

LES SENIORS EN FRANCE :

*heureux mais
en décalage ?*

Les révélations du
**premier baromètre de
l'Observatoire Seniors
et société**

EN PARTENARIAT AVEC

introduction

La France connaît une transition démographique sans précédent. Jamais, dans l'histoire de l'humanité, on n'a vécu aussi longtemps qu'aujourd'hui : **l'espérance de vie y atteint désormais 85 ans pour les femmes et 79 ans pour les hommes.**

En 2030, **un Français sur trois aura plus de 60 ans et le nombre de personnes âgées de plus de 85 ans pourrait atteindre 5 millions d'ici 2050**, contre 2 millions aujourd'hui.

Cette évolution est une richesse - le signe d'avancées sociales et de progrès médicaux et technologiques - mais elle s'accompagne de nouveaux enjeux : santé, logement, mobilité, lien social, lutte contre l'isolement, etc.

Cette dynamique nous pose ainsi **plusieurs défis collectifs** :

Comment garantir à nos aînés une place digne et active dans la société ?

Comment préparer une vieillesse heureuse et épanouissante pour les générations futures ?

Face à cette réalité, **il est impératif de mieux comprendre pour mieux agir**. C'est pour cette raison que la mutuelle Intégrance et l'Association des Directeurs au service des Personnes Âgées (AD-PA), acteurs reconnus de l'économie sociale et solidaire, ont souhaité lancer un Observatoire pour éclairer le débat public sur le grand âge.

L'Observatoire Seniors et société aura pour mission première de recueillir, analyser et diffuser des données fiables sur la vie des personnes âgées en France. Il s'agira de dresser un panorama évolutif sur la condition des seniors : leur santé, leur situation économique, leur rôle social et leurs fragilités. Il alimentera ainsi les collectivités territoriales, les associations, les professionnels du secteur médico-social, afin d'élaborer des politiques plus adaptées à leurs besoins.

Mais au-delà des chiffres et des rapports, cet Observatoire doit être un lieu de dialogue et de co-construction. C'est pourquoi la mutuelle Intégrance et l'AD-PA ont proposé à l'association Citoyennage de contribuer à cette démarche. Les personnes âgées bénéficieront ainsi et, pour la toute première fois, d'un espace de consultation nationale pour parler de vieillesse, de leurs attentes et de leurs projets avec les acteurs de l'économie sociale et solidaire.

Le lancement de l'Observatoire Seniors et société s'accompagne d'un baromètre réalisé par l'institut Viavoice, qui s'est appuyé sur une double approche :

UNE ENQUÊTE QUANTITATIVE

se penche sur la condition des personnes âgées à travers deux échantillons : national représentatif d'un côté, ciblé sur les retraités de l'autre.

UNE ÉTUDE QUALITATIVE

menée auprès de 10 résidents en structures pour seniors, un public de plus de 80 ans, souvent fragile, et dont la parole est plus rare.

L'Observatoire ne se limitera pas à dresser un constat figé de la situation des seniors dans la société : **tous les deux ans**, il permettra de mesurer les évolutions, d'identifier les nouveaux besoins et de donner la parole à celles et ceux qui vivent la vieillesse au quotidien.

STÉPHANE BRIDEL,
directeur général
adjoint de la mutuelle
Intégrance

ISABELLE HARTVIG,
présidente de
l'association
Citoyennage

ROMAIN GIZOLME,
directeur de
l'Association des
Directeurs au service
des Personnes Âgées

les retraités d'aujourd'hui, une société à trois vitesses

Ce premier baromètre met en lumière **la diversité des parcours et des situations vécues par les personnes âgées en France**. À partir des données recueillies par l'institut Viavoice, l'étude propose une lecture renouvelée du public retraité en France, **articulée autour de deux axes majeurs : le niveau d'intégration dans la société et le degré de satisfaction personnelle**.

Derrière le terme générique de « **retraité** » se cache une situation hétérogène avec trois profils types du grand âge en France :

LES RETRAITÉS EN “SITUATION D'ALERTE”

Ils cumulent un bien-être personnel très faible et un fort sentiment d'isolement social. Ce groupe est majoritairement féminin et composé de personnes célibataires ou veuves. Il est issu d'une catégorie socio-professionnelle peu favorisée.

