



La participation et la contribution économique, sociale et environnementale des seniors

Revisiter et renouveler les regards sur l'âge et les seniors

Rapport du Conseil de l'âge

17 septembre 2025

Synthèse du rapport : principaux constats, orientations et propositions

Le rapport du Conseil de l'âge sur la participation sociale et la contribution économique, sociale et environnementale des seniors est le fruit d'un travail mené entre septembre 2024 et juillet 2025. Il se propose de revisiter et renouveler nos visions de l'avancée en âge et des seniors, en s'inscrivant dans une démarche de lutte contre l'âgisme. En mettant en évidence l'importance des activités et de la contribution à l'activité économique et sociale de notre pays de la participation sociale et la contribution économique des seniors, il invite à nuancer le préjugé de la « charge nette » qu'ils représenteraient pour notre pays : loin de l'image passive, les seniors (définis ici comme les personnes de 65 ans et plus) peuvent constituer de véritables moteurs d'actions collectives, acteurs essentiels de leurs entourages et communautés, et créateurs de valeur.

La première partie du rapport dresse un portrait des profils et aspirations des seniors, et de leurs modes d'implication dans la vie sociale. Déjà très divers aujourd'hui, ils le seront plus encore demain : la structure de la population âgée, stable depuis le début des années 2000, évoluera significativement, avec une proportion croissante de 75 ans et plus, et davantage même de 85 ans et plus. Si son niveau de vie a progressé au fil des générations jusqu'à présent, cette tendance sera moins vérifiée à l'avenir, avec une prévision de baisse relative de son niveau de vie moyen par rapport aux actifs. On relève une hétérogénéité des parcours au moment du départ à la retraite, où près de la moitié des nouveaux retraités voient leur niveau de vie augmenter. Le bien-être exprimé par les seniors est comparable à celui des autres classes d'âge, sans dégradation sensible après la retraite, et la satisfaction liée au temps disponible est même la plus élevée chez les 65 ans et plus.

En termes d'activités, les personnes âgées de plus de 65 ans sont majoritairement sorties de l'emploi, mais cette situation évolue sous l'effet des réformes qui repoussent l'âge effectif de départ à la retraite. Le temps « disponible » s'accroît par rapport à la vie en emploi, mais il est de plus en plus tourné « sur soi », avec une augmentation des activités passives comme la télévision pour les plus âgés. L'aide à l'entourage a reculé depuis 1999, bien que les retraités restent des acteurs importants dans la garde des petits-enfants. On observe un pic d'aide entre 50 et 70 ans, lié aux cycles de vie et aux besoins des générations ascendantes et descendantes.

La deuxième partie du rapport pointe les singularités et défis de la participation sociale des seniors. L'investissement associatif des seniors a connu une baisse structurelle depuis le milieu des années 2010, bien que la participation des plus de 75 ans ait montré un regain récent. L'engagement syndical s'érode également à tous les âges, et particulièrement chez les plus âgés. Concernant la vie politique, les seniors sont surreprésentés dans certaines fonctions électives locales (maires, présidents de conseils départementaux/régionaux) et au Sénat, même si leur proportion globale a diminué après 2020. Paradoxalement, les seniors « inactifs » ou retraités sont sous-représentés dans les dispositifs de réserves, notamment sanitaire, malgré leur disponibilité, et le Conseil de l'âge appelle à des stratégies ciblées pour favoriser leur participation à ces dispositifs.

Un des enseignements majeurs du rapport est l'effet protecteur de la participation sociale sur le recul des besoins d'aide à l'autonomie. Des études européennes, comme celles basées sur l'enquête SHARE, montrent que les seniors qui pratiquent des activités socialisées ont en moyenne des besoins d'aide à l'autonomie plus tardifs que les autres. Cependant, le rapport met en garde contre un biais de causalité inverse, les personnes déjà en bonne santé participant davantage *ex ante*.

Plus important encore, la participation sociale peut aussi renforcer les inégalités sociales liées au vieillissement, car ce sont souvent les personnes en meilleure santé et issues des catégories socio-professionnelles supérieures qui participent le plus en proportion et bénéficient de ces effets



protecteurs. La participation est également influencée par le genre (elle est majoritairement masculine mais l'écart entre sexes se réduit), l'état de santé (très structurant, surtout pour les plus âgés), le statut marital et l'optimisme en l'avenir.

Le Conseil de l'âge appelle donc à promouvoir activement les diverses modalités de participation sociale et citoyenne auprès des populations où elle est plus faible (femmes, faibles diplômés/revenus, personnes avec des limitations) afin de réduire ces inégalités.

Les organisations associatives et syndicales font face à des difficultés pour renouveler leurs adhérents et militants seniors, en raison de l'usure issue de la vie professionnelle, du sentiment de décalage des « nouveaux » seniors avec les structures existantes et des évolutions de leurs attentes.

Pour surmonter ces freins, le rapport explore des pistes pour repenser l'accompagnement à la participation. Il suggère de renforcer les dispositifs de l'inter-régimes de retraite pour informer et orienter les futurs ou jeunes retraités, d'accueillir et accompagner avec plus d'attentions les nouveaux bénévoles en tenant compte de leurs motivations et compétences, en proposant des formats d'engagement souples pouvant être soit ponctuels, soit conduisant à des responsabilités au sein de la gouvernance. Le renforcement du collectif et la valorisation de la dimension relationnelle sont également des leviers essentiels.

Des obstacles financiers et administratifs subsistent, notamment le manque d'incitations fiscales pour les bénévoles (à l'exception de la réduction d'impôt pour les frais engagés) et le cloisonnement des financements publics qui freine le soutien aux initiatives intergénérationnelles. Le Conseil de l'âge propose de rendre la fiscalité du bénévolat plus juste et incitative, en couvrant la prise en charge des frais engagés par un crédit d'impôt, et en assouplissant les critères de financement des actions collectives, intergénérationnelles ou « multi-publics ».

En matière de représentation, il est relevé que les limites d'âge pour les mandats, notamment dans les organismes de Sécurité sociale (OSS), sont de moins en moins pertinentes compte tenu de l'allongement des carrières et de l'espérance de vie. Le Conseil de l'âge estime qu'une évolution est nécessaire pour permettre un premier mandat d'administrateur ou de conseiller à tout le moins jusqu'à 70 ans révolus dans les OSS, et suggère de privilégier la limitation du nombre de mandats consécutifs plutôt. Les limites d'âge sont des vecteurs d'âgisme et ne constituent pas le meilleur outil pour atteindre les objectifs légitimes de renouvellement régulier des administrateurs ou de juste représentation de toutes les générations.

Enfin, la troisième partie analyse la participation sociale des seniors sous le prisme de leurs contributions économiques, sociales et environnementales. La participation accrue des seniors au marché du travail, due notamment aux réformes des retraites, est un facteur avéré de contribution à l'augmentation du taux d'emploi, à l'augmentation de la richesse nationale et au financement de la protection sociale. Cependant, cela peut aussi réduire leur temps disponible pour d'autres formes de contributions sociales. La consommation des ménages âgés, qui a longtemps été stable, est désormais fortement croissante après 45 ans, en particulier la consommation marchande, et fléchit moins que par le passé après le départ à la retraite.

Les seniors détiennent un patrimoine net nettement plus élevé que les actifs, ce qui s'explique par des effets de cycle de vie mais aussi les conditions favorables qu'ils ont rencontré pendant leur vie active. Ce patrimoine est principalement composé de biens immobiliers – il s'agit pour près de 70 % d'entre eux de leur résidence principale. L'épargne accumulée se traduit par des donations au bénéfice des générations plus jeunes, les plus de 70 ans étant les ménages les plus généreux à ce titre, le plus souvent en faveur de leurs enfants et petits-enfants.

Au-delà de leur poids dans la consommation totale et les transferts alimentant celle des générations plus jeunes, le Conseil rappelle que la contribution des plus de 50 ans par le biais des tâches réalisées pour autrui (domestiques, aide informelle, associatives) est significative, estimée entre 0,5% et 1,9% du PIB.

Comme le Conseil de l'âge l'a déjà démontré, on ne peut pas juger de la situation actuelle et future des seniors à l'aune du destin des générations du baby-boom. Jamais l'augmentation du niveau de vie par générations successives dans l'histoire de notre pays n'avait été aussi forte et rapide, jusqu'au « plafond » constaté depuis le milieu des années 1990.

La situation actuelle des retraités est donc exceptionnelle en moyenne (près de 11 % vivant néanmoins sous le seuil de pauvreté) et leur niveau de vie élevé « transitoire ». En dépit des effets des réformes des retraites, ils continueront à voir leur niveau de vie progresser en termes absolus mais celui-ci baissera relativement à celui des actifs, ce qui pourrait rendre les freins financiers à la participation encore plus aigus à l'avenir - et ce d'autant plus si le cumul emploi / retraite continue de progresser.

Par ailleurs, l'idée que les retraités représentent une charge importante pour la solidarité nationale doit être relativisée. Sur la base des travaux de l'Insee sur la redistribution élargie par âge, le Conseil de l'âge note que si l'on considère les pensions de retraite comme des revenus liées à un salaire différé et non à une prestation sociale perçue, et quand bien même les dépenses de santé sont plus importantes aux âgées élevés, les personnes vivant en France de 65 ans et plus bénéficient autant que les plus jeunes générations de la redistribution et des services publics.

Le rapport aborde enfin les défis intergénérationnels de la conciliation entre transition démographique, écologique et numérique. Les adultes plus âgés et retraités sont souvent pointés du doigt pour avoir adopté des modes de consommation non durables et négligé leur impact sur la planète. Entre 1950 et 1970, les émissions de CO² ont fortement augmenté, du fait de la croissance économique et du développement des transports mécaniques notamment. En réduction globale depuis les années 1990, la consommation énergétique des ménages augmente avec l'âge (après neutralisation des effets de taille de ménage et de revenu) en raison de dépenses à plus forte intensité carbone (frais de santé, logements anciens).

Les seniors affichent désormais un niveau de préoccupation vis-à-vis des effets du changement climatique légèrement supérieur à la moyenne de la population. Le secteur de l'autonomie a une empreinte carbone significative et croissante, qui peut être maîtrisée en investissant dans des organisations et fonctionnements moins intenses en dépenses énergétiques. La *silver* économie, axée sur les besoins des personnes âgées, est une opportunité économique pour revitaliser les territoires ruraux et périurbains, à condition de garantir une offre de services socialisés suffisante et accessible financièrement. Le Conseil de l'âge appelle à une loi de programmation de la transition démographique pour adapter les infrastructures et services et créer un écosystème où les trois transitions – démographique, numérique et écologique – se renforcent mutuellement, notamment en favorisant l'appropriation du numérique par les seniors pour un mode de vie plus durable et inclusif.

Sommaire

Synthèse du rapport : principaux constats, orientations et propositions	3
Introduction	9
Partie 1	15
Des profils et des aspirations des seniors aussi diversifiés que leurs activités de participation sociale.....	15
I. Qui sont les seniors aujourd’hui ?	15
A. Une population dont la structure évolue peu depuis le début des années 2000 mais qui évoluera substantiellement à l’avenir.....	15
B. Une population dont le niveau de vie progressait au fil des générations jusqu’à aujourd’hui, ce qui serait moins vrai dans le futur	16
C. Une population dont le « bien-être » est comparable à celui des autres classes d’âge	18
II. Que font les seniors aujourd’hui ?	19
A. Une population très majoritairement hors emploi mais des évolutions en cours	19
B. Des temps « disponibles » plus importants et plus tournés « sur soi »	21
C. Une baisse des temps consacrés aux activités « collectives ».....	25
1. L’investissement associatif	25
2. La participation syndicale.....	26
3. L’investissement dans la vie politique.....	27
4. La participation aux dispositifs des réserves.....	28
III. Quels sont les liens entre la participation sociale et un possible recul des besoins d’aide à l’autonomie ?	30
A. Les méthodes pour identifier les liens entre la participation sociale et la prévalence des besoins d’aide à l’autonomie	31
B. Un effet protecteur de la participation sociale qui « retarderait » en moyenne les besoins d’aide à l’autonomie	31
C. La participation sociale peut également renforcer les inégalités sociales liées au vieillissement si elle se développe au détriment des catégories de population où elle est plus faible.....	33
Partie 2	35
La nécessaire prise en compte des singularités et des défis de la participation sociale des seniors	35
I. Un engagement social des seniors en pleine évolution.....	35



A.	Une participation à des activités socialisées majoritairement masculine et dépendante de l'état de santé	35
1.	Les déterminants de la participation associative en France	35
2.	La participation à des activités socialisées en comparaison internationale ..	39
B.	Des démarches visant à guider les seniors vers la participation	42
II.	Les freins au développement de la participation sociale.....	43
A.	De la difficulté de « renouveler » les adhérents/bénévoles/militants	43
B.	Le besoin de repenser l'accompagnement et de lever les freins à la participation	45
1.	Les actions permettant de relancer l'investissement auprès d'associations .	45
a.	Mieux orienter les personnes vers la participation et le bénévolat.....	45
b.	Mieux accompagner les personnes dans le bénévolat.....	48
c.	La question à traiter des freins à l'engagement	51
2.	Les réflexions et orientations pour soutenir l'exercice de fonctions de représentation	52
a.	L'existence de limites d'âge peu contraignantes pour l'exercice d'une majorité de mandats.....	52
b.	Zoom sur la représentation actuelle des seniors dans les OSS.....	54
Partie 3	57
	Au-delà des idées reçues : la participation sociale des seniors sous le prisme de leurs contributions économiques, sociales et environnementales	57
I.	La contribution des seniors à la création de richesse (PIB)	57
A.	La contribution des seniors au marché du travail.....	57
B.	La contribution des seniors à la consommation des ménages	59
C.	La contribution des seniors à l'investissement	61
D.	De la <i>silver</i> économie au développement territorial	63
II.	Les seniors et la redistribution.....	67
A.	Les seniors et la redistribution globale en France	67
B.	Les seniors et les donations.....	70
C.	La valorisation des tâches pour autrui	72
III.	Aspects environnementaux : contribution à la consommation d'énergies fossiles et aux émissions de CO2 des ménages plus âgés	73
A.	La consommation énergétique des ménages en fonction de l'âge	73
B.	La consommation et les émissions de la branche Autonomie.....	74

Introduction

En application du programme de travail du HCFEA adopté en assemblée plénière en janvier 2024, les séances et travaux du Conseil de l'âge du second semestre 2024 et du premier semestre 2025 se sont organisés autour du thème général de **la lutte contre l'âgisme**, au travers de trois démarches :

- La diffusion d'une **enquête d'opinion en population générale sur la perception de la vieillesse, des personnes âgées et de l'âgisme** ;
- De nouveaux travaux autour du **lexique de l'âge et des personnes âgées** ;
- Une étude sur **la participation sociale et la contribution économique, sociale et environnementale des seniors**, qui sont l'objet de cette note de cadrage.

La meilleure connaissance et la valorisation économique et sociale de la contribution et de la participation des seniors présente un intérêt en soi. Le Conseil de l'âge avait noté qu'un rapport sur l'engagement bénévole devait être remis par le gouvernement au Parlement¹. Mais elle peut également constituer un appui pour combattre les préjugés sur la « charge nette » que les 65 ans et plus représenteraient pour notre pays. Or, le vieillissement de la population n'est pas à considérer uniquement sous l'angle d'un risque social débouchant sur des coûts qu'il faudrait minorer : les progrès de la longévité sont également à considérer comme une source potentielle de nouvelles ressources qu'ils apportent en santé, en compétences et en création de richesses. A ce titre, une meilleure connaissance et leur mise en valeur peuvent être un vecteur de lutte contre l'âgisme.

Dans le cadre des présents travaux, le terme « seniors » sera employé, par souci de clarté et d'aisance de lecture, pour désigner les personnes âgées de 65 ans et plus. Au sein de cette population des seniors, les travaux s'attacheront à prendre en compte et à présenter son hétérogénéité selon la tranche d'âge ainsi que les potentiels effets de la longévité sur des générations différentes.

Revisiter et renouveler les visions sur le grand âge – la participation sociale des seniors

Dans le contexte de la longévité et de l'avancée en âge de la population, la question de la participation sociale des seniors doit permettre de revisiter et renouveler les visions sur le grand âge et dépasser celles marquées par l'inactivité et le désengagement. De fait, et contrairement aux idées reçues qui peuvent les positionner comme des réceptacles passifs d'attentions et de services, les seniors peuvent également agir comme « moteurs » d'actions collectives, acteurs essentiels, par leur implication à leurs communautés, et être créateurs de richesse.

La participation sociale est un concept ambigu et polysémique, car sa définition, ses usages, ses caractéristiques ainsi que ses indicateurs ne font pas consensus et restent tributaires des champs disciplinaires dans lesquels ils sont mobilisés².

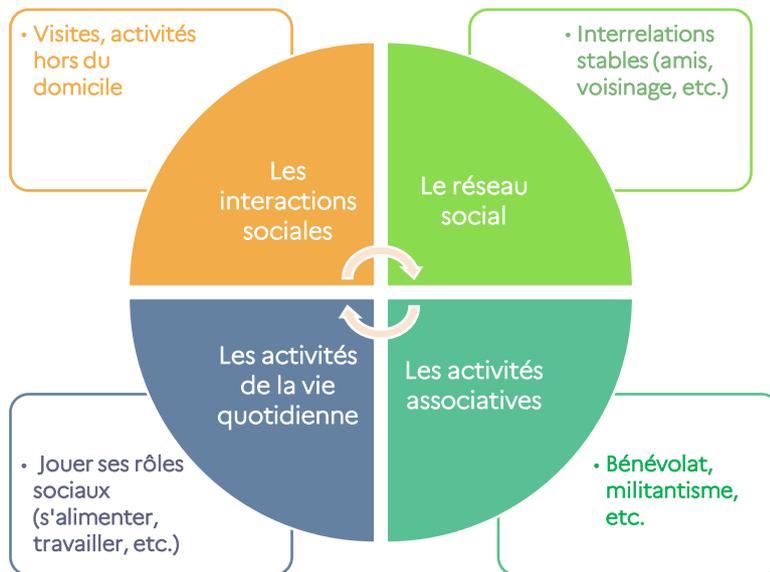
¹ L'article 10 tiret XXXI de la loi de financement rectificative de la sécurité sociale pour 2023 prévoit que « Dans un délai d'un an à compter de la promulgation de la présente loi, le Gouvernement remet au Parlement un rapport sur les conséquences du présent article sur l'engagement de la population au sein d'activités bénévoles, qui étudie en particulier les moyens de valoriser cet engagement bénévole dans les modalités de calcul de la pension de retraite. ».

² Raymond É., Gagné D., Sévigny A., Tourigny A., « La Participation sociale des aînés dans une perspective de vieillissement en santé. Réflexion critique appuyée sur une analyse documentaire », Direction de santé publique



En gérontologie sociale, cette notion recouvre un large spectre d’activités diversifiées « offrant des possibilités d’interactions avec d’autres individus et avec la communauté » que l’on peut regrouper en quatre « familles sémantiques » (figure I – les interactions sociales ; les activités de la vie quotidienne ; le réseau social ; les activités associatives) pour décrire la participation sociale des seniors³.

Figure I | Les quatre « familles » de la participation sociale des seniors



Source : SG du HCFEA, à partir de Marchand Isabelle et Laau-Laurin Olivier, « La participation sociale des personnes âgées : un pilier au développement des communautés locales ? », Revue Interventions économiques, avril 2024.

La participation sociale fait ainsi référence à un ensemble de pratiques qui, si elles ne sont pas spécifiques au processus d’avancée en âge ou à la période de la vieillesse, n’en prendraient pas moins des formes particulières à cette occasion⁴. La participation sociale des seniors se distingue de celle de la population générale par le fait qu’elle ne peut plus prendre pleinement appui sur les lieux de socialisation que sont le monde du travail ou celui de la parentalité⁵.

La participation sociale devient alors cruciale pour que les personnes restent membres et/ou actrices de leur communauté, et selon des degrés divers selon leurs âges⁶.

de l’Agence de la santé et des services sociaux de la Capitale-Nationale, Institut national de santé publique du Québec, Centre d’excellence sur le vieillissement de Québec et Institut sur le vieillissement et la participation sociale des aînés de l’université Laval, 2009.

