et plus	
			n				%				ans
01	**Bas-Saint-Laurent**		**204 755**	37 076	106 686	60 993	**100,0**	18,1	52,1	29,8	**47,1**
07	La Matapédia	5	**17 778**	3 293	8 966	5 519	**100,0**	18,5	50,4	31,0	47,9
08	La Matanie	5	**21 182**	3 413	10 818	6 951	**100,0**	16,1	51,1	32,8	49,2
09	La Mitis	4	**18 547**	3 605	9 543	5 399	**100,0**	19,4	51,5	29,1	46,8
10	Rimouski-Neigette	4	**60 269**	10 882	33 054	16 333	**100,0**	18,1	54,8	27,1	45,2
11	Les Basques[3]	4	**8 975**	1 472	4 303	3 200	**100,0**	16,4	47,9	35,7	50,6
12	Rivière-du-Loup	5	**36 440**	7 163	19 156	10 121	**100,0**	19,7	52,6	27,8	46,0
13	Témiscouata[3]	5	**20 039**	3 380	9 990	6 669	**100,0**	16,9	49,9	33,3	49,7
14	Kamouraska	5	**21 525**	3 868	10 856	6 801	**100,0**	18,0	50,4	31,6	48,2
02	**Saguenay–Lac-Saint-Jean**		**286 395**	55 548	153 282	77 565	**100,0**	19,4	53,5	27,1	**45,5**
91	Le Domaine-du-Roy	5	**31 300**	6 064	16 039	9 197	**100,0**	19,4	51,2	29,4	47,0
92	Maria-Chapdelaine	5	**24 331**	4 714	12 370	7 247	**100,0**	19,4	50,8	29,8	47,1
93	Lac-Saint-Jean-Est	4	**53 828**	10 909	28 198	14 721	**100,0**	20,3	52,4	27,3	45,8
941	Saguenay	4	**151 972**	28 706	82 655	40 611	**100,0**	18,9	54,4	26,7	45,2
942	Le Fjord-du-Saguenay	4	**24 964**	5 155	14 020	5 789	**100,0**	20,6	56,2	23,2	43,6
03	**Capitale-Nationale**		**814 004**	161 866	463 125	189 013	**100,0**	19,9	56,9	23,2	**43,6**
15	Charlevoix-Est	5	**15 503**	2 638	7 624	5 241	**100,0**	17,0	49,2	33,8	49,7
16	Charlevoix	5	**14 306**	2 444	7 169	4 693	**100,0**	17,1	50,1	32,8	49,1
20	L'Île-d'Orléans	2	**6 745**	1 180	3 365	2 200	**100,0**	17,5	49,9	32,6	49,5
21	La Côte-de-Beaupré	2	**32 694**	7 216	18 071	7 407	**100,0**	22,1	55,3	22,7	43,8
22	La Jacques-Cartier	2	**51 680**	14 058	31 121	6 501	**100,0**	27,2	60,2	12,6	37,8
23	Québec	2	**633 881**	121 873	363 944	148 064	**100,0**	19,2	57,4	23,4	43,7
34	Portneuf	3	**59 195**	12 457	31 831	14 907	**100,0**	21,0	53,8	25,2	44,8
04	**Mauricie**		**289 722**	53 724	153 676	82 322	**100,0**	18,5	53,0	28,4	**46,3**
35	Mékinac	4	**13 175**	1 964	6 343	4 868	**100,0**	14,9	48,1	36,9	51,9
36	Shawinigan	4	**51 739**	8 866	26 070	16 803	**100,0**	17,1	50,4	32,5	48,6
371	Trois-Rivières	4	**149 934**	27 825	81 825	40 284	**100,0**	18,6	54,6	26,9	45,2
372	Les Chenaux	4	**20 500**	4 182	11 279	5 039	**100,0**	20,4	55,0	24,6	44,2
51	Maskinongé	4	**38 790**	7 259	20 106	11 425	**100,0**	18,7	51,8	29,5	47,6
90	La Tuque	5	**15 584**	3 628	8 053	3 903	**100,0**	23,3	51,7	25,0	43,7
05	**Estrie**		**527 340**	104 303	288 273	134 764	**100,0**	19,8	54,7	25,6	**45,0**
30	Le Granit	5	**21 875**	4 044	10 985	6 846	**100,0**	18,5	50,2	31,3	48,6
40	Les Sources	4	**15 095**	2 955	7 329	4 811	**100,0**	19,6	48,6	31,9	47,9
41	Le Haut-Saint-François	4	**24 345**	5 381	13 148	5 816	**100,0**	22,1	54,0	23,9	43,9
42	Le Val-Saint-François	4	**33 367**	7 375	18 210	7 782	**100,0**	22,1	54,6	23,3	43,8
43	Sherbrooke	4	**184 135**	36 883	106 780	40 472	**100,0**	20,0	58,0	22,0	42,5
44	Coaticook	4	**19 683**	4 434	10 549	4 700	**100,0**	22,5	53,6	23,9	43,6
45	Memphrémagog	4	**60 180**	9 681	31 469	19 030	**100,0**	16,1	52,3	31,6	49,6
46	Brome-Missisquoi	4	**70 404**	13 429	36 937	20 038	**100,0**	19,1	52,5	28,5	46,8
47	La Haute-Yamaska	4	**98 256**	20 121	52 866	25 269	**100,0**	20,5	53,8	25,7	45,1