LES RETRAITÉS EN “FRAGILITÉ”

Leur niveau de bonheur personnel et d'intégration dans la société demeure précaire. Leur profil sociologique est dans la moyenne, tant du point de vue matrimonial, que socio-professionnel.

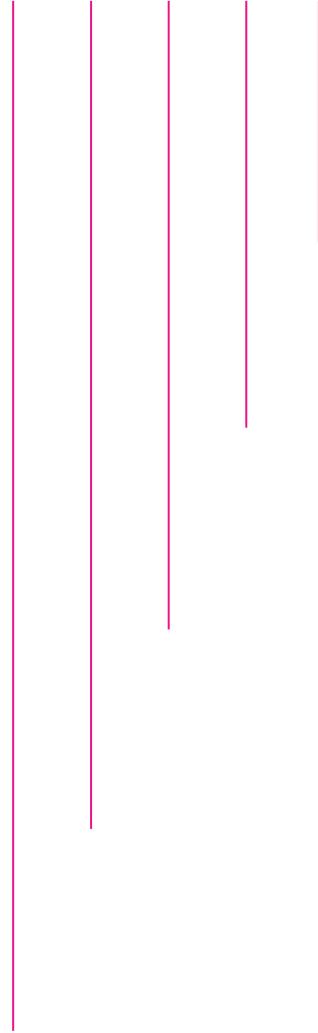
LES RETRAITÉS “PLEINEMENT ÉPANOIS”

Ils se distinguent par un haut niveau de satisfaction personnelle et une solide intégration dans la société. Ils sont plutôt en couple et issus d'une catégorie socio-professionnelle supérieure.



Cette répartition doit néanmoins être envisagée de manière dynamique car la France se trouve aujourd'hui à un tournant : la transition démographique en cours, les difficultés rencontrées par les actifs d'aujourd'hui - qui seront les retraités de demain - notamment en matière de pouvoir d'achat, ainsi que les incertitudes pesant sur le système de retraite, sont autant d'indicateurs qui laissent à penser que ces trois groupes perdureront mais que les équilibres évolueront dans le temps.

Plus qu'une simple photographie, cette analyse agit ainsi comme un signal d'alerte : **la part des retraités en “fragilité”, encore limitée aujourd’hui, pourrait s'accroître dans les années à venir au détriment des groupes plus intégrés et épanouis**. Ces enseignements révèlent des points de vigilance et appellent des politiques publiques attentives aux nouvelles formes de fragilité liées à l'âge.



les grandes tendances révélées par le baromètre de l'Observatoire Seniors et société

L'étude quantitative révèle tout d'abord que les aînés ont une **perception favorable de leur propre situation** :

87 % se disent heureux de leur retraite et 77 % jugent que leur moral est bon.

Mais ces résultats masquent une réalité plus complexe, avec des fractures profondes et des craintes réelles quant à leur avenir.

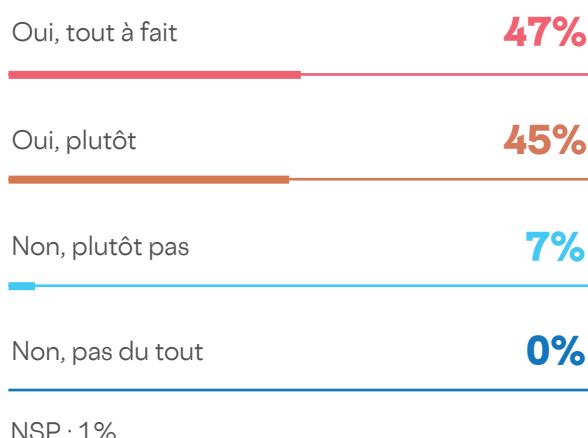
Porté par la mutuelle Intégrance, l'AD-PA et l'association Citoyennage, l'Observatoire Seniors et société identifie **trois défis majeurs** et avance des premières pistes d'actions concrètes pour y répondre.

DÉFI N°1

changer le regard de la société en luttant contre l'âgisme

Le baromètre révèle un paradoxe : si une écrasante majorité se sent intégrée dans la société - **92 %** - les retraités sont dans le même temps **73 %** à ne pas se sentir en phase avec la manière dont elle évolue.

Diriez-vous que vous vous sentez intégré dans la société ?



92%

des retraités se sentent intégrés dans la société

73%

ne se sentent pas en phase avec la manière dont la société évolue

Vous sentez-vous en phase avec la manière dont la société évolue ?