³ Marchand I. et Laau-Laurin O., « La participation sociale des personnes âgées : un pilier au développement des communautés locales ? », Revue Interventions économiques, avril 2024.

⁴ ILVV, « Participation et citoyenneté à tous les (ét)âges », 5^e école d’automne, novembre 2023.

⁵ Observatoire Spinoza, « Vieillir heureux : innover et changer le regard pour une société plus unie », étude en partenariat avec l’Agirc-Arrco et l’institut Think », novembre 2023.

⁶ Dans le cadre des présents travaux, le Conseil de l’âge n’attache pas de façon centrale au sujet, par ailleurs important, de la participation des seniors à la définition et la mise en œuvre des politiques ou dispositifs de protection sociale les concernant directement ou indirectement. Sur ces aspects, voir « La participation citoyenne directe dans les politiques de solidarité : état des lieux et perspectives » (rapport public de l’Igas, avril 2024) qui comporte une annexe spécifique aux « personnes âgées » pour laquelle le Conseil de l’âge avait été entendu.

Revisiter et renouveler les visions sur le grand âge – les préalables

Une approche politique globale et positive de la contribution économique et sociale du bénévolat et de la participation sociale des seniors requiert ainsi deux préalables, au-delà de leurs âges : d'une part la prise en compte de la variété des expériences individuelles – et donc des parcours de vie –, d'autre part la reconnaissance de l'influence des déterminants socio-économiques, lesquels façonnent les trajectoires du vieillissement⁷.

Pour cela et pour favoriser cette approche globale et positive, l'approche du Conseil de l'âge prend en compte, outre les questions des différentes classes d'âge, à la fois la variété des expériences individuelles et l'influence des déterminants socio-économiques qui façonnent les trajectoires de la participation sociale.

Cette approche permet d'identifier, sans les stigmatiser ni les culpabiliser, celles et ceux qui, faute des dispositions adéquates (sociales, économiques, relationnelles, etc.), ne sont pas en capacité d'atteindre les « modèles » promus du « bien vieillir ». Dans ce sens, avoir une connaissance plus fine des causes de la non-participation sociale des seniors (au-delà de l'avancée en âge comme le manque de confiance en soi et l'autocensure, le fait d'avoir un mauvais vécu de ses dernières années de vie professionnelle, etc.) est essentielle pour bien évaluer la participation sociale des seniors.

L'étude sur la participation sociale aborde donc ces questions essentielles des aspirations des seniors et de ce qui influe sur leur qualité de vie, leur pleine citoyenneté ainsi que leurs apports à la société et à sa cohésion, en fonction de différents profils et caractéristiques (âge, état de santé, niveau de vie etc.). Elle s'intéresse également aux arbitrages faits entre temps « pour soi » et « pour les autres ».

Revisiter et renouveler les visions sur le grand âge – la contribution économique et sociale des seniors

L'étude s'est attachée à l'analyse des différentes formes de contributions et participations sociales des seniors, ainsi qu'à leur valorisation qualitative mais aussi monétaire lorsque possible. Cela s'est avéré plus faisable pour des activités d'aide directe (activités associatives ou de l'aidance) que pour les interactions sociales de visite ou de voisinage qui, très importantes notamment pour le lien social et la lutte contre l'isolement, ne sont pas aisément et directement quantifiables⁸.

Ce travail de valorisation de la participation sociale des seniors a permis ainsi, lorsque c'est possible, d'analyser la place des seniors en tant qu'acteurs économiques et sociaux et leur contribution au PIB (figure II). Il permet également de positionner la situation des seniors par rapport à la redistribution élargie, intégrant donc l'ensemble de ce qu'ils reçoivent et de leurs contributions (dans sa composante monétaire et non monétaire, et de transferts publics et privés).

La contribution des seniors au dynamisme et à la croissance économique est, de fait, une question complexe et multifacette, car elle implique plusieurs dimensions économiques et sociales⁹.

Les seniors contribuent ainsi à la croissance économique par leur consommation, leurs investissements, et leur participation à la société. Par exemple, dans le secteur de l'autonomie, des mouvements en cours (virage domiciliaire, aide de proximité) et, partant les objectifs de

⁷ Campéon A., « Enjeux et sens de la participation sociale dans les politiques de la vieillesse », La santé en action Santé public France, mars 2018.

⁸ Voir à ce titre la partie « Renforcer les actions visant à accompagner l'accès aux droits, la mobilité et la lutte contre l'isolement » du rapport du HCFEA, « Bien vivre et vieillir dans l'autonomie à domicile », rapport du Conseil de l'âge, février 2024.

⁹ Credoc, « Le pouvoir et le rôle économique des plus de 50 ans », rapport réalisé à la demande de l'International longevity centre, novembre 1996.



décarbonation du secteur¹⁰, seraient potentiellement questionnés par une baisse de la participation sociale des seniors sous la forme d’aides informelles et d’aidance.

Figure II | La contribution des seniors à la croissance économique



Source : SG du HCFEA.

Toutefois, ces contributions doivent être équilibrées avec les défis posés par le vieillissement de la population, l’évolution de la société et les pressions financières potentielles sur le système de protection sociale¹¹.

Sur la base de la note de cadrage adoptée par ses membres, le Conseil de l’âge a conduit ses travaux entre septembre 2024 et juillet 2025 sous le pilotage de Marco Geraci, secrétaire général adjoint du HCFEA, appuyé par Anne Penneau et Léa Toulemon (conseillères scientifiques) et Robin Ferez (stagiaire). Il a bénéficié de nombreuses contributions d’institutions membres du Conseil, de personnalités extérieures auditionnées (figure III), ainsi que des services statistiques et instituts de recherche producteurs de données ou d’études. Leur concours a été précieux et ils doivent en être remerciés.

Ces huit séances consacrées à ces travaux lui ont permis de livrer une analyse de la participation et de la contribution économique et sociale que les seniors apportent à partir de l’allocation de leur temps et de leurs ressources, et en tire des orientations, des propositions et des recommandations.

Le présent rapport est organisé autour de trois thèmes/questions, permettant de traiter l’ensemble des problématiques soulevées :

- Quelles sont les aspirations et les profils des seniors qui ont des activités de participation sociale ?
- Quelles sont les singularités de la participation sociale des seniors et ses potentiels défis ?
- Quelles sont les liens entre la participation sociale des seniors et leur contribution économique, sociale, environnementale ?

¹⁰ The Shift Project, « Décarbonons le secteur de l’autonomie », rapport de recherche CNSA/EN3S, avril 2024.

¹¹ HCFIPS, « Pour des finances sociales soutenables, adaptées aux nouveaux défis », Rapport à la demande du Premier ministre, janvier 2022.

Figure III | Le programme de travail du Conseil de l'âge sur la participation sociale



Source : SG du HCFEA.



Partie 1

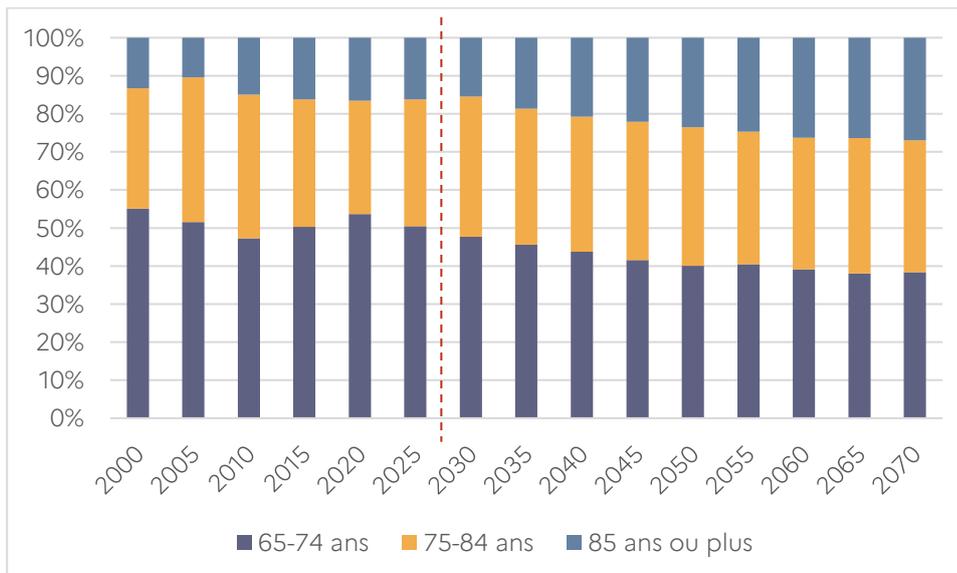
Des profils et des aspirations des seniors aussi diversifiés que leurs activités de participation sociale

I. Qui sont les seniors aujourd'hui ?

A. Une population dont la structure évolue peu depuis le début des années 2000 mais qui évoluera substantiellement à l'avenir

La France va connaître un vieillissement de sa population assez important du fait de l'arrivée des générations nombreuses du « baby-boom » aux âges de la retraite et de l'augmentation continue de l'espérance de vie. Ce vieillissement, qui s'est accéléré à partir du milieu des années 2000, ne s'est pas traduit, jusqu'à aujourd'hui, par une évolution marquée de la structure par âge de la population des personnes âgées de 65 ans et plus depuis les années 2000 (graphique 1).

Graphique 1 | La structure de la population des personnes âgées de 65 ans et plus en France



Source : Insee, estimations de population et scénario central des projections de population 2021-2070.

La population des personnes âgées de 65 ans et plus va toutefois se modifier profondément à l'avenir, avec une part des 65-74 ans qui va baisser de 10 points (de 50 à 40 %) entre 2025 et 2070, quand celles des personnes de 75 ans et plus va augmenter, particulièrement celle des 85 ans et plus qui va doubler sur la période.

Du fait de l'augmentation du nombre de centenaires et même de supercentenaires¹², on doit avoir à l'esprit que la population des seniors va s'étager désormais sur près de 50 ans, de 65 à 115 ans, soit sur une plage d'âges que large celle de l'enfance bien sûr mais aussi, à terme, que celle des actifs.

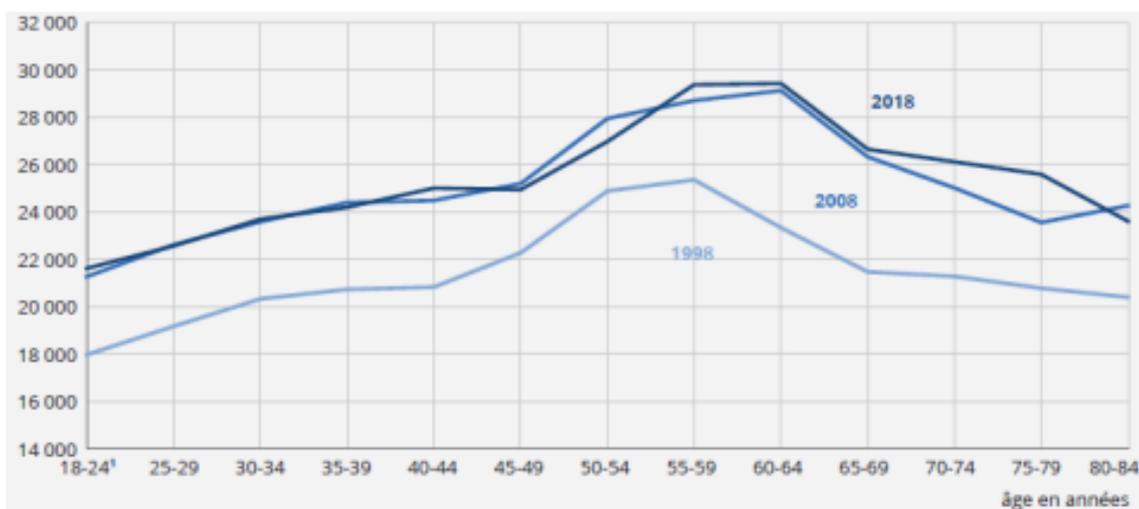
¹² Voir le billet de l'Ined, *L'inexorable augmentation des centenaires et supercentenaires*, avril 2024.



B. Une population dont le niveau de vie progressait au fil des générations jusqu'à aujourd'hui, ce qui serait moins vrai dans le futur

Au sein de cette population des 65 ans et plus, on observe des écarts importants de niveau de vie selon l'âge. Ainsi, en 2018, les niveaux de vie des 60-64 ans sont équivalents à ceux des 55-59 ans et ceux des 65-69 ans (inférieurs d'environ 10 % aux 60-64 ans) à ceux des 50-54 ans¹³ (graphique 2). Les niveaux de vie sont ensuite assez stables entre 65 et 80 ans et ne commencent à baisser qu'après ces âges. Ces écarts entre les âges se sont maintenus sur la période 1998-2018, les niveaux de vie ayant progressé de manière similaire à différents âges, à l'exception des 80-84 ans pour lesquels la progression des revenus a été moins forte.

Graphique 2 | Niveau de vie moyen en euros constants 2018 selon l'âge en 1998, 2008 et 2018



Sources : Insee-DGI, enquête Revenus fiscaux et sociaux rétrosopés 1998 ; Insee-DGFIP-Cnaf-CCMSA, enquêtes Revenus fiscaux et sociaux 2008 et 2018.

Les retraités les plus jeunes ont en moyenne un niveau de vie plus élevé que celui des retraités plus âgés. Ceci s'explique par des pensions de retraite plus élevées que celles de leurs aînés (effet noria), mais aussi par une part de retraités en couple plus élevée aux âges jeunes qu'aux âges élevés¹⁴.

Le phénomène de mortalité différentielle compense un peu ces écarts, les retraités survivant aux âges les plus élevés ayant en moyenne des niveaux de vie plus élevés.

Ces comparaisons de groupes d'âge, avant et après les âges de la retraite, masquent l'hétérogénéité des transitions individuelles. Ainsi, si on considère les individus qui ont pris leur retraite en 2013¹⁵, on observe une baisse de niveau de vie uniquement pour un peu plus de la moitié des individus (56 %), particulièrement marquée pour les personnes appartenant aux déciles supérieurs de niveau de vie en 2010. Près de la moitié des nouveaux retraités (principalement sans emploi, ou avec des revenus inférieurs à moins de l'équivalent de 500 euros par mois sur l'année avant la retraite) voit donc son niveau de vie augmenter lors de leur passage à la retraite.

Les seniors sont par ailleurs plus fréquemment propriétaires de leur logement que les personnes plus jeunes : près de trois-quarts des 70 ans et plus sont dans ce cas contre deux-tiers des 50-59 ans et la

¹³ Insee, « *Revenus et patrimoine des ménages* », Insee références, mai 2021.

¹⁴ En raison des économies d'échelle sur un certain nombre de biens, en particulier le logement, un couple n'a pas besoin du double du revenu d'une personne seule pour avoir le même niveau de vie.

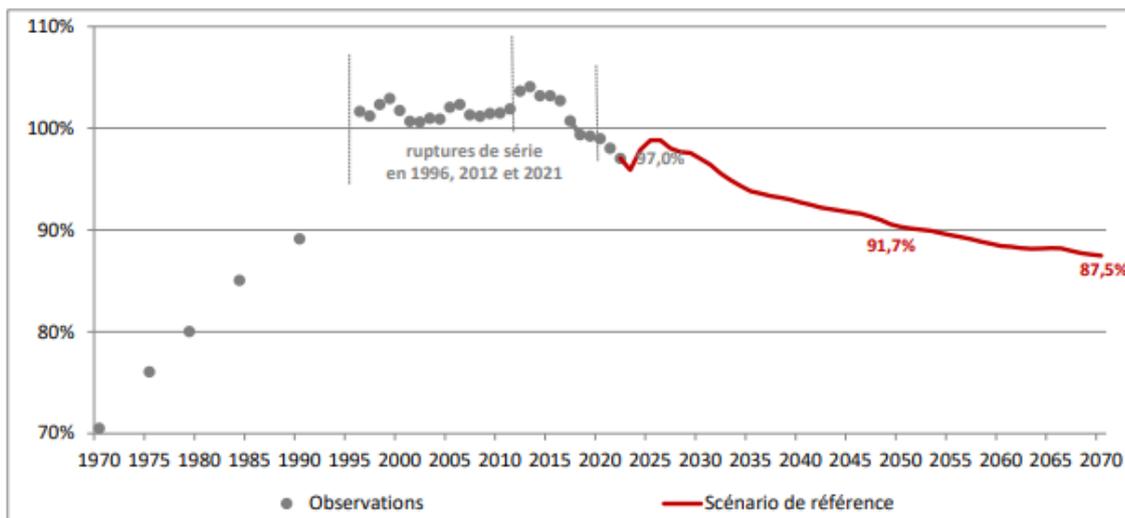
¹⁵ Abbas H., « *Des évolutions du niveau de vie contrastées au moment du départ à la retraite* », Insee Première n° 1792, février 2020.

moitié des 30-39 ans. Tenir compte des loyers imputés (c'est-à-dire les loyers économisés par les propriétaires) place le niveau de vie des seniors au-dessus de celui des âges plus jeunes¹⁶.

Enfin, les besoins et habitudes de consommation évoluent en fonction du cycle de vie¹⁷ : ainsi chez les seniors, le poste alimentation occupe une place plus importante que pour les plus jeunes générations (au détriment des budgets transports et loisirs), ainsi que le poste santé (complémentaire santé, restes à charge). Les ménages dont la personne de référence a plus de 70 ans ont la part la plus importante de dépenses peu compressibles dans leur budget total comparativement à l'ensemble des autres ménages, pouvant réduire leur « reste à vivre » hors épargne.

Si on se projette dans l'avenir, cette relative « bonne » situation en termes de niveau de vie des personnes âgées de 65 ans et plus par rapport au reste de la population¹⁸ est un phénomène « historique » particulier (régimes de retraite avec des règles plus favorables, croissance économique passée, progression de l'activité féminine, etc.). Le niveau des pensions moyennes ne progresse plus depuis la fin des années 2010 (il baisse même depuis 2016 pour les primo-liquidants¹⁹) et à l'avenir, il est à prévoir que le niveau de vie des retraités va baisser, relativement au reste de la population (graphique 3), principalement sous l'effet des revalorisations des droits à retraite (en cours de constitution et après liquidation des droits) sur les prix. Comme le Conseil de l'âge l'a déjà démontré²⁰, on ne peut pas juger de la situation future des seniors à l'aune du destin des générations du baby-boom. Jamais l'augmentation du niveau de vie par générations successives dans l'histoire de notre pays n'avait été aussi forte et rapide, jusqu'au « plafond » constaté depuis le milieu des années 1990.

Graphique 3 | Rapport entre le niveau de vie des ménages dont la personne de référence est retraitée par rapport au reste de la population



Source : [Rapport annuel du Cor](#), juin 2025.

¹⁶ HCFEA, « [Revenus, dépenses contraintes et patrimoine des seniors – État des lieux](#) », note du Conseil de l'âge, avril 2022.

¹⁷ Lelièvre M., Remila N., « [Dépenses préengagées, quel poids dans le budget des ménages ?](#) », Dossiers de la Drees, n° 25, mars 2020.

¹⁸ Notons tout de même que selon l'Insee, 11 % des plus de 60 ans, contre 15,4 % pour l'ensemble de la population, vivent en 2023 sous le seuil de pauvreté en France.

¹⁹ Cheloudko Pierre (sous la direction de), « [Les retraités et les retraites](#) », panorama de la Drees, juillet 2025.

²⁰ Note du Conseil de l'âge [Revenus, dépenses contraintes et patrimoine des seniors – État des lieux](#), 2022.