Suite à la page 188

Tableau 10.1.4 (suite)

Population selon le groupe d'âge et âge moyen, MRC[1], régions administratives et ensemble du Québec, 2025

Code	MRC par régions administratives	Code typo.[2]	Groupe d'âge								Âge moyen
			Total	0-19	20-64	65 et plus	**Total**	0-19	20-64	65 et plus	
			n				%				ans
06	**Montréal**		**2 172 259**	414 020	1 380 812	377 427	**100,0**	19,1	63,6	17,4	**41,1**
66	Montréal	1	**2 172 259**	414 020	1 380 812	377 427	**100,0**	19,1	63,6	17,4	41,1
07	**Outaouais**		**428 751**	94 026	251 254	83 471	**100,0**	21,9	58,6	19,5	**42,0**
80	Papineau	5	**27 136**	4 624	14 402	8 110	**100,0**	17,0	53,1	29,9	48,2
81	Gatineau	2	**306 105**	68 756	182 839	54 510	**100,0**	22,5	59,7	17,8	40,8
82	Les Collines-de-l'Outaouais	2	**58 699**	14 118	34 687	9 894	**100,0**	24,1	59,1	16,9	41,2
83	La Vallée-de-la-Gatineau	5	**21 823**	3 637	11 539	6 647	**100,0**	16,7	52,9	30,5	48,9
84	Pontiac	5	**14 988**	2 891	7 787	4 310	**100,0**	19,3	52,0	28,8	47,0
08	**Abitibi-Témiscamingue**		**149 441**	32 463	82 462	34 516	**100,0**	21,7	55,2	23,1	**43,4**
85	Témiscamingue	6	**16 214**	3 336	8 516	4 362	**100,0**	20,6	52,5	26,9	45,8
86	Rouyn-Noranda	6	**43 270**	9 311	24 675	9 284	**100,0**	21,5	57,0	21,5	42,6
87	Abitibi-Ouest	6	**20 417**	4 286	10 637	5 494	**100,0**	21,0	52,1	26,9	45,3
88	Abitibi	6	**25 168**	5 452	13 988	5 728	**100,0**	21,7	55,6	22,8	43,4
89	La Vallée-de-l'Or	6	**44 372**	10 078	24 646	9 648	**100,0**	22,7	55,5	21,7	42,5
09	**Côte-Nord**		**89 621**	18 468	50 089	21 064	**100,0**	20,6	55,9	23,5	**44,4**
95	La Haute-Côte-Nord	5	**10 047**	1 630	5 117	3 300	**100,0**	16,2	50,9	32,8	49,9
96	Manicouagan	6	**30 169**	5 704	16 719	7 746	**100,0**	18,9	55,4	25,7	45,8
971	Sept-Rivières	6	**34 432**	7 649	19 620	7 163	**100,0**	22,2	57,0	20,8	42,7
972	Caniapiscau	6	**3 763**	1 110	2 442	211	**100,0**	29,5	64,9	5,6	33,7
981	Minganie	6	**6 588**	1 421	3 592	1 575	**100,0**	21,6	54,5	23,9	44,1
982	Le Golfe-du-Saint-Laurent	6	**4 622**	954	2 599	1 069	**100,0**	20,6	56,2	23,1	45,0
10	**Nord-du-Québec**		**47 541**	16 190	26 403	4 948	**100,0**	34,1	55,5	10,4	**33,6**
991	Jamésie	6	**13 483**	3 071	7 684	2 728	**100,0**	22,8	57,0	20,2	42,2
992	Administration régionale Kativik	6	**14 632**	6 090	7 735	807	**100,0**	41,6	52,9	5,5	28,5
993	Eeyou Istchee (toponyme non officiel)	6	**19 426**	7 029	10 984	1 413	**100,0**	36,2	56,5	7,3	31,4
11	**Gaspésie–Îles-de-la-Madeleine**		**92 084**	15 050	47 398	29 636	**100,0**	16,3	51,5	32,2	**49,3**
01	Communauté maritime des Îles-de-la-Madeleine	6	**12 883**	1 897	6 891	4 095	**100,0**	14,7	53,5	31,8	49,8
02	Le Rocher-Percé	6	**17 050**	2 383	8 672	5 995	**100,0**	14,0	50,9	35,2	51,6
03	La Côte-de-Gaspé	6	**17 949**	3 155	9 426	5 368	**100,0**	17,6	52,5	29,9	47,8
04	La Haute-Gaspésie	5	**10 942**	1 621	5 462	3 859	**100,0**	14,8	49,9	35,3	51,0
05	Bonaventure	6	**18 026**	3 015	9 183	5 828	**100,0**	16,7	50,9	32,3	49,2
06	Avignon	6	**15 234**	2 979	7 764	4 491	**100,0**	19,6	51,0	29,5	47,0