Ce décalage ne signifie pas un rejet de la société, mais plutôt une **mise à distance personnelle en raison de ses transformations rapides**. Cette fracture est d'ailleurs accentuée par le poids des stéréotypes. Alors que **seuls 32 % des retraités « se sentent personnellement âgés »**, ils sont **53 % à « se sentir considérés comme âgés »** par le regard des autres. Cet écart de 20 points montre que **l'âge est d'abord une assignation sociale avant d'être un ressenti personnel**. En somme, un retraité peut se sentir parfaitement intégré dans son cercle social tout en ayant le sentiment que la société le range dans la 'case senior' et évolue dans une direction qu'il ne partage pas. La société semble donc ne pas avoir progressé au même rythme que les avancées scientifiques et médicales : **nous avons su prolonger l'existence mais nous ne sommes pas encore parvenus à proposer un accompagnement social et sociétal à la hauteur de cette évolution**.

des retraités se sentent personnellement âgés

32%

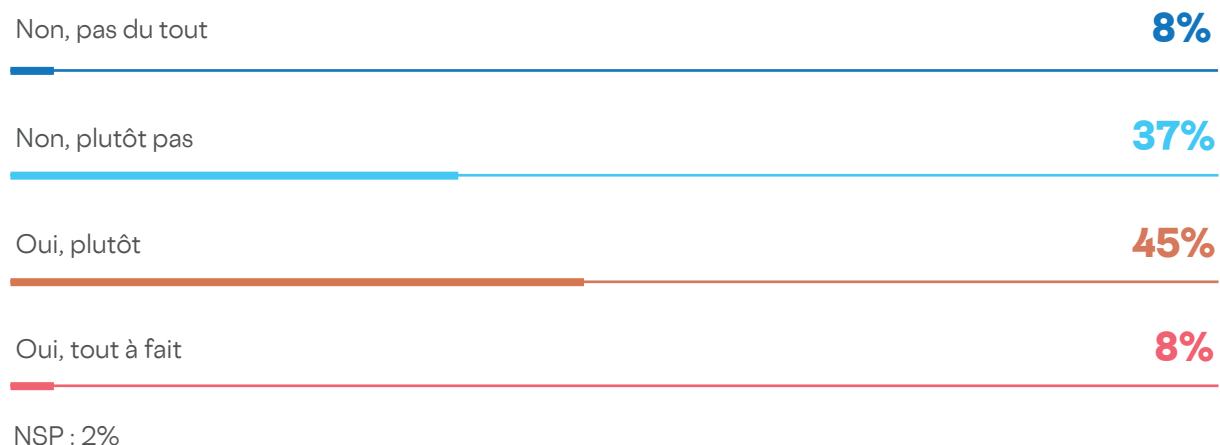
se sentent considérés comme âgés

53%

Vous sentez-vous âgé ?



Vous sentez-vous âgé dans la manière dont vous êtes considéré par la société ?



L'Observatoire Seniors et société appelle au lancement d'une campagne nationale de **sensibilisation contre l'âgisme**. Ses membres plaident également pour que les professionnels du secteur soient formés à l'accompagnement psycho-social. Enfin, dans un tout autre registre, il serait également intéressant de soutenir davantage les programmes d'habitat intergénérationnel et partagé pour qu'ils essaient sur tout le territoire. Ces initiatives permettraient de déconstruire les stéréotypes liés à l'âge et de mettre en lumière la contribution des seniors à la société. **C'est en recréant du lien entre toutes les générations et en reconnaissant les aînés comme des citoyens à part entière que la tendance s'inversera.** Une telle initiative aurait aussi pour effet de transformer la perception de la retraite chez les actifs alors qu'**un tiers d'entre eux (34 %)** l'envisage aujourd'hui avec pessimisme.

1/3

**des actifs envisage
sa retraite avec
pessimisme**

Lorsque vous pensez à votre retraite, vous êtes plutôt..?



DÉFI N°2

développer une culture préventive du vieillissement

L'avenir demeure une source d'inquiétude majeure. Interrogés sur l'aide aux personnes âgées, **les retraités sont massivement pessimistes et près d'un sur deux déclare que vieillir lui fait peur**. Cette appréhension traduit à la fois un manque de confiance dans les dispositifs collectifs et un besoin d'anticipation. Sur ce point, les indicateurs mentionnés plus haut, comme la transition démographique, les questions liées au pouvoir d'achat des actifs d'aujourd'hui - qui seront les retraités de demain - et les incertitudes pesant sur le système des retraites sont autant de facteurs qui risquent d'aggraver la situation.