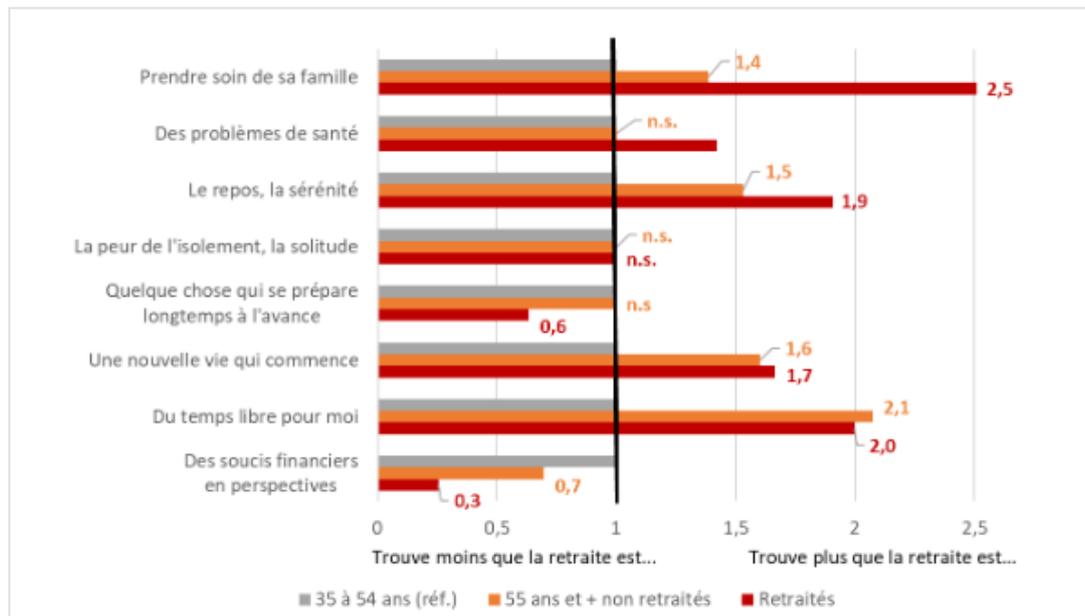


C. Une population dont le « bien-être » est comparable à celui des autres classes d’âge

Les études, notamment celles menées à partir de l’enquête Pat€r²¹, montrent qu’il n’y a pas d’évolution sensible (ni dégradation, ni amélioration marquée) du bien-être des personnes après le passage à la retraite.

Elles ont par ailleurs une représentation relativement juste de ce que va leur apporter, en bien ou en moins bien, le fait de devenir « retraités » lorsque l’on compare les résultats avant et après le départ à la retraite (graphique 4)²².

Graphique 4 | Effet d’être retraité sur la perception de ce qu’est la retraite



Lecture : la probabilité de citer « prendre soin de sa famille » sur la perception de ce qu’est la retraite est supérieur de 1,4 point de pourcentage pour les 55 ans et plus non retraités, et de 2,5 points pour les retraités, par rapport aux 35-54 ans.

Source : Soulat L., « Bien-être des retraités et perception de la retraite », intervention au colloque annuel du Cor, « Bien-être et retraite », décembre 2023.

Si la satisfaction des personnes sur la vie qu’elles mènent²³ est maximale chez les jeunes (7,5 sur 10 pour les 16-29 ans), elle reste proche, bien qu’inférieure, pour les 65 ans ou plus (6,8 sur 10)²⁴. C’est l’état de santé ressenti qui ressort comme le déterminant majeur du niveau de bien-être des plus âgés qui sont plus nombreux à avoir des problèmes de santé : les personnes se déclarant en bonne ou en très bonne santé ont un niveau moyen de satisfaction dans la vie nettement supérieur à 7,0 sur 10 contre 5,3 pour les personnes se déclarant en mauvaise santé et 3,8 pour les personnes se déclarant en très mauvaise santé.

²¹ PATrimoine et préférences vis-à-vis du TEMps et du Risque permet d’interroger un échantillon représentatif de Français sur leurs attentes et perceptions vis-à-vis de la retraite.

²² Soulat L., « L’effet du passage à la retraite sur le bien-être des Français », Questions politiques sociales – les études, caisse des dépôts, avril 2024.

²³ La satisfaction dans la vie, évaluée sur une échelle de 0 « pas du tout satisfait » à 10 « entièrement satisfait », permet de mesurer le bien-être subjectif des personnes.

²⁴ En désagrégeant plus finement les tranches d’âge, on constate une baisse de la satisfaction des personnes sur la vie qu’elles mènent jusque 55-59 ans, puis une hausse au départ à la retraite (la ramenant au niveau des 40-44 ans) et enfin une nouvelle baisse au-delà de 70 ans. Voir Insee, « Satisfaction dans la vie et ses différents domaines », Insee référence, novembre 2021.

Concernant la satisfaction liée au temps disponible pour faire ce qu'on aime, les personnes âgées de 65 ans ou plus attribuent la note la plus élevée (7,7 sur 10), loin devant les autres tranches d'âge. A la différence de la satisfaction « en général », la satisfaction liée au temps disponible pour faire ce que l'on aime est la même quel que soit le niveau de vie²⁵.

II. Que font les seniors aujourd'hui ?

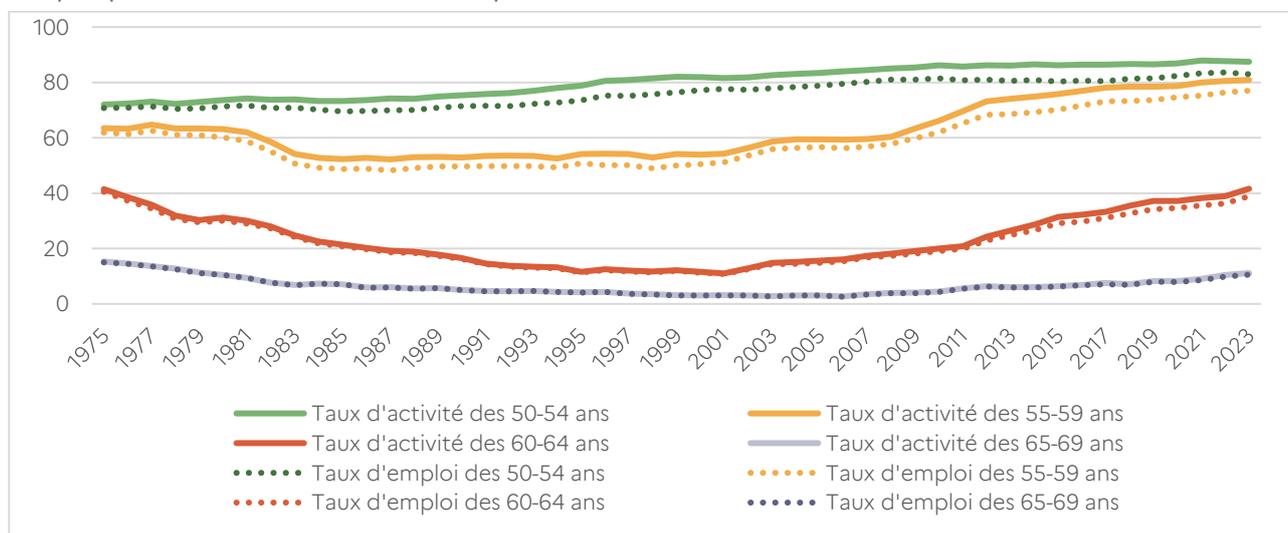
Les perceptions de la vieillesse et des seniors sont ambivalentes, et fortement différenciées en fonction des différentes périodes de l'avancée en âge.

Schématiquement, deux phases, qui ont une incidence forte sur l'emploi du temps des seniors, sont souvent distinguées. D'abord une phase de forte activité et de forts engagements, consécutive à la fin de la période d'activité professionnelle et allant globalement de 65 à 75 – 80 ans. Une phase que les sociologues qualifient de « déprise » peut lui succéder, où les personnes procèdent à une forme de « réaménagement de l'existence marqué, en tendance, par la baisse du nombre et de l'intensité des activités à l'approche du grand âge. Mais derrière cette baisse se jouent de multiples reconversions : les personnes qui vieillissent renoncent à certaines activités, en gardent d'autres, en développent parfois de nouvelles »²⁶.

A. Une population très majoritairement hors emploi mais des évolutions en cours

La participation des seniors au marché du travail n'a cessé de croître ces dernières années, notamment sous l'effet des réformes des retraites successives repoussant l'âge effectif de départ à la retraite (graphique 5).

Graphique 5 | Taux d'activité et d'emploi des seniors de 1975 à 2023



Lecture : entre 1975 et 2023, le taux d'activité des 50-54 ans est passé de 72,0 % à 87,4 %.

Champ : France hors Mayotte, personnes vivant en logement ordinaire âgées de 50 à 69 ans.

Source : Insee, enquête Emploi de 1975 à 2023, séries longues sur le marché du travail.

²⁵ Insee, [fiche 6.7](#), France, portrait social – Insee Références – Édition 2023, novembre 2023.

²⁶ Caradec V., « Le vieillissement au grand âge », Catherine Halpern éd., *Identité(s). L'individu, le groupe, la société*. Éditions Sciences Humaines, 2016, pp. 192-195.

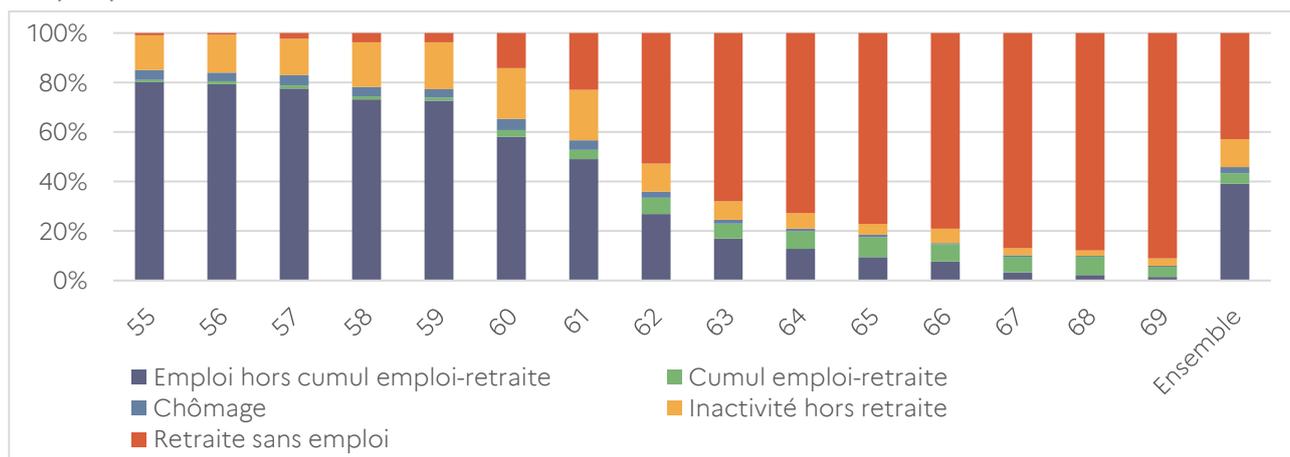


Entre 2018 et 2023, le taux d'activité²⁷ des 55-59 ans a augmenté de 2,5 points (80,9 % en 2023) et s'est rapproché de celui des 50-54 ans (87,4 %). Celui des 60-64 ans a crû de 6,2 points sur ces cinq années, dont +2,7 points en 2023. Ainsi, il atteint 41,6 % en 2023, son plus haut niveau depuis 50 ans²⁸.

La hausse de l'emploi des seniors est le principal facteur des fortes hausses de leur taux d'activité : un tiers des personnes en emploi en 2023 ont plus de 50 ans, contre un cinquième au début des années 2000. Pour autant, la participation des seniors au marché du travail reste très hétérogène en fonction de l'âge : en 2023, plus de huit personnes sur dix sont en emploi à 55 ans, mais cette part baisse à cinq sur dix à 61 ans.

En moyenne entre 55 et 61 ans, 21 % des seniors ne sont ni en emploi, ni à la retraite (graphique 6). À l'opposé, 13 % des retraités en emploi juste avant la première perception de leur retraite continuent à travailler après la liquidation de leurs droits. On retrouve des caractéristiques similaires entre les retraités qui cumulent le plus et ceux qui participent le plus socialement : ils sont moins nombreux parmi les personnes peu ou pas diplômées (9 %) que parmi les diplômés de l'enseignement secondaire (12 %) et surtout supérieur (18 %). Parmi eux, 36 % le font parce qu'ils retirent de la satisfaction de leur travail : ce sont plus souvent des cadres et des indépendants. Dans 38 % des cas, ces retraités le font pour percevoir un revenu complémentaire et relèvent, dans ce cas, d'un profil de cumul emploi – retraite plus « féminin »²⁹.

Graphique 6 | Situation sur le marché du travail des seniors en 2023



Lecture : En 2023, 80,2 % des seniors de 55 ans sont en emploi et ne cumulent pas leur emploi avec la perception d'une retraite.

Champ : France hors Mayotte, personnes vivant en logement ordinaire âgées de 55 à 69 ans.

Source : Insee, enquête Emploi 2023.

L'augmentation des âges de la retraite et de la part des retraités qui continueront d'exercer une activité, dans le cadre du cumul emploi-retraite notamment qui devient créateur de droits

²⁷ Le taux d'activité est le rapport entre le nombre d'actifs (personnes en emploi – actifs occupés – et les personnes au chômage – actifs inoccupés) avec l'ensemble de la population correspondante.

Le taux d'emploi rapporte le nombre de personnes en emploi – ayant travaillé au moins une heure pendant une semaine donnée – à la population totale ou celle d'une classe d'âge.

²⁸ Castelain E., Delaporte A., Rémila N., « La situation des seniors sur le marché du travail en 2023 », Emploi, chômage, revenus du travail - Insee Références – Édition 2024, juillet 2024.

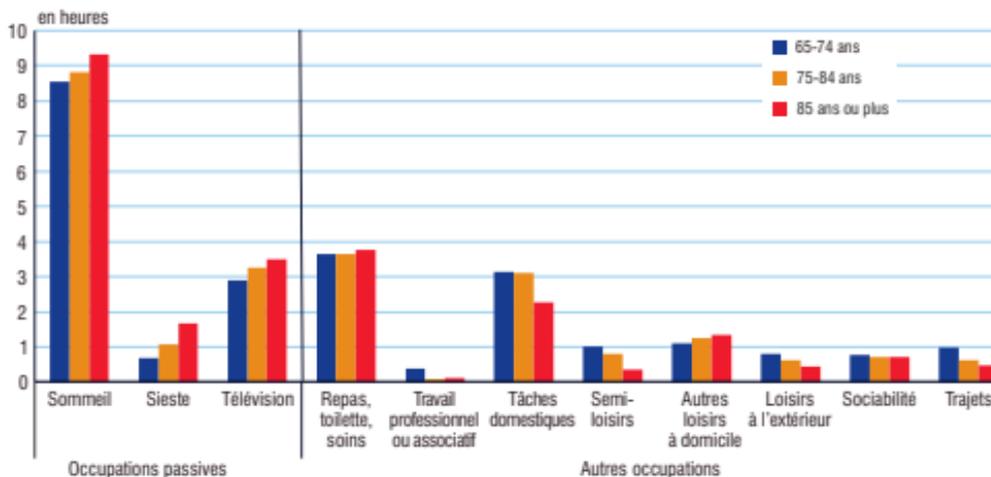
²⁹ HCFEA, « Panorama des comportements conjugaux et configurations familiales chez les seniors », document Éclair'âge du Conseil de l'âge, juillet 2024.

supplémentaires de retraites depuis la réforme de 2023, est susceptible d’avoir une incidence sur le potentiel de seniors s’investissant socialement pour la collectivité (voir *infra*).

B. Des temps « disponibles » plus importants et plus tournés « sur soi »

Du fait de la fin des activités professionnelles, le temps « pour soi » représente une part importante du quotidien d’une majorité des personnes âgées de 65 ans ou plus (graphique 7) : en 2010, dernières données disponibles de l’enquête Emploi du temps de l’Insee, il occupe un tiers de leur temps (en moyenne 7 h 33 sur les 24 heures de leur journée)³⁰.

Graphique 7 | Évolution de la durée consacrée aux différentes occupations de la journée des seniors selon l’âge en 2010



Champ : France métropolitaine, personnes âgées de 65 ans ou plus vivant en ménage ordinaire.
Source : Insee, enquête Emploi du temps, 2010.

Les deux-tiers du temps « pour soi » se déroulent au domicile et la télévision y occupe une place prépondérante : les seniors passent 3 h 06 par jour devant le petit écran. L’avancée en âge entraîne une augmentation des activités passives : les personnes âgées de 85 ans ou plus se reposent en moyenne 1 h 46 de plus chaque jour et passent 37 minutes de plus devant la télévision que les 65-74 ans. Ce réaménagement progressif de l’emploi du temps avec l’âge s’opère dans un premier temps par une réduction du temps de trajets et du temps de loisirs à l’extérieur, puis, pour les âges les plus avancés, au détriment du temps consacré aux tâches domestiques ou au jardinage et au bricolage.

En 2010, les retraités sont moins nombreux à aider des personnes de leur entourage (famille, voisins, amis...) qu’en 1999 et ce, quel que soit le type d’aides³¹.

Ce recul de la part d’aidants se constate pour toute la population. Plus que le sexe des personnes, c’est le vieillissement qui joue sur la capacité à aider l’entourage. Ainsi, un retraité sur cinq âgé de 60 à 69 ans a aidé son entourage en faisant des courses, un sur dix seulement entre 70 et 79 ans et un sur vingt après 80 ans. La diminution de l’aide aux soins aux enfants provient principalement de la forte baisse de l’aide des retraités les plus jeunes en 2010 : de 28 % en 1999, la fréquence est passée à 24 % en 2010. Les taux d’aide n’ont presque pas varié pour les âges plus élevés. Cette diminution de l’entraide à la garde d’enfants se constate aussi sur les personnes un peu plus jeunes : les personnes

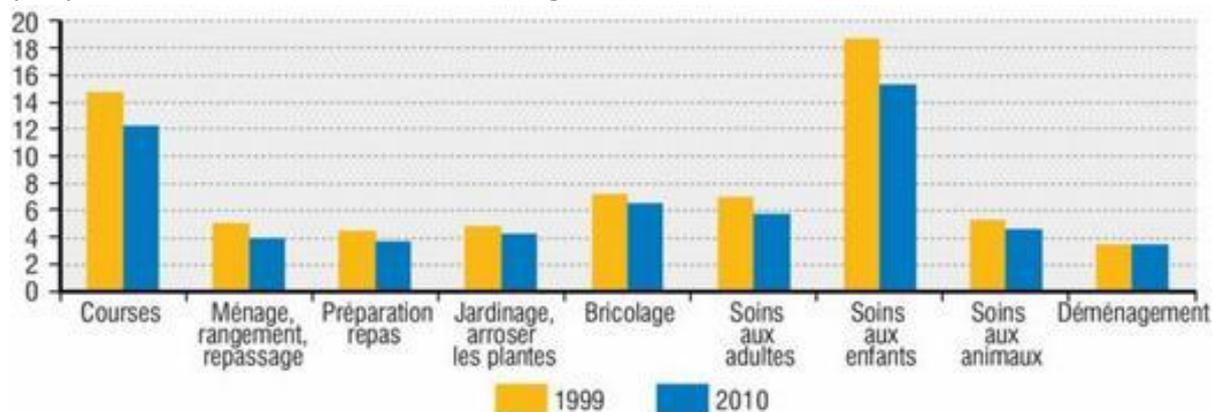
³⁰ Grobon S., Renaud T., « Les activités des seniors : de moins en moins diversifiées passé 75 ans », France, portrait social – Insee Références – Édition 2018, novembre 2018.

³¹ Ricroch L., « Les journées des retraités », Retraites et société n°65, juin 2013.



de 50 à 59 ans qui ne sont pas en emploi étaient 27 % à avoir aidé leur entourage pour ce motif en 1999, contre 20 % en 2010.

Graphique 8 | Évolution des aides à l’entourage entre 1999 et 2010



Champ : personnes de 60 ans et plus, non en emploi, en France métropolitaine.
 Source : Insee, enquêtes Emploi du temps 1999 et 2010.