Suite à la page 189

Tableau 10.1.4 (suite)

Population selon le groupe d'âge et âge moyen, MRC[1], régions administratives et ensemble du Québec, 2025

Code	MRC par régions administratives	Code typo.[2]	Groupe d'âge								Âge moyen
			Total	0-19	20-64	65 et plus	**Total**	0-19	20-64	65 et plus	
			n				%				ans
12	**Chaudière-Appalaches**		**459 158**	97 976	246 835	114 347	**100,0**	21,3	53,8	24,9	**44,5**
17	L'Islet	5	**17 812**	3 105	8 878	5 829	**100,0**	17,4	49,8	32,7	49,4
18	Montmagny	5	**22 985**	4 001	11 773	7 211	**100,0**	17,4	51,2	31,4	48,6
19	Bellechasse	3	**39 599**	9 159	21 108	9 332	**100,0**	23,1	53,3	23,6	43,4
251	Lévis	2	**160 882**	34 559	89 037	37 286	**100,0**	21,5	55,3	23,2	43,7
26	La Nouvelle-Beauce	3	**41 061**	9 992	22 652	8 417	**100,0**	24,3	55,2	20,5	41,6
27	Beauce-Centre	5	**19 986**	4 365	10 766	4 855	**100,0**	21,8	53,9	24,3	44,1
28	Les Etchemins	5	**17 652**	3 327	8 990	5 335	**100,0**	18,8	50,9	30,2	47,7
29	Beauce-Sartigan	5	**56 156**	12 067	30 419	13 670	**100,0**	21,5	54,2	24,3	44,3
31	Les Appalaches	5	**45 260**	8 479	22 407	14 374	**100,0**	18,7	49,5	31,8	48,0
33	Lotbinière	3	**37 765**	8 922	20 805	8 038	**100,0**	23,6	55,1	21,3	41,9
13	**Laval**		**461 509**	100 147	269 908	91 454	**100,0**	21,7	58,5	19,8	**42,6**
65	Laval	1	**461 509**	100 147	269 908	91 454	**100,0**	21,7	58,5	19,8	42,6
14	**Lanaudière**		**569 335**	129 463	315 975	123 897	**100,0**	22,7	55,5	21,8	**43,0**
52	D'Autray	4	**47 621**	9 877	26 143	11 601	**100,0**	20,7	54,9	24,4	44,6
60	L'Assomption	1	**136 053**	32 708	74 240	29 105	**100,0**	24,0	54,6	21,4	42,5
61	Joliette	4	**75 506**	15 192	39 298	21 016	**100,0**	20,1	52,0	27,8	45,8
62	Matawinie	4	**60 977**	10 281	32 616	18 080	**100,0**	16,9	53,5	29,7	48,5
63	Montcalm	1	**65 409**	16 438	37 823	11 148	**100,0**	25,1	57,8	17,0	39,8
64	Les Moulins	1	**183 769**	44 967	105 855	32 947	**100,0**	24,5	57,6	17,9	41,0
15	**Laurentides**		**679 190**	143 980	382 397	152 813	**100,0**	21,2	56,3	22,5	**43,8**
72	Deux-Montagnes	1	**109 780**	25 894	62 355	21 531	**100,0**	23,6	56,8	19,6	41,9
73	Thérèse-De Blainville	1	**169 311**	39 130	97 156	33 025	**100,0**	23,1	57,4	19,5	42,0
74	Mirabel	1	**68 471**	16 908	41 611	9 952	**100,0**	24,7	60,8	14,5	38,9
75	La Rivière-du-Nord	1	**150 532**	33 125	85 859	31 548	**100,0**	22,0	57,0	21,0	42,6
76	Argenteuil	5	**38 470**	7 004	21 025	10 441	**100,0**	18,2	54,7	27,1	46,7
77	Les Pays-d'en-Haut	5	**50 283**	7 400	26 218	16 665	**100,0**	14,7	52,1	33,1	50,7
78	Les Laurentides	5	**54 168**	8 730	28 617	16 821	**100,0**	16,1	52,8	31,1	49,2
79	Antoine-Labelle	5	**38 175**	5 789	19 556	12 830	**100,0**	15,2	51,2	33,6	50,4