Lorsque vous pensez à l'avenir, êtes-vous optimiste ou pessimiste concernant l'aide aux personnes âgées ?*



80%

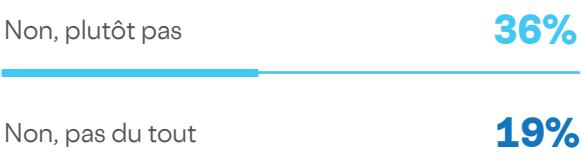
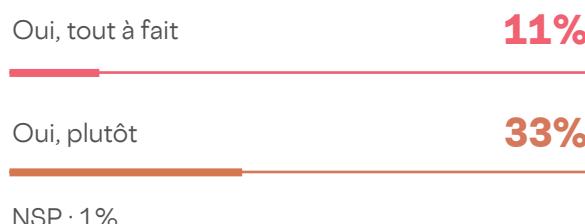
des retraités sont massivement pessimistes concernant l'aide qui leur est apportée

44%

déclarent que vieillir leur faire peur



Diriez-vous que vous êtes tout à fait / plutôt / plutôt pas ou pas du tout d'accord avec l'affirmation suivante : vieillir vous fait peur*



*question posée uniquement à des retraités

Par ailleurs, face aux défis démographiques liés au vieillissement de la population, **il est impératif d'engager une transition vers une culture fondée sur la prévention**. Cette démarche vise à assurer une meilleure qualité de vie aux personnes âgées tout en renforçant la résilience de nos structures sociales et de santé.

L'Observatoire appelle ainsi au développement **d'une culture préventive du vieillissement**, à considérer comme un levier essentiel des politiques publiques de santé et d'inclusion. Cela pourrait se traduire par :

L'ADAPTATION DES INFRASTRUCTURES ET DES SERVICES

Une société préventive suppose de penser globalement notre société, tant sur le plan de la santé que de l'aménagement du territoire. Cela implique des **infrastructures accessibles** (transports adaptés, logements sécurisés, espaces publics inclusifs) ainsi que des **services dédiés** (plateformes d'information, accompagnement numérique, services de proximité).

LE DÉVELOPPEMENT DE LA FORMATION

Former les professionnels, les aidants, ainsi que le grand public est essentiel.

Les campagnes de sensibilisation sur l'importance du dépistage précoce et des pratiques favorisant le bien vieillir sont des leviers clés. De plus, **la mise en place de plans de formation et de sensibilisation en entreprise** pour accompagner les futurs retraités, ainsi qu'un meilleur accès à l'information sur les dispositifs publics et privés existants, constituent des priorités.

LA VALORISATION DE LA PARTICIPATION CITOYENNE DES SENIORS

Il convient de **reconnaître et de promouvoir le rôle actif des seniors dans la société quelle que soit leur situation**. Leur engagement dans des activités sociales, culturelles, et civiques doit être encouragé, contribuant à leur épanouissement personnel et au renforcement du tissu social.

L'adoption d'une culture préventive du vieillissement représente un enjeu stratégique majeur pour notre société. Elle nécessite une mobilisation concertée des pouvoirs publics, des collectivités territoriales, des acteurs de la santé, et de la société civile. **En investissant dans la prévention, nous construisons une société plus inclusive, plus solidaire, et préparée aux défis de demain.**

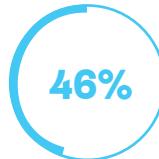
DÉFI N°3

innover pour garantir l'accès aux soins des seniors

L'accès aux soins reste un défi concret et immédiat pour les seniors. Le baromètre montre que **près de la moitié d'entre eux estime que les professionnels de santé ne sont pas suffisamment disponibles**. Qu'ils vivent en ville ou en zone rurale, ce manque de disponibilité est désormais ressenti de la même manière par l'ensemble des répondants.