Toutefois, en 2010 comme en 1999, les retraités sont plus nombreux à aider leur entourage pour les soins aux enfants que le reste de la population, en particulier en gardant leurs petits-enfants (graphique 8). Plus d’un dixième des enfants de moins de trois ans en 2021 est gardé à titre principal (3 %) ou à un moment de la semaine (7 %) par un grand-parent, auxquels s’ajoutent 8 % assurant une garde à titre occasionnel³². Selon un sondage récent³³, l’accession à la grand-parentalité est source de bonheur pour la quasi-totalité des grands-parents interrogés, 94 % des grands-parents sondés se déclarent ainsi heureux en pensant aux relations avec leurs petits-enfants, et 70 % très heureux. Ils apprécient quasi-unanimement passer du temps avec eux (93 %). Le temps passé est directement corrélé à la distance entre le domicile des grands-parents et celui des petits-enfants. L’effet bénéfique des relations avec les grands-parents sur des aspects clés du développement de leurs petits-enfants (encadré 1), notamment les capacités cognitives et verbales, la santé mentale et le bien-être général, a été mis en évidence par de nombreuses études³⁴.

Encadré 1 | L’École des Grands Parents Européens – EGPE

Créée en 1994, l’École des Grands Parents Européens, EGPE, se veut être un Observatoire de la Grand-parentalité afin de pouvoir défendre et mobiliser les grands parents comme « pivots » de la société et de l’éducation des enfants.

L’EGPE offre différents services et activités dans toute la France en soutien des grands-parents (notamment en difficulté pour pouvoir voir ou accueillir leurs petits enfants) et/ou mobilisant des grands-parents au service de familles avec des jeunes enfants pour du soutien à la parentalité.

Elle développe de nombreuses activités en ce sens grâce à un investissement bénévole d’un réseau de grands-parents participants :

- *Allo Grands parents* - Accueil téléphonique par des grands-parents formés qui répondent aux questions et aident des grands-parents en difficultés.

³² Caenen Y., et Viot P., « La part des enfants de moins de 3 ans confiés principalement à une assistante maternelle ou une crèche a presque doublé entre 2002 et 2021 », Drees – Études et résultats n°1257, février 2023.

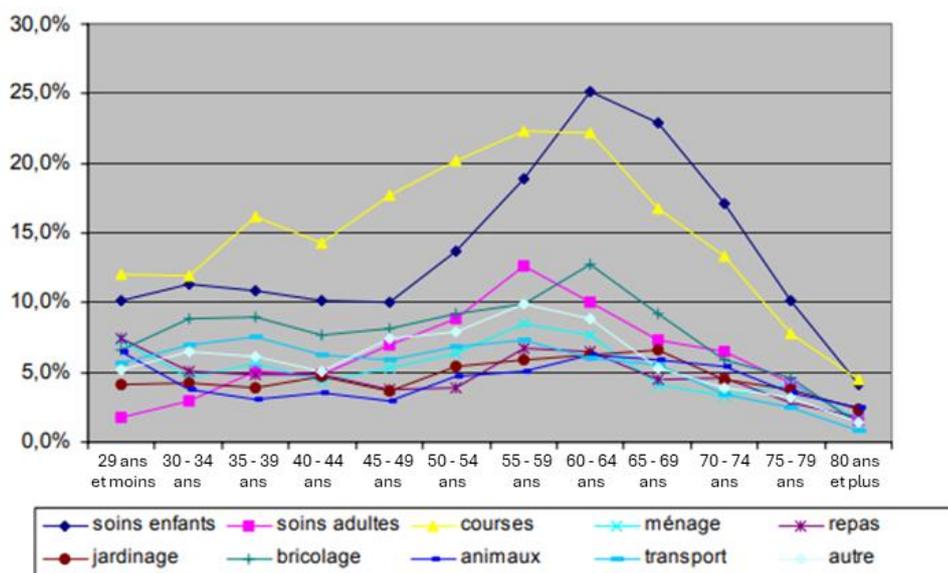
³³ Enquête Notre Temps - Ifop, menée en juin 2021 auprès d’un échantillon de 1 008 grands-parents, représentatif de la population des grands-parents en France.

³⁴ Coall DA, Hertwig R. *Grandparental Investment: Past, Present, and Future*. Behaviour Brain Sciences Journal, Cambridge University Press, 2010.

- Les « Babaliás » - Reconnus par la CAF et l'UDAF - Accompagnement à la solidarité, de jeunes adultes soutenues par des professionnels de la petite enfance ou par des grands parents retraités.
- Des ateliers de langage d'aide aux enfants, en lien avec les équipes pédagogiques des écoles maternelles, en raison des difficultés qu'ils rencontrent.
- Des conférences, groupes de paroles, conférences et ateliers autour de la grand-parentalité permettant de mobiliser ses bénévoles et de donner envie à des grands parents de s'investir.

Concernant l'entraide entre ménages (graphique 9), hors bénévolat associatif, le profil par âge montre clairement un pic d'aide aux autres entre 50 et 70 ans, surtout pour les soins aux enfants (en l'occurrence le plus souvent de ses petits-enfants s'agissant des personnes plus âgées), les soins à des adultes (mobilisant plutôt les personnes entre 50 et 65 ans), les courses, et le bricolage.

Graphique 9 | Pourcentage des individus de chaque âge déclarant avoir apporté de l'aide à un autre ménage durant le dernier mois, pour différentes activités



Champ : France métropolitaine, personnes âgées de 18 ans ou plus vivant en ménage ordinaire.
 Source : Insee, enquête Emploi du temps 2010 (Insee Résultats).

Ces données dessinent le profil d'une génération qualifiée de « pivot » ou de « sandwich » qui peut être amenée à aider à la fois des ascendants et descendants, ainsi que des membres de la fratrie.

L'âge auquel apparaît ce pic de soins à la fois aux enfants et aux adultes est à relier à l'écart moyen entre les générations et aux parcours de vie. Les limitations de l'autonomie des seniors survenant surtout à partir de 80 ans, comme l'écart entre ces générations et celle de leurs enfants était autour de 28 ans sur la période 1950 - 1980, il est logique d'observer un pic d'aide aux personnes en besoin d'aide à l'autonomie à partir de 55 ans. De même, les parents de jeunes enfants ont majoritairement entre 30 et 40 ans³⁵ et sont en activité professionnelle. Si leurs parents ont entre 25 et 35 ans de plus qu'eux, il est logique d'observer un pic d'aide à la garde des petits-enfants pour les personnes entre 55 et 75 ans³⁶.

³⁵ L'âge moyen au 1^{er} enfant se déplaçant progressivement au-delà de 29 ans, voir notamment Insee, « [Un premier enfant à 29,1 ans en 2023 : un âge qui continue d'augmenter](#) », Insee focus n°356, juillet 2025.

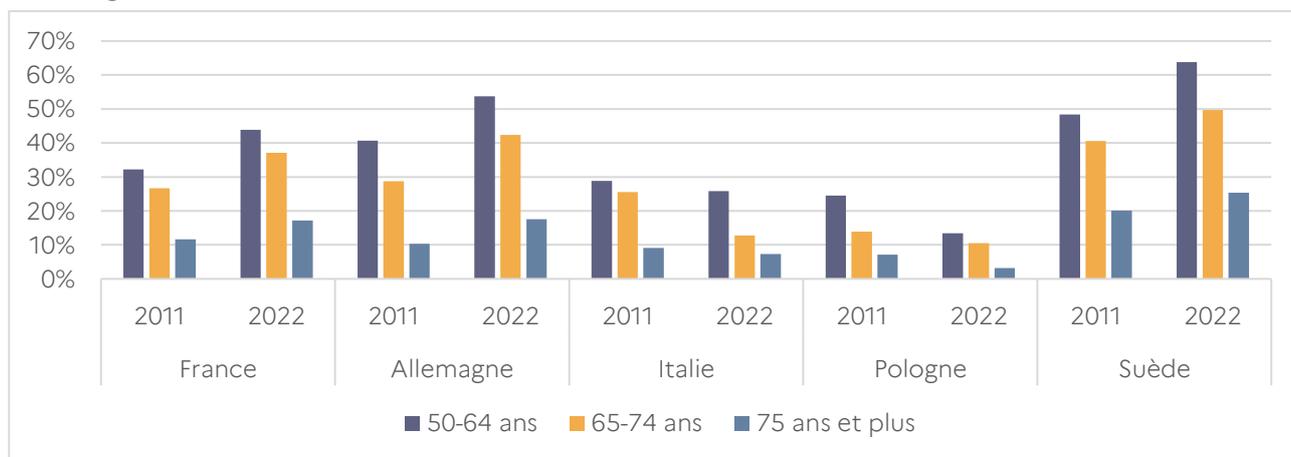
³⁶ Roy D., « [Les activités pour autrui : quel effet du passage à la retraite ?](#) », Note Insee pour le Cor, juillet 2013.



En comparaison internationale, l'enquête SHARE (« *Survey of Health, Ageing and Retirement in Europe* » - voir l'encadré 2) permet notamment de disposer des données sur l'évolution de l'aide apportée à un autre ménage en France et à l'étranger.

On constate qu'en France, en Allemagne et en Suède, le nombre de personnes qui déclarent avoir apporté de l'aide à un autre ménage augmente à tous les âges entre 2011 et 2022. Dans ces trois pays, avec des niveaux différents d'aides (plus importants en Allemagne et surtout en Suède qu'en France), l'aide se réduit progressivement avec l'âge, surtout à partir de 75 ans. A l'inverse, en Italie et surtout en Pologne, les niveaux d'aides plus bas dès 2011 diminuent sur la période (graphique 10).

Graphique 10 | Pourcentage des individus à partir de 50 ans déclarant avoir apporté de l'aide à un autre ménage durant le dernier mois, pour différentes activités* en France, en Allemagne, en Italie, en Pologne et en Suède entre 2011 et 2022



* 1. Des soins personnels, comme s'habiller, se laver ou se doucher, manger, monter ou sortir du lit, utiliser les toilettes ; 2. Des aides pour le ménage, comme du bricolage, du jardinage, des déplacements, faire des courses ou des tâches ménagères ; 3. Une aide administrative, pour remplir des formulaires, s'occuper des questions financières ou légales.
Lecture : en 2011, 27 % des 65-74 ans déclarent avoir apporté de l'aide à un autre ménage durant le dernier mois en France.
Source : données SHARE, traitement SG HCFEA.

Encadré 2 | L'enquête « *Survey of Health, Ageing and Retirement in Europe* » - SHARE

SHARE est une infrastructure européenne de recherche dédiée à l'étude de problématiques liées à la santé et aux soins, à l'emploi et la retraite, à la situation socio-économique et financière, aux relations sociales et familiales, ou aux conditions de vie et de logement envisagées sous le prisme de la dynamique de vieillissement. La vocation de SHARE est de produire des données d'enquête robustes qui sont mises à disposition de la communauté scientifique et institutionnelle internationale en *open data* afin de constituer un corpus de connaissances sur le vieillissement permettant d'orienter la décision publique.

L'enquête principale SHARE est conduite tous les deux ans environs depuis 2004, sous une forme largement inchangée. Au total, elle a compilé 615 000 entretiens individuels et impliqué 155 00 participants dans l'ensemble des pays d'Europe. Les données SHARE sont mobilisées par plus de 20 000 utilisateurs et ont donné lieu à 4 000 publications scientifiques³⁷.

³⁷ A titre d'exemple, voici 3 publications récentes ou à venir produites par l'équipe SHARE-France :
- Louis Arnault, Florence Jusot & Thomas Renaud (2024) « La fragilité chez les 50 ans et plus en France et en Europe. Deux décennies d'évolution et d'inégalités à partir des données de l'enquête SHARE », Collection Données, Numérique, santé en Société, 4, (hal-04701334v2) ;

En France, SHARE est hébergé par le [laboratoire LEDa-Legos](#) de l'Université Paris Dauphine - PSL sous la responsabilité scientifique du Pr Florence Jusot. Il bénéficie de l'appui de [l'IR* Progedo](#) et du soutien financier du ministère de l'Enseignement Supérieur et de la Recherche (MESR), de la Caisse Nationale pour la Solidarité et l'Autonomie (CNSA), de la Caisse Nationale d'Assurance Vieillesse (CNAV) et du Conseil d'Orientation des Retraites (COR).

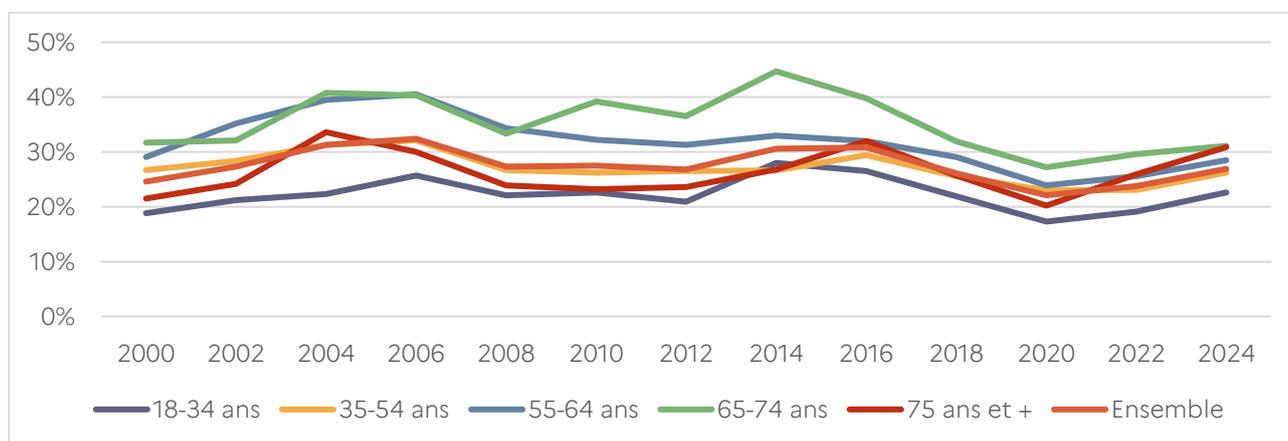
L'équipe SHARE-France est membre de l'Institut Santé Numérique en Société porté par Parisanté Campus et du GIS [Institut de la Longévité, des Vieillessees et du Vieillissement \(ILVV\)](#). Elle est également partenaire de l'Equipex+ de recherche LifeObs pilotée par l'Ined, qui bénéficie d'une aide de l'État gérée par l'Agence Nationale de la Recherche au titre de France 2030 (ANR-21-ESRE-0037). Le secrétariat général du HCFEA a pu avoir accès, grâce à l'équipe SHARE-France et notamment Thomas Renaud, à l'ensemble des données de SHARE pour conduire ses analyses.

C. Une baisse des temps consacrés aux activités « collectives »

1. L'investissement associatif

La participation des seniors aux activités associatives est en baisse assez continue depuis le milieu des années 2010 selon le baromètre d'opinion de la Drees (encadré 3) passant de 30,6 % en moyenne en 2014 à 26,9 % en 2024 (graphique 11). Depuis 2020, la participation associative des 65-74 ans semble se stabiliser, autour de 30 %, mais 10 à 15 points en dessous des « pics » de 2004 et 2014. La participation associative des plus de 75 ans remonte depuis sa chute importante entre 2016 et 2020 et se rétablit à un niveau historiquement haut en 2024 à 30,9 %, sensiblement équivalent à celui des « pics » de 2004 et 2016. La participation des autres classes d'âge est relativement stable sur la période, à l'exception de celle des 55-64 ans qui ne cesse de diminuer depuis le milieu des années 2000 : de 40,3 % en 2006 à 26,9 % en 2024.

Graphique 11 | Pourcentage de réponse « oui » à la question « Vous personnellement, êtes-vous membre d'une association ? »



Lecture : en 2014, 45 % des 65 à 74 ans déclarent être membres d'une association.

Champ : personnes résidant en France métropolitaine, âgées de 18 ans ou plus.

Source : Baromètre d'opinion de la Drees, 2000-2024, traitement SG HCFEA.

- Justine Bondoux, Thomas Barnay, Florence Jusot & Thomas Renaud (2025) "How Does Disability Affect Incomes? An Empirical Study on Older European Workers", *Annals of Economics and Statistics*, à paraître ;
- Florence Jusot & Thomas Renaud (2025) « Les données ouvertes au service de l'économie de la santé : l'expérience de l'enquête SHARE », *Revue Economique*, numéro invité, à paraître.



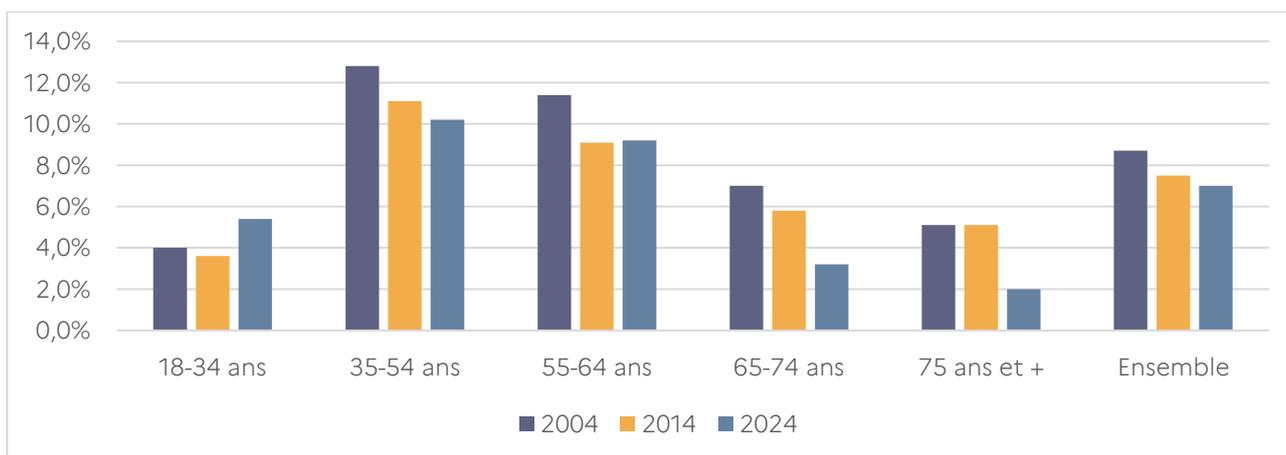
La baisse de la participation associative des seniors est encore plus marquée lorsque l'on compare leur « engagement » associatif : la part des seniors de 70 ans et plus engagés « chaque semaine » dans une association s'est réduite de près d'un quart entre 2019 et 2024³⁸.

2. La participation syndicale

Avec le vieillissement de la population, et le passage à la retraite des générations du baby-boom depuis le milieu des années 2000, la structure par âge du salariat et le poids relatif des retraités a pu avoir des incidences sur la participation syndicale.

Si, au moment des premiers départs à la retraite des générations du baby-boom, il était projeté que la démographie syndicale « vieillisse » principalement par le « haut » (c'est-à-dire via une augmentation de la part des plus âgés), avec une participation croissante des retraités³⁹, ce phénomène apparaît plus complexe aujourd'hui à l'échelle de chacune des générations et la baisse continue de la participation syndicale depuis 2004/2005 est plus marquée pour les 65 ans et plus (graphique 12) : alors qu'elle baisse de 8,7 % à 7 % entre 2004 et 2024 pour l'ensemble de la population, la participation syndicale des 65-74 ans passe de 7 % à 3,2 % et celle des 75 ans et plus de 5,1 % à 2 %⁴⁰.

Graphique 12 | Pourcentage de réponse « oui » à la question « Vous personnellement, êtes-vous membre d'une organisation syndicale ? »



Lecture : en 2024, 5 % des 18-34 ans déclarent être membres d'une organisation syndicale.

Champ : personnes résidant en France métropolitaine, âgées de 18 ans ou plus.

Source : Baromètre d'opinion de la Drees, 2000-2024, traitement SG HCFEA.

Encadré 3 | Le baromètre d'opinion de la Drees

Le Baromètre d'opinion de la Drees suit chaque année depuis 2000 l'évolution de l'opinion des Français à l'égard de la santé, de la protection sociale et des inégalités sociales. Depuis 2014, il intègre un module portant sur la cohésion sociale, analysé en collaboration avec la DGCS.

³⁸ Recherches & Solidarités, « La France bénévole », éditions 2024 et 2025.