Suite à la page 190

Tableau 10.1.4 (suite)

Population selon le groupe d'âge et âge moyen, MRC[1], régions administratives et ensemble du Québec, 2025

Code	MRC par régions administratives	Code typo.[2]	Groupe d'âge								Âge moyen
			Total	0-19	20-64	65 et plus	**Total**	0-19	20-64	65 et plus	
			n				%				ans
16	**Montérégie**		**1 522 372**	337 677	863 957	320 738	**100,0**	22,2	56,8	21,1	**42,7**
48	Acton	4	**16 387**	3 487	8 811	4 089	**100,0**	21,3	53,8	25,0	44,6
53	Pierre-De Saurel	4	**54 101**	9 670	28 415	16 016	**100,0**	17,9	52,5	29,6	47,3
54	Les Maskoutains	3	**94 474**	20 057	52 449	21 968	**100,0**	21,2	55,5	23,3	43,5
55	Rouville	3	**39 391**	9 056	22 003	8 332	**100,0**	23,0	55,9	21,2	42,4
56	Le Haut-Richelieu	1	**125 726**	27 226	69 844	28 656	**100,0**	21,7	55,6	22,8	43,6
57	La Vallée-du-Richelieu	1	**136 696**	32 628	77 382	26 686	**100,0**	23,9	56,6	19,5	42,0
58	Longueuil	1	**458 178**	96 721	263 349	98 108	**100,0**	21,1	57,5	21,4	43,0
59	Marguerite-D'Youville	1	**83 645**	19 924	48 016	15 705	**100,0**	23,8	57,4	18,8	41,6
67	Roussillon	1	**208 495**	50 596	119 984	37 915	**100,0**	24,3	57,5	18,2	41,2
68	Les Jardins-de-Napierville	3	**32 623**	7 327	19 104	6 192	**100,0**	22,5	58,6	19,0	41,3
69	Le Haut-Saint-Laurent	5	**26 614**	5 764	14 429	6 421	**100,0**	21,7	54,2	24,1	44,1
70	Beauharnois-Salaberry	1	**75 400**	15 949	41 653	17 798	**100,0**	21,2	55,2	23,6	43,5
71	Vaudreuil-Soulanges	1	**170 642**	39 272	98 518	32 852	**100,0**	23,0	57,7	19,3	42,2
17	**Centre-du-Québec**		**264 820**	56 545	142 791	65 484	**100,0**	21,4	53,9	24,7	**44,3**
32	L'Érable	4	**24 549**	5 271	13 084	6 194	**100,0**	21,5	53,3	25,2	44,3
38	Bécancour	4	**22 429**	4 587	12 100	5 742	**100,0**	20,5	53,9	25,6	44,8
39	Arthabaska	4	**77 644**	16 141	40 924	20 579	**100,0**	20,8	52,7	26,5	45,3
49	Drummond	4	**115 697**	25 451	63 819	26 427	**100,0**	22,0	55,2	22,8	43,2
50	Nicolet-Yamaska	4	**24 501**	5 095	12 864	6 542	**100,0**	20,8	52,5	26,7	45,4
Ensemble du Québec			**9 058 297**	**1 868 522**	**5 225 323**	**1 964 452**	**100,0**	**20,6**	**57,7**	**21,7**	**43,1**

1. Selon la dénomination et le découpage des MRC géographiques au 1er juillet 2025. La version géographique des MRC comprend les MRC au sens juridique et les territoires équivalents à une MRC de même que les communautés autochtones et les villages nordiques situés dans le périmètre des MRC ou qui constituent des territoires équivalents.
2. **1-** MRC dans une zone métropolitaine de grande taille ; **2-** MRC dans une zone métropolitaine de taille moyenne ; **3-** MRC à proximité d'une zone métropolitaine ; **4-** MRC à proximité ou au sein d'une zone urbaine ; **5-** MRC éloignée d'une zone urbaine ou métropolitaine ; **6-** MRC très éloignée d'une zone urbaine ou métropolitaine. Voir l'encadré *Une nouvelle typologie des MRC basée sur l'influence métropolitaine* en introduction du chapitre Statistiques par MRC du *Panorama des régions du Québec. Édition 2025* pour une description détaillée des classes.
3. La municipalité de Saint-Guy a fusionné avec la municipalité de Lac-des-Aigles le 31 juillet 2024 et est ainsi passée de la MRC des Basques à la MRC de Témiscouata. Les données des deux MRC concernées ont été mises à jour pour tenir compte de ce changement.

Note : Population au 1er juillet. Données provisoires.

Sources : Institut de la statistique du Québec.

Statistique Canada, Estimations démographiques annuelles (régions infraprovinciales, janvier 2026). Adaptation par l'Institut de la statistique du Québec.