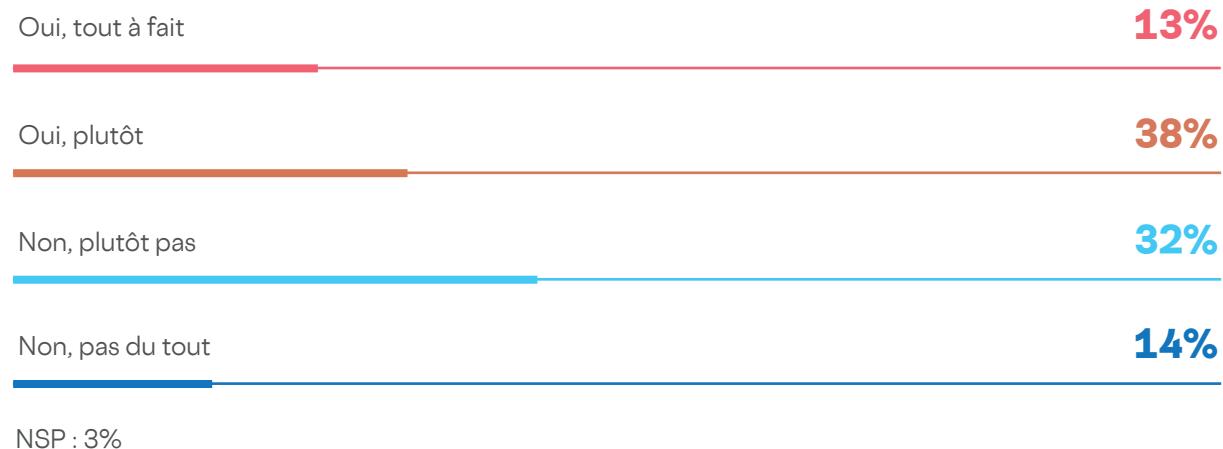
Pour répondre à ce défi, l'Observatoire Seniors et société encourage le déploiement de solutions de santé innovantes, qui vont vers le patient. **Les services de santé mobiles et le développement de la télémédecine** sont des dispositifs concrets et qui font déjà leur preuve sur le territoire national. Sur ce point, **l'intelligence artificielle promet également d'alléger les tâches administratives des professionnels du soin et de l'accompagnement**. La mutuelle Intégrance, via son fonds de dotation ABILITIS, a publié un livre blanc « **IA et maintien à domicile : réalité ou fiction ?** » qui plaide pour le lancement d'un appel à projets national qui financerait les initiatives liées à l'IA et au soutien à domicile des personnes vulnérables.

La révolution numérique d'il y a 30 ans a parfois creusé les inégalités. Nous n'avons pas le droit de reproduire les mêmes erreurs. Agissons maintenant, pour que l'innovation ne crée pas de nouvelles exclusions mais ouvre la voie à un accompagnement plus juste, plus efficace, plus humain.



estiment que les professionnels de santé ne sont pas suffisamment disponibles

Avez-vous le sentiment que les professionnels de santé et de soin autour de vous sont suffisamment disponibles ?*



*question posée à l'ensemble du panel

conclusion

Le premier baromètre de l'Observatoire Seniors et société montre bien que la question du vieillissement ne peut se résumer aux seuls enjeux purement sanitaires ou financiers. **O'est un enjeu de société.** Une part significative des retraités réussit à se construire un bien-être personnel solide, tout en ressentant une forme de divorce avec le projet collectif. **La lutte contre les stéréotypes liés à l'âge, le développement de modes d'accompagnement plus divers et respectueux, la création de financements de compensation des fragilités devraient être les grandes priorités des politiques publiques.** Reste également à les écouter dans leur diversité et à ne pas considérer les retraités comme un bloc homogène.

Plus qu'un état des lieux, ce premier baromètre de l'Observatoire Seniors et société est **un outil de prospective.** Le signal d'alerte le plus fort qu'il nous envoie concerne justement tout autant les retraités actuels que ceux de demain. **Car les actifs d'aujourd'hui, qui seront les aînés des années 2040-2050, expriment déjà des fragilités et des craintes qui préfigurent les défis à venir.** Une majorité des 35-49 ans estime ainsi que la génération suivante vivra moins bien que la leur (62 %), et plus d'un tiers des non-retraités se déclare d'ores et déjà pessimiste à l'idée de leur propre retraite (baisse du pouvoir d'achat, appréhension de la dégradation de l'état de santé, etc.).