³⁹ Bucco D., Jarry M., « Actif j'y suis ! Retraité j'y reste ! », Gérontologie et société vol. 30 / n° 120, 2007.

⁴⁰ Il est utile de noter que les 65-74 ans de 2024 (dont la participation aux activités syndicales est en forte baisse par rapport aux populations aux mêmes âges en 2014) sont ceux qui se situaient potentiellement dans le groupe d'âge des 55-64 ans en 2014 (dont la participation aux activités syndicales était en baisse par rapport aux populations aux mêmes âges en 2004). De même les générations des 75 ans et plus de 2024 sont celles (pour les plus jeunes d'entre-elles) qui se situaient potentiellement dans le groupe d'âge des 65-74 ans en 2014 et celui des 55-64 ans en 2004 (dont la syndicalisation était plus élevée que celle du même groupe d'âge aujourd'hui).

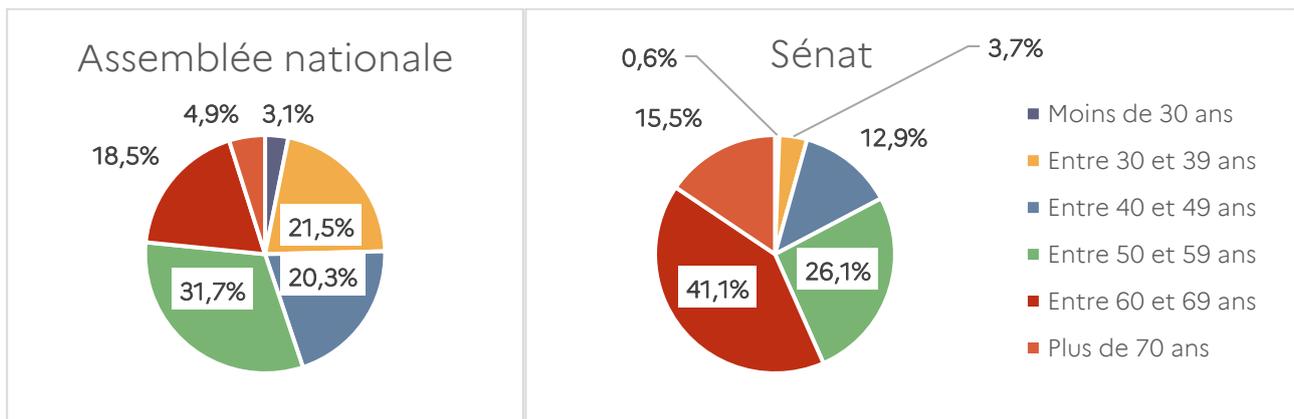
Le caractère annuel et l'ancienneté du Baromètre en font un outil de suivi conjoncturel indispensable pour appréhender l'évolution de l'opinion des Français sur les politiques menées tant en matière de santé que de solidarités. Le Baromètre apporte un éclairage complémentaire aux travaux menés habituellement par la Drees, puisqu'il permet de mettre en parallèle les évolutions perçues et réelles des politiques sanitaires et sociales. Il est également utilisé par des chercheurs en sociologie ou en science politique pour améliorer leur compréhension de l'opinion, et des clivages qui pourraient exister au sein de la société française. Plus de 120 publications ont été réalisées à partir du Baromètre.

On constate donc une érosion de la participation syndicale à tous les âges (sauf les 18-34 ans), et particulièrement aux âges élevés. Lorsque l'on s'intéresse à l'évolution de la participation syndicale aux âges plus jeunes, il est possible que cette érosion perdure et renforce le « vieillissement » par le « bas » de leurs effectifs (c'est-à-dire via une réduction plus forte de la part des plus jeunes).

3. L'investissement dans la vie politique

S'agissant de la représentation nationale, l'Assemblée nationale et le Sénat ont des compositions par âge assez différentes. Alors que les plus de 60 ans sont majoritaires au Sénat (56,6 % des sénateurs et sénatrices), ils représentent moins du quart des élu(e)s à l'Assemblée nationale (23,4 % des députés et députées). La part des plus de 60 ans y est assez stable sur les dernières années (graphique 13).

Graphique 13 | Composition par âge de l'Assemblée nationale (juillet 2024) et du Sénat (septembre 2023)



Sources : Assemblée nationale et Sénat.

Concernant les collectivités territoriales, selon les chiffres du ministère de l'Intérieur, près de 40 % de l'ensemble des élus ont 60 ans ou plus en 2023 - près de 61 % d'entre eux étant retraités. Cette proportion varie fortement selon le type de mandat : les seniors sont majoritaires dans la population des maires (61,1 %) et de leurs 1^{ers} adjoints (53,0 %), des présidents de conseils départementaux (58,9 %) ainsi que régionaux et territoriaux (52,6 %) ; ils sont surreprésentés, mais ne sont pas majoritaires, pour les autres types de fonctions électives⁴¹.

Il faut toutefois noter que la proportion des 60 ans ou plus dans l'ensemble des élus locaux a fortement chuté entre 2020 et 2021, à la suite notamment des élections municipales de 2020, après avoir fortement progressé durant les années 2010 (tableau 1). Elle progresse de nouveau depuis, sans atteindre toutefois son niveau de 2020.

⁴¹ DGCL, « Les collectivités locales en chiffres », septembre 2023.



Tableau 1 | Part des élus locaux de 60 ans et plus depuis 2018

	2018	2019	2020	2021	2022	2023
Ensemble des mandats			44,4%	34,4%	36,8%	39,3%
Conseillers régionaux et territoriaux	27,5%	30,2%	32,9%	35,3%	25,5%	28,4%
<i>Dont présidents</i>	29,4%	29,4%	35,3%	41,2%	52,6%	52,6%
Conseillers départementaux	41,2%	43,5%	46,5%	50,2%	37,3%	40,6%
<i>Dont présidents</i>	56,3%	59,8%	63,9%	64,6%	50,5%	58,9%
Conseillers communautaires	55,8%	58,4%	61,5%	48,0%	51,1%	54,1%
<i>Dont présidents</i>	59,3%	61,5%	64,6%	49,0%	52,2%	56,2%
Conseillers municipaux	37,3%	39,4%	42,1%	32,5%	34,9%	37,4%
<i>Dont maires</i>	62,8%	65,2%	68,2%	55,3%	58,3%	61,1%
<i>Dont 1er adjoint</i>	53,3%	55,9%	59,1%	47,2%	50,3%	53,0%
<i>Dont 2e adjoint</i>	46,1%	48,6%	51,5%	40,5%	43,4%	46,2%
<i>Dont autres adjoints</i>	45,0%	47,8%	51,1%	39,0%	41,8%	44,4%

Source : ministère de l'Intérieur, bureau des élections et des études politiques.

Selon une étude de la Caisse des dépôts⁴², menée à la demande du Conseil de l'âge, sur les données du régime de l'Ircantec (auquel les élus cotisent pour leur retraite), l'augmentation de la part des femmes dans les élues et élus locaux se traduit par un rajeunissement de cette population. Lors des dernières élections municipales de 2020, l'âge moyen de l'ensemble des élus a baissé de 5,1 ans et la part des élues a augmenté de plus de deux points (39,2 % de femmes élues avant l'élection, 41,5 % après). Le facteur principalement à l'œuvre est un rajeunissement des élus sur les tranches d'âges comportant une proportion plus élevée de femmes.

4. La participation aux dispositifs des réserves

Depuis les années 2000, les pouvoirs publics ont souhaité développer les dispositifs de « réserve », sur le modèle de ce qui existe depuis longtemps dans le domaine des armées et de la défense, afin d'apporter leur concours ou de suppléer les professionnels membres des cadres.

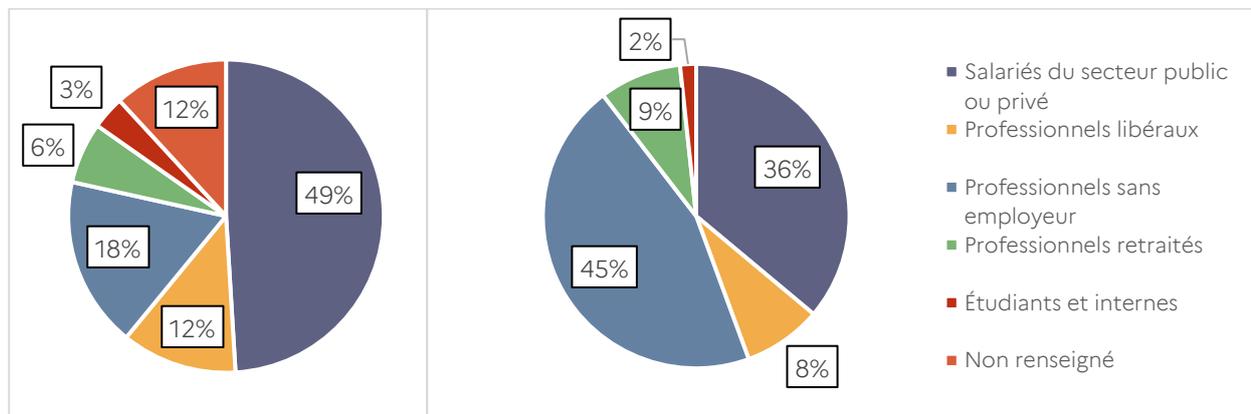
La réserve sanitaire a été instituée par la loi du 5 mars 2007 et a pour objet de « compléter, en cas d'événements excédant leurs moyens habituels », ceux mis en œuvre par les services de l'État, les agences sanitaires, les collectivités territoriales, les agences régionales de santé, les établissements de santé et les autres personnes et organisations, nationales ou internationales, concourant à la sécurité sanitaire⁴³. La réserve sanitaire peut également « compléter les moyens habituels des centres et maisons de santé, des professionnels de santé conventionnés ainsi que des établissements d'hébergement pour personnes âgées dépendantes ou des établissements qui accueillent des personnes en situation de handicap lorsqu'une situation sanitaire exceptionnelle nécessite de compléter l'offre de soins ». La réserve sanitaire est depuis 2016 pilotée par Santé publique France⁴⁴.

⁴² Gaudier, M., P. Micallef et L. Soulat, « L'évolution de la place des femmes dans les conseils municipaux lors des élections de 2020 », Questions politiques sociales - les études, Caisse des Dépôts, n°45, septembre 2025.

⁴³ <https://www.santepubliquefrance.fr/a-propos/nos-principes-fondateurs/reserve-sanitaire>.

⁴⁴ Les missions de l'EPRUS ont été reprises au 1^{er} mai 2016 au sein de SPF, en application d'une ordonnance prise sur la base de la loi de modernisation de notre système de santé du 26 janvier 2016.

Graphique 14 | Répartition des professionnels de la réserve sanitaire (inscrits à gauche et engagés à droite) selon leur statut au 1^{er} juillet 2025



Source : Santé publique France.

Forte de 45 113 volontaires en juillet 2025, la réserve sanitaire est composée de 5 217 personnes ayant complété leur dossier administratif et étant effectivement mobilisables dans le cadre d'un contrat de trois ans (graphique 14)⁴⁵. Les retraités sont aujourd'hui sous-représentés dans la réserve sanitaire alors même qu'ils sont une ressource très intéressante au vu de leur plus grande disponibilité⁴⁶ : selon Santé public France ils ne représentent que 6,3 % des volontaires (2 845) et 8,7 % des engagés (454).

Plusieurs autres dispositifs de réserve permettent à des volontaires de s'investir au service de l'intérêt général⁴⁷ : réserve militaire, réserve civile de la police, réserve citoyenne, etc. Ces réserves jouent un rôle crucial en apportant des compétences spécifiques et en renforçant les liens entre les institutions et la société civile.

Les conditions d'âge et de profil varient selon l'engagement et il ne semble pas que des volontaires potentiels en soient exclus pour des limites d'âges sans pertinence. La Direction de la Jeunesse, de l'éducation populaire et de la vie associative (Djepva), sollicitée par le Conseil, a toutefois indiqué qu'il n'y a aucune réflexion à ce stade visant à favoriser la participation des seniors à ces dispositifs⁴⁸.

De façon générale, le Conseil de l'âge regrette l'absence de stratégies ciblées visant à favoriser la participation des seniors à ces dispositifs de réserves.

⁴⁵ <https://www.santepubliquefrance.fr/a-propos/nos-principes-fondateurs/reserve-sanitaire/etre-reserviste>.

⁴⁶ En témoigne notamment la différence entre l'âge moyen de liquidation des droits à retraite à la Caisse autonome de retraite des médecins de France (CARMF) d'un peu plus de 66 ans et de l'âge moyen des professionnels en cumul emploi-retraite qui est de près de 72 ans.

⁴⁷ <https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F34283>.

⁴⁸ La création d'un Service civique senior (à différencier du Service Civique Solidarité Seniors qui est destiné aux jeunes) portée par l'Union des Gérontopôles de France, pourrait en être l'une des formes. Voir Tenenbaum Françoise, « La guerre des générations n'aura pas lieu », tribune, Les échos, 10 septembre 2025. Il se rapproche de l'idée de création d'un « volontariat civique seniors » qui avait été porté par l'ancienne ministre Michèle Delaunay et un groupe de parlementaires.

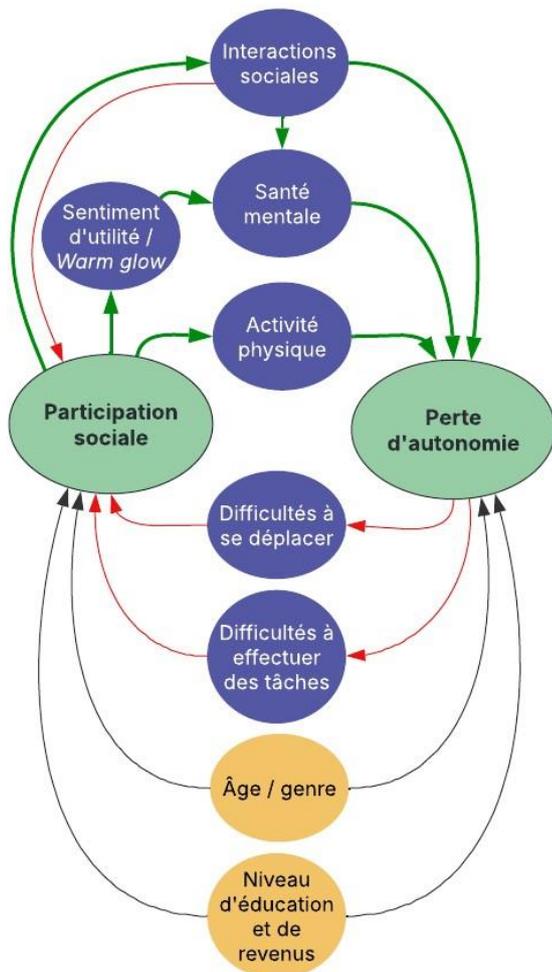


III. Quels sont les liens entre la participation sociale et un possible recul des besoins d'aide à l'autonomie ?

Le besoin d'aide à l'autonomie se caractérise par une limitation dans les capacités à mener les activités de la vie quotidienne, y compris les activités « instrumentales » comme sortir du logement ou effectuer des tâches administratives, ce qui influe directement sur la participation sociale.

Quand on souhaite identifier les effets de la participation sociale sur le niveau des besoins d'aide à l'autonomie (figure IV), un problème de causalité inverse se présente et une étude des chiffres « bruts », sans recul, risque systématiquement de surestimer l'effet bénéfique de la participation sociale. De plus, lorsqu'elle est évaluée uniquement à l'aune des activités « socialisées » (par exemple le travail bénévole ou caritatif, la participation à un atelier ou enseignement éducatif ou à une formation, à un club sportif ou social ou encore la participation à une organisation politique ou communautaire) plutôt que *via* l'aide à un proche en besoin d'aide à l'autonomie notamment, cette surestimation peut être encore plus importante car, de fait, ce sont le plus souvent les seniors en « bonne santé » qui pratiquent le plus des activités socialisées.

Figure IV | Les liens de causalité entre la participation sociale et la perte d'autonomie



Lecture : les facteurs de « confusion », qui affectent simultanément la participation sociale et la perte d'autonomie, sont en jaune, les mécanismes expliquant les chaînes de causalité en bleu. Les flèches vertes identifient les liens qui nous intéressent, et qui contribuent aux effets de la participation sociale sur la perte d'autonomie. Les flèches rouges sont les liens de causalité inverse.
 Source : SG du HCFEA (à l'aide de l'application Lucid.app).

Ce biais de causalité inverse est d'autant plus problématique que l'effet d'être en besoin d'aides à l'autonomie sur la participation à des activités socialisées est probablement plus direct et important que l'effet protecteur de la participation sociale au sens large.

On retrouve ce type de biais dans d'autres dimensions, par exemple dans les études sur l'impact du travail sur la santé (notamment celles des plus âgés), cet effet étant identifié comme le « *healthy worker effect* ⁴⁹ » : les travailleurs sont souvent en meilleure santé que les personnes sans activité, car leur état de santé leur permet de travailler. Ce lien ne peut pas s'expliquer uniquement par un effet positif du travail sur la santé, il est d'ailleurs d'autant plus marqué dans les secteurs et métiers où les conditions de travail sont difficiles, rendant impossible l'accès à l'emploi aux personnes qui ont une santé fragile.

A. Les méthodes pour identifier les liens entre la participation sociale et la prévalence des besoins d'aide à l'autonomie

Au-delà de l'identification des liens qui contribuent aux effets de la participation sociale sur le recul de la prévalence de la perte d'autonomie, il est utile de les isoler des autres effets. Plusieurs méthodes peuvent être utilisées à cet effet.

Des études dites « de cohortes », ou qui utilisent des « données de panel » par exemple, consistent à suivre des individus dans le temps. Elles permettent de corriger une partie du biais de causalité inverse en comparant l'évolution de personnes ayant un niveau initial de besoin d'aide à l'autonomie proche, selon qu'elles participent ou non à des activités sociales. Pour autant, cette méthode n'évacue pas totalement ce biais car l'effet de sélection peut être dynamique : les personnes dont l'autonomie s'est maintenue ont plus de chance d'avoir des activités sociales que celles dont l'autonomie s'est dégradée, même si elles avaient initialement le même niveau d'autonomie. On risque donc toujours de surestimer les effets de la participation sociale sur l'autonomie.

Certaines études utilisent une autre méthode pour isoler les effets causaux : la méthodologie des évaluations aléatoires contrôlées (RCT pour « *randomized controlled trials* »), popularisée par Esther Duflo notamment. Dans le cadre de la participation sociale, le principe serait d'avoir des volontaires pour une activité sociale, et de sélectionner aléatoirement ceux qui vont effectivement y participer. Le but serait de disposer d'un groupe « de traitement » (ceux qui participent) et d'un groupe « témoin » (ceux qui ne participent pas). Ces deux groupes se ressembleraient alors en tous points sauf dans leur participation sociale. Les différences éventuelles de perte d'autonomie dans les deux groupes pourraient donc être attribuées à la participation sociale. Les biais seraient moindres mais de telles études impliquent des moyens importants et souffrent parfois d'échantillons trop faibles, surtout si on a pour objectif de les grouper sur plusieurs années afin d'identifier des effets à long terme.

C'est en général en analysant et en combinant les résultats de plusieurs études, mobilisant différentes méthodes, que l'on peut essayer d'identifier, le plus finement possible, les liens entre la participation sociale et la perte d'autonomie.

B. Un effet protecteur de la participation sociale qui « retarderait » en moyenne les besoins d'aide à l'autonomie

Les travaux de recherche sur les liens entre la participation sociale d'une part, et les besoins d'aide à l'autonomie ou l'évolution de l'état de santé d'autre part, suggèrent un consensus sur un effet protecteur de la participation sociale. Cet effet dépend néanmoins du type de participation et des caractéristiques des personnes âgées. Ainsi, le bénévolat semble généralement avoir des effets

⁴⁹ Shah D. Healthy worker effect phenomenon. Indian J Occup Environ Med. 2009.



positifs sur la santé, alors que l'aide à un proche en besoins d'aide à l'autonomie peut avoir des effets négatifs.

L'étude de El Abbouni et Moret pour la chaire TDTE⁵⁰, sur la base des données européennes de l'enquête SHARE, montre par exemple que les individus de plus de 60 ans qui pratiquent des « activités socialisées »⁵¹ rencontrent en moyenne un besoin d'aide à l'autonomie trois ans plus tard que les seniors n'en pratiquant pas. Le décalage est encore plus important pour les individus les moins qualifiés. Pour réaliser l'importance de ce décalage, il faut mettre en perspective ces résultats avec l'évolution de l'espérance de vie sans incapacité à 65 ans qui a progressé depuis 2008 de 1 an et 9 mois pour les femmes et de 1 an et 6 mois pour les hommes⁵². Ces résultats ne tiennent toutefois pas compte des causalités inverses ou des processus de sélection (voir *supra*).

Un article de 2013 propose une revue de la littérature sur les liens entre le bénévolat et les états de santé à tous les âges, sur la base de 36 études incluant sept évaluations RCT⁵³. Les auteurs concluent à un effet positif du bénévolat sur la santé mentale, mais non significatif sur la santé physique. Une évaluation aléatoire contrôlée chinoise récente⁵⁴ montre également une baisse du sentiment de solitude pour des personnes ayant de 50 à 70 ans faisant du bénévolat.

Enfin, une étude de Sirven et Debrand⁵⁵ définit la participation sociale plus large que l'étude pour la chaire TDTE⁵⁶. A partir des données de l'enquête SHARE et en modélisant le double effet causal, les auteurs identifient un effet bénéfique de la participation sociale sur la perte d'autonomie et les limitations cognitives, mais pas d'impact notable sur la préhension, souvent utilisée comme mesure de la santé physique. Ils montrent également que l'état de santé joue sur la participation sociale, et que cet effet est plus important que l'effet inverse. Ils soulignent enfin le rôle de la participation sociale dans les inégalités sociales de vieillissement.

⁵⁰ El Abbouni Y., Moret A., « Quel effet de la pratique d'activités socialisées des seniors sur l'âge d'entrée en dépendance ? », étude de la chaire TDTE, mai 2021.

⁵¹ Agrégation dans cette étude de quatre types d'activités : le travail bénévole ou caritatif, la participation à un cours éducatif ou à une formation, la participation à un club sportif ou social et enfin la participation à une organisation politique ou communautaire.

⁵² Deroyon T., « L'espérance de vie sans incapacité à 65 ans est de 11,8 ans pour les femmes et de 10,2 ans pour les hommes en 2022 », Études et résultats n° 1290, Drees, décembre 2023.

⁵³ Jenkinson C.E., Dickens A.P., Jones K. *et al.*, « Is volunteering a public health intervention? A systematic review and meta-analysis of the health and survival of volunteers », *BMC Public Health*, 773, 2013. Cette étude cite le programme « *Experience corps* », utilisé par trois des évaluations RCT. Ce programme, mené aux Etats-Unis, consiste à proposer à des personnes de 60 ans ou plus d'aider des enfants à mieux lire, et a eu des effets positifs sur la santé des personnes bénévoles, comparées aux personnes qui ont postulé mais n'ont pas été bénévoles.

⁵⁴ Yeung, D. Y. L., Jiang, D., Warner, L. M., Choi, N. G., Ho, R. T. H., Kwok, J. Y. Y., & Chou, K. L., « The effects of volunteering on loneliness among lonely older adults: the HEAL-HOA dual randomised controlled trial », *The Lancet Healthy Longevity*, 2025.

⁵⁵ Sirven N., Debrand T., « La participation sociale des personnes âgées en Europe. Instrument du « bien vieillir » ou facteur d'inégalités sociales de santé ? », *Retraite et Société* n°64, 2013.

⁵⁶ Agrégation du travail bénévole ou caritatif, de la participation à un cours éducatif ou à une formation, de la participation à un club sportif ou social, de la participation à une organisation politique ou communautaire avec l'ajout de la participation à une organisation religieuse.

C. La participation sociale peut également renforcer les inégalités sociales liées au vieillissement si elle se développe au détriment des catégories de population où elle est plus faible

L'étude de Sirven et Debrand souligne enfin le rôle de la participation sociale dans les inégalités sociales de vieillissement.

« Dans la mesure où les personnes atteignent l'âge de 50 ans avec des états de santé différents (bonne ou mauvaise), la dynamique de la santé et de la participation sociale peut avoir des répercussions sur la façon dont cette inégalité de santé initiale va évoluer au fil du temps. Les personnes de 50 ans en bonne santé et dont la situation reste constante (revenus, vie en couple, etc.) auront une plus grande propension à participer à des activités sociales et à bénéficier de leurs effets, alors que les personnes de 50 ans en moins bonne santé ont des chances plus faibles de participer à des activités sociales et ont une probabilité plus forte de voir leur état de santé se dégrader plus vite. En somme, la participation sociale peut être un vecteur potentiel d'inégalités sociales en matière d'autonomie. »

En partant du postulat que l'effet causal moyen de la participation à des activités socialisées est particulièrement élevé chez les individus en mauvaise santé et que cet effet reste constant au fil du temps, alors, selon les auteurs, les inégalités de santé devraient s'aggraver avec l'âge :

- entre les personnes en mauvaise santé qui participent à des activités sociales et les personnes en mauvaise santé qui n'y participent pas ;
- mais plus encore entre les personnes en mauvaise santé qui ne participent pas à des activités sociales et les personnes en bonne santé qui y participent.

Or on sait que l'état de santé à 50 ans (et au-delà) dépend notamment de la catégorie socio-professionnelle des individus⁵⁷, tout comme le fait que les seniors plus diplômés que la moyenne ont une participation sociale plus importante dans leur emploi du temps⁵⁸.

Si le mouvement de « resserrement » de la participation à des activités socialisées se confirmait, la question du nécessaire développement de la participation sociale devrait intégrer une dimension qualitative concernant les activités pour lesquelles il faudrait être amené à soutenir leur développement.

Par exemple, le travail bénévole ou caritatif, la participation à un cours éducatif ou la participation à un club sportif ou social, dans ce que ces activités représentent en termes potentiellement bénéfiques pour les seniors qui ont la possibilité – et / ou l'envie – d'y participer ne peuvent être appréhendées par nature comme l'aide informelle des proches-aidants.

De fait, promouvoir la participation à des activités socialisées dans des catégories de population où elle est plus faible pourrait diminuer les inégalités dans la prévalence de la perte d'autonomie⁵⁹.

⁵⁷ Bagein G., Costemalle V., Deroyon T., Hazo JB., Naouri D., Pesonel E., Vilain A., « L'état de santé de la population en France à l'aune des inégalités sociales », Les dossiers de la Drees n°102, septembre 2022.

⁵⁸ Grobon S. et Renaud T., « Les activités des seniors : de moins en moins diversifiées passé 75 ans », *op.cit.*

⁵⁹ Zhang, Y., Su, D., Chen, Y., Tan, M., & Chen, X., « Effect of socioeconomic status on the physical and mental health of the elderly: the mediating effect of social participation », BMC Public Health, 22(1), 605, 2022.



- ▶ La baisse de la participation sociale des seniors, en niveau et en intensité, est structurelle depuis plusieurs années. Historiquement importante, leur participation témoignait plus de « pratiques » différentes de générations que d'une appétence spécifique aux grands âges à la participation.
- ▶ Plus globalement, ce rééquilibrage des générations dans la participation sociale ne serait pas une mauvaise chose en lui-même, si ce mouvement de « recul » chez les seniors s'accompagnait dans le même temps d'une augmentation de la participation à d'autres âges de la vie (comme ce fut le cas pour la plus forte représentation des femmes en politique).
- ▶ Au-delà des présents travaux, il est nécessaire d'analyser plus finement les causes du recul de l'engagement des seniors et de chercher à inverser cette tendance vu son importance dans ce qu'elle apporte à la société et aux seniors eux-mêmes en termes de qualité de vie, de bien-être et de recul des prévalences de besoin d'aide à l'autonomie.

Partie 2

La nécessaire prise en compte des singularités et des défis de la participation sociale des seniors

I. Un engagement social des seniors en pleine évolution

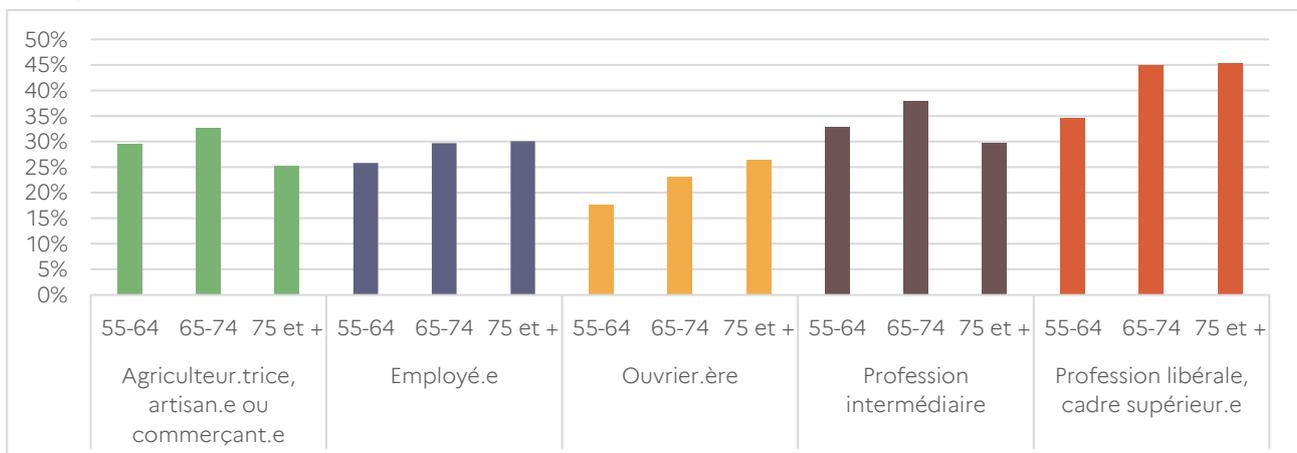
A. Une participation à des activités socialisées majoritairement masculine et dépendante de l'état de santé

1. Les déterminants de la participation associative en France

À partir d'une exploitation inédite des résultats du baromètre de la Drees, le Conseil de l'âge a cherché à identifier les facteurs qui expliqueraient l'évolution de la participation associative en France depuis le milieu des années 2000.

Pour la plupart des catégories socioprofessionnelles, on observe une augmentation de la participation avec le passage à la retraite et une baisse ensuite, plus ou moins marquée, après 75 ans (graphique 15). C'est le cas notamment pour les agriculteurs.trices, artisan.e.s ou commerçant.e.s de 29,6 % pour les 55-64 ans à 32,7 % pour les 65-74 ans et 25,2 % pour les 75 ans et plus ou pour les professions intermédiaires de 32,9 % pour les 55-64 ans à 38 % pour les 65-74 ans et 29,8 % pour les 75 ans et plus. Mais on constate quelques spécificités pour les ouvrier.e.s, pour qui l'augmentation de la participation avec l'âge est sensible et régulière – de 17,6 % pour les 55-64 ans à 23,2 % pour les 65-74 ans et 26,5 % pour les 75 ans et plus –, et pour les employé.e.s – de 25,8 % pour les 55-64 ans à 29,7 % pour les 65-74 ans et 30,1 % pour les 75 ans et plus – ainsi que les professions libérales et cadres supérieur.e.s – de 34,6 % pour les 55-64 ans à 45 % pour les 65-74 ans et 45,3 % pour les 75 ans et plus –, pour qui la participation associative reste sensiblement identique au-delà de 65 ans.

Graphique 15 | La participation à une association en fonction de l'âge et de la catégorie socioprofessionnelle (PCS) en France en 2023-2024



Lecture : en 2023-2024, 26 % des employé.e.s de 55 à 64 ans déclarent être membres d'une association.

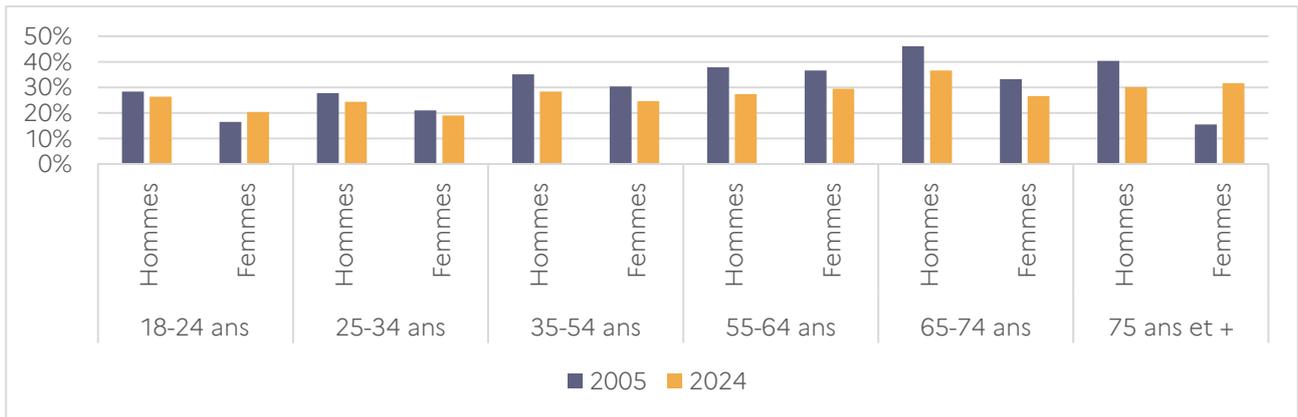
Champ : personnes résidant en France métropolitaine, âgées de 18 ans ou plus.

Source : Baromètre d'opinion de la Drees, 2000-2024, traitement SG HCFEA.



Les hommes ont historiquement des taux de participation associative plus élevés que les femmes. Quand on regarde l'évolution entre 2005 et 2024 (graphique 16), la participation associative des hommes comme celle des femmes diminue à tous les âges (à l'exception de celles des femmes de 18 à 24 ans et de 75 ans et plus) mais, dans la mesure où elle diminue moins que celle des hommes, on constate de fait un rapprochement des taux de participation des femmes et des hommes, respectivement de 25,3 % et de 28,6 % en moyenne en 2024. Les femmes sont même plus nombreuses en proportion que les hommes en 2024 à participer à une association entre 55 et 64 ans et pour les 75 ans et plus.

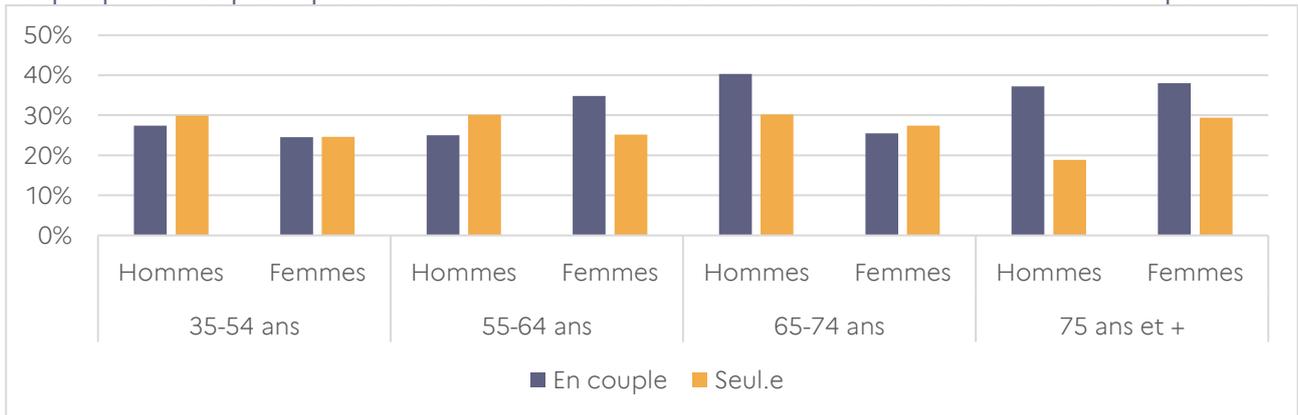
Graphique 16 | La participation à une association en fonction de l'âge et du sexe en 2005 et 2024



Lecture : en 2024, 30 % des hommes de 65 à 74 ans déclarent être membres d'une association. Ils étaient 46 % en 2005.
 Champ : personnes résidant en France métropolitaine, âgées de 18 ans ou plus.
 Source : Baromètre d'opinion de la Drees, 2000-2024, traitement SG HCFEA.

Lorsque l'on regarde l'incidence de vivre en couple (graphique 17), cela est corrélé positivement avec le fait d'être dans une association (par des effets d'émulation dans le couple ou d'un meilleur partage des tâches par exemple) pour les hommes après 65 ans (chez les 65-74 ans, 40 % de ceux en couple participent contre 30 % parmi les hommes seuls ; chez les 75 ans et plus, les résultats sont respectivement de 37 % contre 19 %).

Graphique 17 | La participation à une association en 2024 selon le sexe et la fait d'être en couple ou non



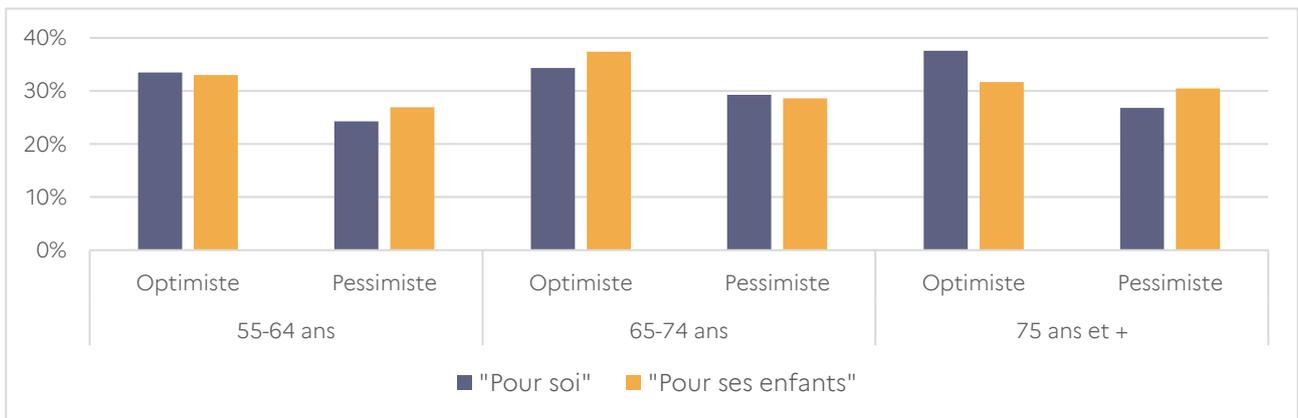
Lecture : en 2024, 26 % des femmes de 65 à 74 ans en couple déclarent être membres d'une association contre 27 % de celle vivant seule.
 Champ : personnes résidant en France métropolitaine, âgées de 18 ans ou plus.
 Source : Baromètre d'opinion de la Drees, 2000-2024, traitement SG HCFEA.

Pour les femmes, on retrouve cet effet après 55 ans (chez les 55-64 ans, 35 % de celles en couple participent contre 25 % parmi les femmes seules ; chez les 75 ans et plus, les résultats sont respectivement de 38 % contre 29 %) à l'exception relative des femmes de 65-74 ans (respectivement

26 % et 27 %) avec une incidence potentielle de la survenue d'un besoin d'aide à l'autonomie du conjoint à ces âges qui explique potentiellement les différences entre la participation des femmes de 55-64 ans et des plus de 75 ans d'une part, et celle des 65-74 ans d'autre part.

Sur une autre dimension, les personnes se disant optimistes pour leur propre avenir (graphique 18) participent davantage que celles se disant pessimistes à tous les âges (par exemple 34 % des personnes de 65 à 74 ans se déclarant optimistes pour elles-mêmes sont membres d'une association contre 29 % de celles se déclarant pessimistes). Il est toutefois intéressant de relever que les personnes pessimistes pour l'avenir de leurs enfants où les générations futures sont plus souvent membres d'une association que les personnes pessimistes concernant leur propre avenir. Cela peut s'expliquer par une volonté plus marquée d'« agir » pour la collectivité ou l'avenir.