Or, laisser ces difficultés s'installer aujourd'hui, c'est prendre le risque de voir la part des retraités en "fragilité" - actuellement de 10 % - s'accroître de manière considérable dans les décennies à venir. C'est tout le sens de la démarche de cet Observatoire : **anticiper ces basculements pour éclairer les décisions publiques et privées et bâtir une société où chaque âge a sa place.**

Porté par la mutuelle Intégrance, l'AD-PA et l'association Citoyennage, l'Observatoire Seniors et société réalisera un nouveau baromètre dans deux ans.

Mutuelle Intégrance

Créée à l'initiative de personnes handicapées, de familles et de professionnels du secteur sanitaire et médico-social, la mutuelle Intégrance apporte, depuis 45 ans, des solutions innovantes en complémentaire santé, assistance, prévoyance et épargne. Elle fournit des réponses concrètes et pérennes à ses adhérents, qu'ils soient particuliers, associations ou entreprises. La Mutuelle place au cœur de son engagement et de son développement l'accompagnement des personnes les plus vulnérables en mettant tout en œuvre pour renforcer l'autonomie et défendre les droits des personnes qu'elle protège. Intégrance a été la première mutuelle nationale agréée "Entreprise solidaire d'utilité sociale (ESUS)".



Association des Directeurs au service des Personnes Âgées (AD-PA)

L'Association des Directeurs au service des Personnes Âgées (AD-PA) regroupe les directrices et directeurs de services à domicile et d'établissements pour personnes âgées de tous statuts. Cette association de personnes physiques compte aujourd'hui deux mille adhérents répartis dans toute la France et a pour objet de favoriser l'expression des personnes âgées fragilisées, de leurs familles et des professionnels. Les services de l'AD-PA se répartissent en quatre grands blocs : représentation de la profession (pouvoirs publics et médias) ; création de réseaux locaux de directeurs ; suivi de l'actualité (lettre hebdomadaire et revue trimestrielle «Directeurs» diffusée à 17 000 exemplaires) ; formation.



Association Citoyennage

Citoyennage est une association qui lie Citoyenneté et Grand âge. Parce que l'on reste citoyen toute sa vie et que l'âge et la fragilité ne constituent pas un frein à la libre expression et au libre arbitre. Malgré les difficultés liées à l'âge et parfois à la vulnérabilité, les personnes âgées accompagnées en établissement ou à domicile sont les mieux placées pour parler de la vieillesse, de leur quotidien et des moyens d'améliorer leur qualité de vie.

A travers l'organisation de rencontres régulières et d'un colloque annuel, Citoyennage donne aux personnes âgées accompagnées l'occasion d'échanger sur leurs idées et leurs envies et d'agir sur leur quotidien.



Institut Viavoice

Viavoice est un institut d'études et de sondages indépendant qui réalise des analyses sociologiques, à visées opérationnelles.

Il travaille sur l'analyse des tendances de société et la détection des signaux faibles.

Il aide les entreprises privées et publiques, les organisations et les fondations à mieux comprendre leurs différents publics : identifier leurs visions du monde, leurs attentes et leurs besoins.



Le baromètre est composé :

- D'une enquête quantitative réalisée en ligne du 13 au 23 juin 2025 auprès d'un échantillon de 1 700 personnes : 1 000 personnes représentatives de la population française âgée de 18 ans et plus résidant en France et 700 retraités.
- D'une enquête qualitative : 10 entretiens de 45 minutes à 1 heure réalisés en visio ou par téléphone

VIAVOICE

CONTACTS PRESSE

Hâ-Hâ & Associés

Maxence Challut

maxence.challut@ha-ha.fr

06 40 78 86 19

Fatima Benhamouda

fatima.benhamouda@ha-ha.fr

07 67 91 07 57

CONCEPTION GRAPHIQUE

deux:

Integrance

www.integrance.fr 

Siège social
51 rue Paul Meurice
CS 51111
75970 Paris CEDEX 20



Novembre 2025

Intégrance est une mutuelle soumise aux dispositions du Livre II du Code de la mutualité, immatriculée au Répertoire SIRENE sous le n°340 359900 et soumise au contrôle de l'ACPR - Siège social : 51 rue Paul Meurice, CS 51111, 75970 Paris CEDEX 20.

EN PARTENARIAT AVEC

CITOYENNAGE
La parole des personnes âgées

AD-PA
Les personnes âgées - Les directeurs