Graphique 18 | La participation à une association selon la perception de son propre avenir ou de celui de ses enfants et des générations futures en 2024



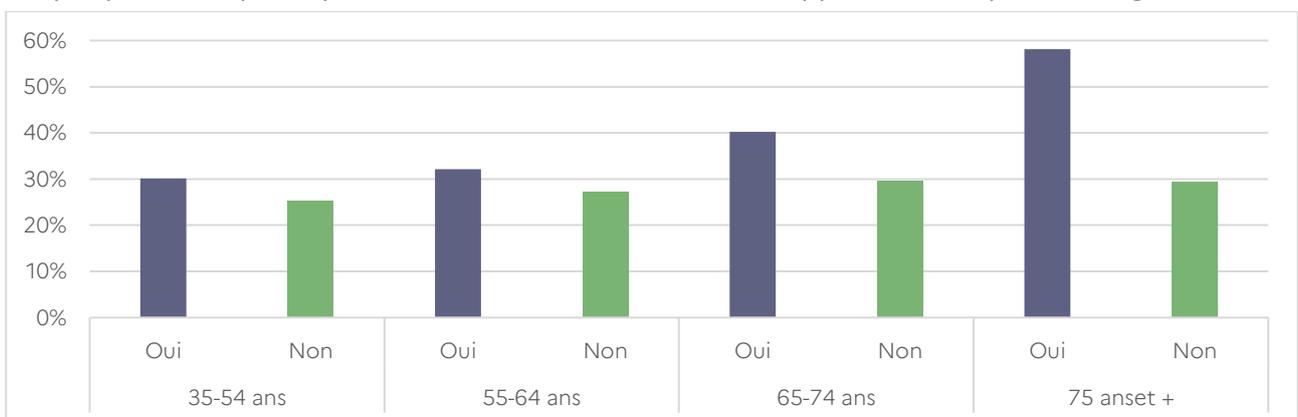
Lecture : en 2024, 34 % des personnes de 65 à 74 ans se déclarant optimistes pour elles-mêmes sont membres d'une association contre 29 % de celles se déclarant pessimistes.

Champ : personnes résidant en France métropolitaine, âgées de 18 ans ou plus.

Source : Baromètre d'opinion de la Drees, 2000-2024, traitement SG HCFEA.

Les personnes qui aident régulièrement et bénévolement une personne âgée sont également plus susceptibles de participer à une association (graphique 19) – on retrouve sensiblement les mêmes évolutions pour celles qui déclarent aider régulièrement une personne en situation de handicap.

Graphique 19 | La participation à une association selon l'aide apportée à une personne âgée en 2024



Lecture : en 2024, 40 % des personnes de 65-74 ans qui déclarent apporter une aide à une personne âgée sont membres d'une association contre 30 % de celles déclarant qu'elles n'apportent pas d'aide à une personne âgée.

Champ : personnes résidant en France métropolitaine, âgées de 18 ans ou plus.

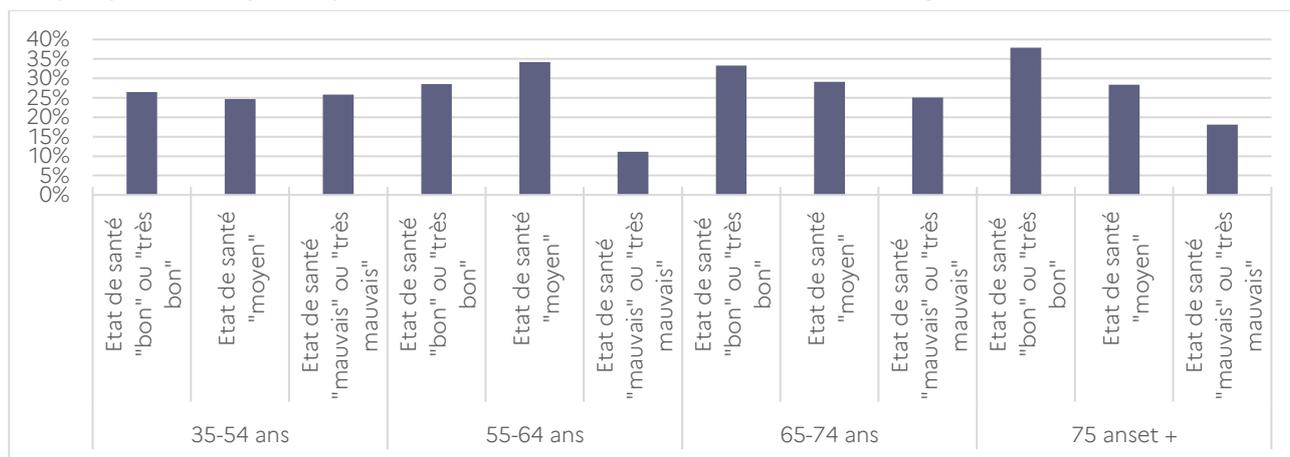
Source : Baromètre d'opinion de la Drees, 2000-2024, traitement SG HCFEA.



Avant 65 ans, il y a relativement peu de différence de participation à une association selon que l'on soit aidant ou non. Ce n'est plus le cas après 65 ans (40 % des aidants participent contre 30 % des non-aidants) et *a fortiori* après 75 ans (58 % des aidants participent contre 29 % des non-aidants). Cependant, cette participation pourrait être potentiellement plus importante car ces derniers ont, de fait, moins de facilité pour avoir des activités relevant de la participation sociale que les personnes non-aidantes⁶⁰.

Au-delà de la situation des aidants, le Conseil de l'âge s'est intéressé à la situation des potentiels « aidés » en examinant les effets de l'état de santé des personnes sur la participation à une association (graphique 20).

Graphique 20 | La participation à une association selon l'état de santé général en 2024



Lecture : en 2024, 33 % des personnes de 65-74 ans qui déclarent être en « bonne » ou en « très bonne » santé sont membres d'une association contre 25 % de celles se déclarant en « mauvaise » ou en « très mauvaise » santé.

Champ : Personnes résidant en France métropolitaine, âgées de 18 ans ou plus.

Source : Baromètre d'opinion de la Drees, 2000-2024, traitement SG HCFEA.

Le Baromètre de la Drees confirme donc que l'état de santé est un déterminant très important de la participation associative, surtout pour les populations les plus âgées. Il devient un marqueur important pour analyser l'évolution de la participation après 54 ans :

- 29 % des personnes de 55-64 ans qui déclarent être en « bonne » ou en « très bonne » santé sont membres d'une association contre 11 % de celles se déclarant en « mauvaise » ou en « très mauvaise » santé
- 33 % des personnes de 65-74 ans qui déclarent être en « bonne » ou en « très bonne » santé sont membres d'une association contre 25 % de celles se déclarant en « mauvaise » ou en « très mauvaise » santé ;

⁶⁰ Les aidants de personnes âgées, tous âges confondus, sont 11,6 % à déclarer avoir réduit leurs activités (sportives, de loisirs ou associatives), et 7,6 % déclarent avoir arrêté leurs activités (soit 19,2 % au total). Lorsque les aidants ont plus de 65 ans, 12,3 % déclarent avoir réduit leurs activités et 10,5 % déclarent les avoir arrêtées (donc 22,8 % au total – 3,6 % de plus que la moyenne). De nombreuses études se sont attachées à étudier les effets de l'aide sur la santé. Une revue systématique (Bom, 2018) propose une synthèse des canaux de causalité identifiés. L'aide a des effets négatifs à court terme sur la santé mentale et physique des proches aidants. Quand une personne aide un proche, la prise de médicaments augmente, ainsi que le signalement de douleurs. L'amplitude des effets dépend des groupes d'aidants considérés : les femmes, les aidants mariés à la personne aidée et les personnes qui fournissent une aide intensive sont les plus touchés. Voir Toulemon L., « Perte d'autonomie : quels effets sur la santé des proches aidants ? », les dossiers de la Drees n°122, octobre 2024.

- 38 % des personnes de 75 ans et plus qui déclarent être en « bonne » ou en « très bonne » santé sont membres d'une association contre 18 % de celles se déclarant en « mauvaise » ou en « très mauvaise » santé.

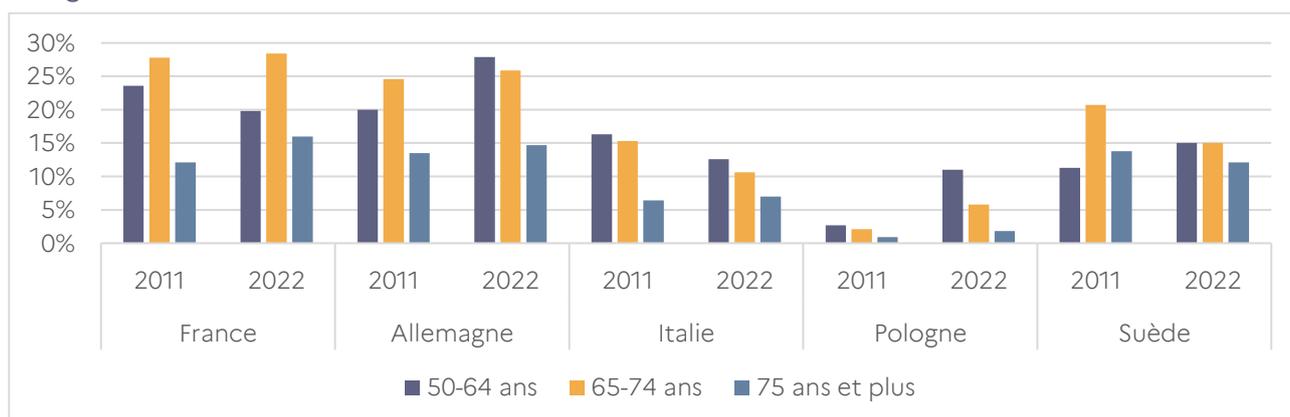
2. La participation à des activités socialisées en comparaison internationale

L'enquête SHARE (voir l'encadré 2 *supra*), qui fournit des données sur la participation sociale à une activité de volontariat, de bénévolat ou à des activités caritatives, permet des comparaisons internationales, sur des échantillons et questionnaires différents de ceux du Baromètre d'opinion de la Drees (présentés *supra*).

Au global, on constate que la France est, avec l'Allemagne, l'un des pays européens où la participation à une activité de volontariat, de bénévolat ou à des activités caritatives est la plus importante (graphique 21).

Dans quatre des cinq pays observés ici, la proportion de personnes déclarant « participer » progresse entre 2011 et 2022 : en France et en Allemagne après 65 ans, en Italie après 75 ans, et en Suède pour les moins de 65 ans.

Graphique 21 | Pourcentage des individus à partir de 50 ans déclarant avoir participé à une activité de volontariat, de bénévolat ou à des activités caritatives en France, en Allemagne, en Italie, en Pologne et en Suède en 2011 et 2022



Lecture : en 2011, 28 % des personnes de 65-74 ans déclarent avoir participé à une activité de volontariat, de bénévolat ou activités caritatives en France.

Source : enquête SHARE, traitement SG HCFEA.

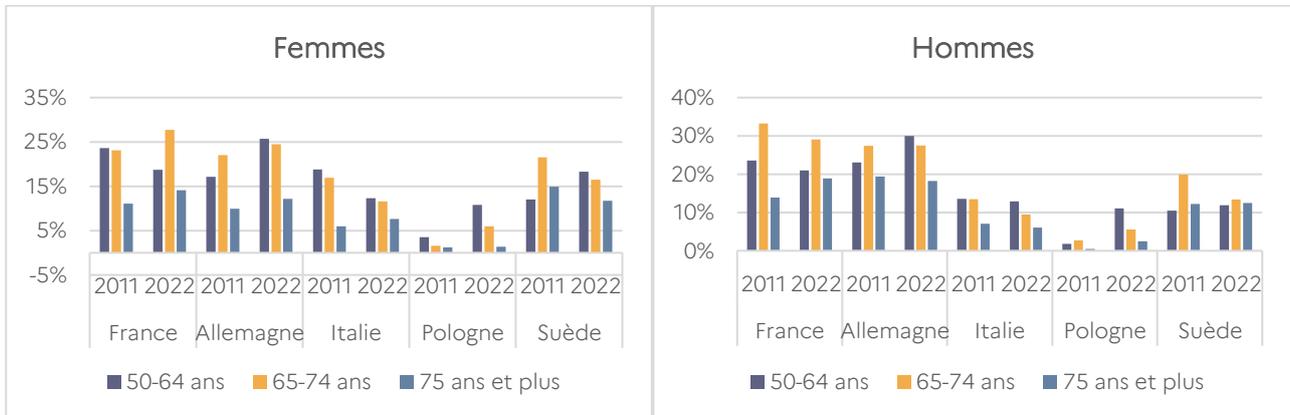
En France et en Allemagne, les taux de participation apparaissent relativement élevés, avec une évolution dynamique de la population âgée de 65 ans et plus entre 2011 et 2022. Par rapport aux résultats des enquêtes nationales présentées *supra*, ceux de l'enquête SHARE pourraient indiquer que les jeunes générations de seniors ne sont peut-être pas moins « impliquées » socialement que les précédentes, mais que leurs formes de participation ont évolué en période récente vers des modalités d'« interventions » moins structurées par les grandes organisations et réseaux.

En Suède, bien que le niveau global de participation soit plus faible, on observe une tendance à la hausse avant 65 ans, suivie d'une baisse marquée au-delà de cet âge. En Italie, les niveaux de participation sont encore plus bas : la participation diminue avant 75 ans, puis se stabilise ensuite. La Pologne enfin se distingue par des taux de participation en nette progression, mais partant d'une situation où elle était presque nulle en 2011.

Ces écarts entre pays sont encore accentués lorsqu'on analyse les données selon le sexe (graphique 22), révélant des disparités notables de participation, et de son évolution, entre les femmes et les hommes.



Graphique 22 | Pourcentage des individus à partir de 50 ans déclarant avoir participé à une activité de volontariat, de bénévolat ou à des activités caritatives en France, en Allemagne, en Italie, en Pologne et en Suède selon le sexe en 2011 et 2022

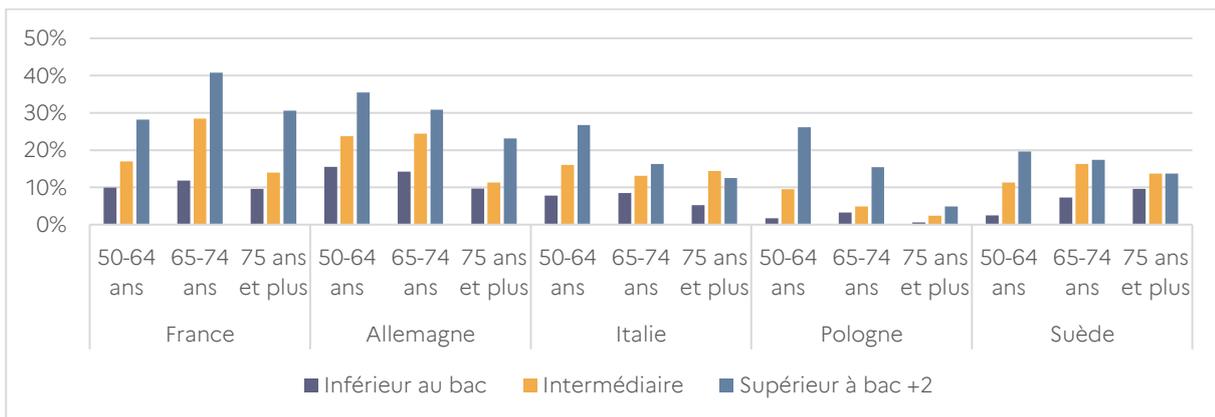


Lecture : en 2011, 23 % des femmes et 33 % des hommes de 65-74 ans déclarent avoir participé à une activité de volontariat, de bénévolat ou activités caritatives en France.
 Source : enquête SHARE, traitement SG HCFEA.

En Allemagne et en France, les hommes demeurent en 2022 plus nombreux que les femmes à participer, même si les écarts tendent à se réduire depuis 2011, notamment en France dans la tranche d'âge des 65-74 ans.

En Italie, la baisse généralisée de la participation à presque tous les âges s'explique principalement par le recul de la participation des femmes. En Suède, le dynamisme observé avant 65 ans est porté majoritairement par les femmes, tandis que la baisse au-delà de cet âge concerne de manière relativement équilibrée les deux sexes. Enfin, en Pologne, la progression de la participation s'effectue de manière globalement équilibrée entre les femmes et les hommes, quel que soit l'âge.

Graphique 23 | Pourcentage des individus à partir de 50 ans déclarant avoir participé à une activité de volontariat, de bénévolat ou activités caritatives en France, en Allemagne, en Italie, en Pologne et en Suède en 2022 selon leur dernier niveau de diplôme



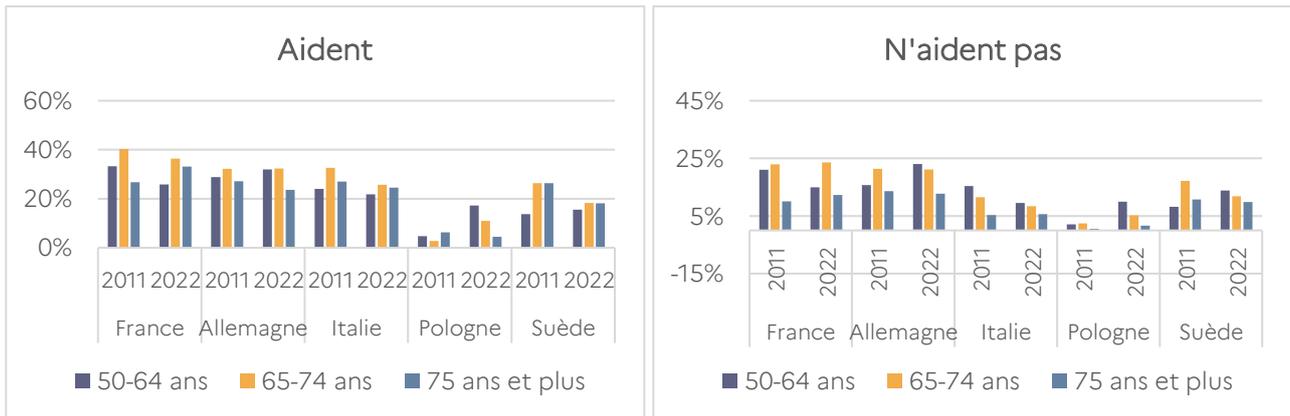
Lecture : en 2022, 12 % des personnes de 65-74 ans ayant un niveau d'étude inférieur au bac déclarent avoir participé à une activité de volontariat, de bénévolat ou activités caritatives en France.
 Source : enquête SHARE, traitement SG HCFEA.

On retrouve au sein de chacun des pays étudiés une différence importante selon le plus haut niveau de diplôme obtenu (graphique 23) : la participation des « hauts » diplômés est deux à trois fois supérieure à celle des moins diplômés, l'écart grandissant avec les âges considérés en France et dans une moindre mesure en Allemagne. Avec des taux de participations bien plus faibles, on retrouve des

caractéristiques relativement similaires en Italie et en Pologne. La Suède se distingue avec des écarts qui tendent à se réduire, voire à disparaître, avec l'avancée en âge.

Comme déjà observé pour la France avec le Baromètre d'opinion de la Drees, on constate dans l'ensemble des pays étudiés que les personnes qui aident régulièrement un autre foyer sont plus susceptibles de se déclarer « participant » à une activité collective (graphique 24).

Graphique 24 | Pourcentage des individus à partir de 50 ans, déclarant avoir participé à une activité de volontariat, de bénévolat ou à des activités caritatives en France, en Allemagne, en Italie, en Pologne et en Suède en 2011 et 2022 selon qu'ils déclarent avoir apporté de l'aide ou non à un autre foyer



Lecture : en 2011, 40 % des personnes de 65-74 ans déclarant avoir apporté de l'aide à un autre foyer participent à une activité de volontariat, de bénévolat ou activités caritatives en France, contre 23 % pour celles déclarant ne pas avoir apporté de l'aide à un autre foyer.

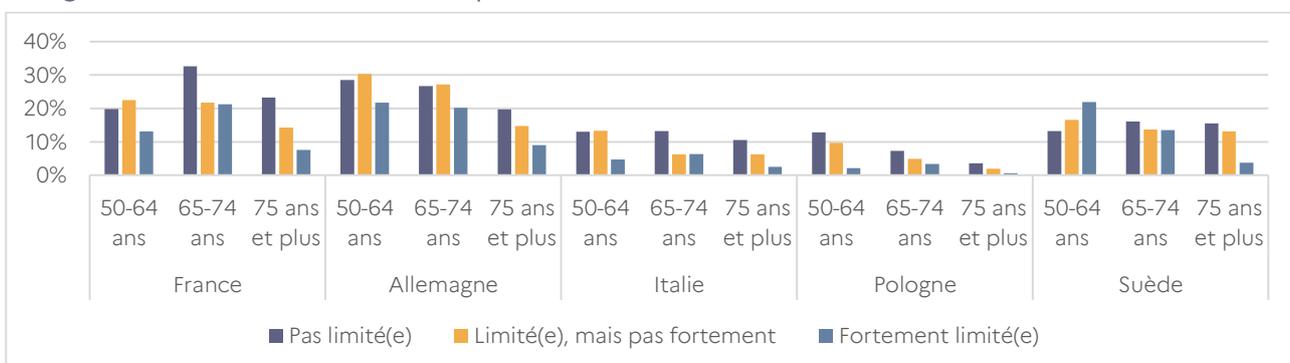
Source : enquête SHARE, traitement SG HCFEA.

Au global, on constate toutefois que les écarts de participation entre ceux qui aident et ceux qui n'aident pas un autre foyer sont croissants avec l'âge, témoignant probablement :

- du meilleur état de santé des plus âgées qui déclarent aider un autre foyer ;
- et, partant, de l'importance des limitations sur la participation à des activités collectives.

De fait, l'existence de limitations a une incidence sur la capacité à participer à des activités de volontariat, de bénévolat ou caritatives de plus en plus importante avec l'avancée en âge (graphique 25).

Graphique 25 | Pourcentage des individus à partir de 50 ans déclarant avoir participé à une activité de volontariat, de bénévolat ou à des activités caritatives en France, en Allemagne, en Italie, en Pologne et en Suède en 2022 selon qu'ils déclarent des limitations ou non



Lecture : en 2011, 33 % des personnes de 65-74 ans déclarant ne pas être « limitées » participent à une activité de volontariat, de bénévolat ou activités caritatives en France, contre 21 % pour celles déclarant être fortement « limitées ».

Source : enquête SHARE, traitement SG HCFEA.



L'analyse des résultats de l'enquête SHARE, couplée à ceux du Baromètre d'opinion de la Drees, permet de confirmer que l'état de santé est très important, voire la variable la plus structurante avec le niveau de diplôme, lorsqu'on analyse la participation, surtout pour les populations les plus âgées. S'agissant des aidants, on peut voir, également, une forme d'effet « d'entraînement altruiste » qui conduit certaines personnes à prolonger une aide apportée à d'autres personnes par un engagement plus collectif et inversement.

B. Des démarches visant à guider les seniors vers la participation

De longue date, les institutions sociales ont cherché à favoriser le maintien « en insertion dans la vie sociale et dans l'activité » des seniors – au premier chef les collectivités territoriales, les associations, les organismes de retraite et de protection sociale. Cette action s'est renforcée ces dernières années, principalement portée par l'interrégime de retraite (encadré 4).

Le mouvement de « resserrement » de la participation sociale, notamment autour des catégories socio-professionnelles supérieures (ou ayant les plus hauts niveaux de diplôme) et des personnes en bonne santé, invite à intégrer une dimension correctrice au bénéfice des personnes les moins favorisées socialement. Et ce *a fortiori* si la participation sociale des seniors revêtait toujours une dimension « genrée » selon le type d'activité (comme vu *supra*).

Encadré 4 | Le site Pourbienvieillir.fr

Depuis 2016, ce site est l'un des piliers de la politique de prévention et de soutien aux personnes âgées portée par les régimes de retraite : l'Assurance retraite, l'Agirc-Arrco, la MSA et la CNRACL. Soutenu par Santé Publique France, ce service agit en complémentarité du site de l'assurance retraite (lassuranceretraite.fr) et fournit des informations et conseils à destination des personnes de plus de 55 ans. Cette limite d'âge relève d'une ambition des caisses de retraite : aider à préparer la transition depuis la vie active vers la vie à la retraite.

Le site s'organise en quatre rubriques : préparer sa vie à la retraite ; rester en bonne santé ; maintenir une vie sociale ; être bien chez soi. Ces rubriques rassemblent une trentaine d'articles, ainsi que quelques *quizz*, afin de transmettre des conseils et astuces sur différents aspects de la vie de retraité. Les « nouveaux » entrants sur le site peuvent bénéficier d'un module d'orientation comprenant 10 questions portant sur la forme physique, l'entourage, les activités quotidiennes, le logement, l'alimentation ou encore l'aide apportée à des proches : par la suite, il permet à l'utilisateur de bénéficier de liens utiles vers d'autres pages du site ou des activités qui pourraient lui convenir.

Le site contient également un espace dédié aux professionnels des secteurs de l'autonomie, du grand âge et du bien-vieillir, principalement pour les accompagner dans leurs démarches de prévention à l'égard des seniors.

Au premier trimestre, 4 900 activités de prévention ou de lutte contre l'isolement social ont été publiées sur cette plateforme, dont 3 900 ateliers thématiques et 240 conférences. Un peu plus de 6 % de ces actions sont publiées par des centres sociaux. Au mois d'avril 2025, le service a dénombré 25 000 visites, qui ont abouti à plus de 100 000 recherches. L'activité physique adaptée et la prévention des chutes, les nouvelles technologies et l'estime de soi sont les thématiques les plus recherchées. Ensuite, viennent les actions de prévention portant sur la mémoire, la nutrition et également l'atelier « Bienvenue à la retraite ».

De fait, promouvoir la participation sociale dans des catégories de population où elle est plus faible (femmes, personnes à faibles diplômes ou revenus, personne déclarant des limitations) pourrait diminuer les inégalités dans la survenue de la perte d'autonomie⁶¹.

- ▶ **Malgré des difficultés méthodologiques dans l'appréciation fine de l'ensemble des liens de causalité, les études montrent un effet protecteur de la participation sociale sur la perte d'autonomie, que ces activités collectives à l'extérieur du foyer soient associatives, bénévoles, sportives, culturelles, politiques ou religieuses (peu d'informations existent toutefois sur les bienfaits propres à chacun de ces types de participation sociale). Développer la participation sociale des personnes âgées pourrait donc être un des leviers de maintien en autonomie d'un plus grand nombre de seniors.**
- ▶ **Dans la mesure où la participation à des activités socialisées concerne davantage les hommes que les femmes, et les personnes à diplômes et revenus élevés, elle peut accentuer les inégalités face à la perte d'autonomie. Il est donc nécessaire de tenir compte des écarts existants entre les personnes dans les pratiques de participation sociale, et de promouvoir spécifiquement auprès de groupes ciblés des propositions d'activité, afin de contribuer à la réduction des inégalités sociales dans la survenue de la perte d'autonomie.**

II. Les freins au développement de la participation sociale

A. De la difficulté de « renouveler » les adhérents/bénévoles/militants

Le secrétariat général du HCFEA a adressé aux organisations représentatives (syndicats et associations et fédérations de retraités) membres du HCFEA un questionnaire sur leurs expériences et analyses en matière de participation des seniors et a pu exploiter les nombreux retours.

De manière préliminaire, la notion de seniors est peu utilisée par les répondants. Pour certains d'entre eux leurs membres sont soit actifs, soit retraités, et l'information sur l'âge des adhérents-militants n'est pas automatiquement suivie, disponible ou traitée.

Les organisations ayant répondu à ce questionnaire témoignent toutes d'une évolution à la baisse de l'adhésion des 65 ans et plus, qui révèle une situation complexe et des défis importants pour elles.

Elles observent une tendance générale à la baisse de l'engagement des seniors, qui se manifeste par une diminution des adhésions, du militantisme - de la participation, et de l'engagement dans l'exercice de mandats. Cette baisse importante (souvent qualifiée de « perte » dans les réponses) est constatée lors du passage à la retraite, mais aussi au cours des années qui suivent.

Historiquement, le passage à la retraite a toujours marqué une rupture avec le monde du travail, ce qui peut entraîner une perte d'intérêt pour le syndicalisme. À l'inverse, l'augmentation du « temps libre » a pu conduire les générations passées de retraités à plus s'investir dans le monde associatif. Cependant, plusieurs évolutions, souvent liées dans un passé récent, contribuent à cette évolution pour les répondants et on retrouve sur ce point des réponses analogues des organisations syndicales ou représentatives.

Dans un contexte de tensions sur le marché du travail (hausse du chômage, intensification des rythmes d'activité, etc.) et de réformes visant notamment à allonger les durées de carrières / retarder

⁶¹ Zhang, Y., Su, D., Chen, Y., Tan, M., & Chen, X., « [Effect of socioeconomic status on the physical and mental health of the elderly: the mediating effect of social participation](#) », BMC Public Health, 22(1), 605, 2022.



les âges de départ à la retraite, ce désengagement peut trouver une de ses sources dans une forme d'« usure liée à la vie professionnelle, au militantisme et à l'engagement »⁶². Le sentiment d'un « manque de dialogue et de considération du pouvoir politique envers les corps intermédiaires » est également mis en avant par les répondants.

Les associations de retraités jouent un rôle important d'accompagnement des transitions entre vie professionnelle et vie à la retraite. Nées dès les années 1910-1920 et issues pour partie de secteurs d'activités (banques, chimie ...), d'entreprises (Air France...) ou de professions (policiers, agriculteurs), et pour partie des associations, clubs et amicales de retraités, elles restent également numériquement importantes en termes de bénévoles et d'adhérents. Ainsi, la plus large des organisations, la Confédération Française des Retraités, revendique, au travers des six organisations qui la composent, environ 1,2 millions d'adhérents⁶³.

Certains membres relèvent, comme le confirme le sociologue Serge Guérin⁶⁴, que les associations d'anciens salariés jouent un grand rôle dans le maintien de l'engagement et du lien social chez les retraités, tout en contribuant au rayonnement de l'établissement quitté des années auparavant. Ces associations tendent cependant à devenir plus rares (certaines entreprises leur retirant leur soutien financier), ou à voir le nombre de leurs membres diminuer peu à peu quand l'activité des entreprises a disparu ou évolué à la suite de rachats, ou encore du fait d'un moindre attachement des « jeunes » seniors qui ont de plus en plus rarement effectué la totalité de leur carrière dans leur dernière entreprise.

Certains répondants relèvent également que les « nouveaux » seniors peuvent se sentir en décalage avec les nouvelles générations et / ou avec les structures représentatives (syndicales ou associatives) qui ne répondent pas/plus à leurs attentes ou au sein desquelles ils peuvent ne plus se sentir en adéquation avec leurs pairs plus jeunes. Les structures et les activités proposées historiquement par les organisations correspondent peut-être moins aux attentes des seniors (surtout les retraités), qui peuvent chercher des activités plus « ludiques » ou « conviviales ». Les activités proposées, ou l'objet des actions et revendications, peuvent être perçues comme ayant moins d'intérêt, ou en contradiction avec les leurs, pour certains seniors qui ont quitté la sphère professionnelle.

Comme certains membres le relèvent, le profil, les demandes et les attentes des seniors ont fortement évolué sur les quinze dernières années. Ils suivent en cela l'évolution des profils des générations. Les personnes qui atteignent 65 ans aujourd'hui sont nées en 1960. Par rapport aux premières générations du baby-boom par exemple, elles ont été plus nombreuses à accéder à une scolarité longue avec la mise en place progressive du collège unique et l'allongement de la scolarité obligatoire, elles ont eu des carrières moins fréquentes (et moins longue) dans l'industrie au profit des activités de service, avec une implication des femmes dans le marché du travail plus importante.

Ces éléments conduisent à un profond renouvellement des profils de seniors et des difficultés de renouvellement et de maintien des bénévoles et militants : associations et syndicats font état de

⁶² En comparaison avec des pays européens proches (Allemagne, Royaume-Uni, Espagne, Italie, Suède), la France est l'un des pays où l'exposition à la pénibilité est la plus importante (en 2ème position sur 6), même si souvent (pour les risques chimiques notamment) les différences sont faibles et probablement pas toujours statistiquement significatives. Voir Cor (Secrétariat général du), « [Une comparaison des conditions de travail en Europe](#) », document de travail, mars 2023.

⁶³ Le Groupement Confédération Nationale des retraités - Union Fédérale des Retraités des Banques (UFRB), la Fédération Nationale des Associations de Retraités et Préretraités (FNAR), l'Union Française des Retraités (UFR), la Confédération Nationale des Retraités des Professions Libérales (CNRPL), Association Nationale de Retraités (ANR), Générations Mouvement.

⁶⁴ Chronique dans Notre Temps, N°665, mai 2025.

difficultés grandissantes de recrutement et donc de renouvellement des adhérents/militants seniors pour « assurer la relève », surtout dans les petites structures locales. La perte de contact avec les adhérents/militants géographiquement dispersés (et pour qui les déplacements ont un coût plus élevé), est également un défi.

B. Le besoin de repenser l'accompagnement et de lever les freins à la participation

1. Les actions permettant de relancer l'investissement auprès d'associations

Afin de soutenir l'engagement bénévole, diverses mesures ont été prises ou font l'objet d'actions ou de réflexion en cours.

La loi du 15 avril 2024 visant à soutenir l'engagement bénévole et à simplifier la vie associative visait à répondre à des problématiques concrètes des associations et comportait différentes mesures pour encourager le bénévolat. Ces mesures concernaient cependant principalement les personnes en emploi (ouverture des droits de formation inscrits sur le compte personnel de formation (CPF) dans le cadre du [compte d'engagement citoyen \(CEC\)](#), assouplissement des conditions de recours au congé d'engagement associatif).

Face à la difficulté à mobiliser de nouveaux adhérents, les réseaux associatifs, ainsi que des fédérations syndicales de retraités, cherchent à mieux répondre aux freins à l'engagement des seniors.

a. Mieux orienter les personnes vers la participation et le bénévolat

Plusieurs évolutions dans la pratique syndicale/associative ont été mises en place pour répondre aux attentes des seniors, notamment en ce qui concerne leur engagement après la retraite. On peut citer en synthèse parmi les éléments transmis par les membres du Conseil de l'âge :

- le développement de stages de préparation à la retraite pour les salariés proches de cet événement. Ces formations abordent des sujets tels que la constitution des dossiers de retraite, l'information sur les régimes de retraite, le cumul emploi-retraite et les démarches à suivre. L'objectif est d'aider à anticiper et à gérer le passage à la retraite, mais aussi d'inciter les futurs retraités à rester engagés en leur présentant des associations (*voir infra*) ;
- l'organisation d'actions spécifiques / ciblées pour les retraités, comme des rencontres, des débats et des projections. Ces événements permettent de maintenir un lien social et de continuer à informer les retraités sur les enjeux qui les concernent ;
- l'adaptation – diversification des moyens de communication et la proposition de services adaptés tels que des mémos d'information pour les retraités⁶⁵, informations juridiques, proposition de souscription de contrat de complémentaires santé, ou des tarifs préférentiels pour des achats ou des voyages ;
- la recherche des freins à l'engagement afin d'adapter leurs actions et de trouver des solutions pour encourager la participation.

Ainsi, de plus en plus d'actions d'« aller-vers » les futurs bénévoles âgés se mettent en place afin de mieux orienter les personnes vers le bénévolat (encadré 5).

⁶⁵ Par exemple [celui de la FSU](#) qui aborde, outre les droits et aides potentielles, la question du rôle social des retraités et oriente vers des associations.



Encadré 5 | L'action sociale des caisses de retraite – l'exemple de la Cnav

Faisant le constat que le passage de la vie active à la retraite est un événement de vie important, un bouleversement qu'il convient d'anticiper, l'Assurance retraite a bâti une offre et un accompagnement sur mesure « Bienvenue à la retraite » pour répondre aux attentes et besoins des futurs et nouveaux retraités en situation de vulnérabilité ou de fragilité sociale (2 ans avant et après le passage à la retraite). Elle s'est fixé un objectif croissant de bénéficiaires depuis son démarrage en 2023 sur toute la période de la COG 2023-2027 et dans tous les territoires. Organisés en petit groupe, les modules de l'atelier « bien vieillir » (construits avec et pour des retraités en situation de vulnérabilité économique et/ou d'isolement social) abordent les sujets suivants :

- démarches administratives et financières pour connaître ses droits à la retraite, gérer son budget, ses ressources, etc. ;
- envies, projets - penser et trouver sa place, son rythme dans cette nouvelle étape de la vie ;
- prendre soin de soi pour préserver sa santé et garantir son bien-être - bouger, bien manger, bien dormir, comprendre pourquoi et comment devenir acteur de son bien-vieillir.

En 2024, 875 ateliers « Bienvenue à la retraite » ont été organisés pour près de 8 000 participants et 20 % des publics accompagnés sont dans des situations de fragilité (invalidité, faibles ressources, chômage, Esat, etc.).

Les remontées 2024 témoignent d'un vrai engagement du réseau des caisses régionales pour ancrer ce nouvel accompagnement dans tous les territoires :

- les forums, évènements ou conférences sur le bien vieillir ont été l'occasion de communiquer sur la programmation de ces ateliers ;
- l'atelier a également été promu auprès des professionnels locaux (France services par exemple) ;
- les lieux de programmation ont été variés : entreprises, agences retraite, centres sociaux, Etablissement ou services d'aide par le travail (Esat), salles communales etc. afin de multiplier les occasions de toucher des publics différents et en besoin d'accompagnement.

De son côté, la Croix-Rouge, qui a longtemps privilégié les actions de communication pour prôner l'engagement des plus jeunes, a décidé depuis la fin des années 2010 de mener des actions spécifiques visant au bénévolat des plus âgés. Dans le cadre d'une initiative nationale⁶⁶, la Croix-Rouge appelle à valoriser le bénévolat des retraités comme levier contre l'isolement. Elle a notamment créé de nouvelles formes d'accompagnement solidaire des personnes âgées grâce à des bénévoles seniors actifs : environ 3 000 bénévoles sont mobilisés pour agir auprès de plus de 13 000 seniors isolés. La Mobilisation Nationale contre l'Isolement des Âgés (Monalisa) propose également des initiatives en ce sens (encadré 6).

Encadré 6 | Monalisa

Face au défi de l'isolement social des personnes âgées, la Mobilisation Nationale contre l'Isolement des Âgés (Monalisa) a vu le jour en 2013, sous l'égide du gouvernement et d'associations partenaires. Ce collectif citoyen et associatif fédère aujourd'hui plus de 15 000 bénévoles, engagés dans près de 900 équipes locales, qui œuvrent au quotidien pour retisser les liens sociaux fragilisés par l'âge ou les circonstances. Leur action, à travers des visites, des sorties accompagnées, des ateliers collectifs ou des mises en relation avec les services du territoire, a fait de Monalisa un acteur de référence⁶⁷. Au-delà de ses interventions de proximité, l'association joue également un rôle de coordination et d'incubation, en favorisant la coopération entre acteurs institutionnels, associatifs et citoyens.

⁶⁶ Croix-Rouge française, « [Pour une société de la longévité](#) », septembre 2019.

⁶⁷ Voir [l'avis du Conseil de l'âge sur la démarche Monalisa et la politique de maintien du lien social et de lutte contre l'isolement des personnes âgées](#), adopté le 16 mai 2019.

En Gironde par exemple, cette dynamique nationale trouve un écho particulier avec la création de la « Semaine de lutte contre l'isolement des aînés ». L'édition de juin 2024, par exemple, a mobilisé plus de 2 000 personnes âgées sur l'ensemble du territoire girondin, autour de plus de 120 manifestations et rencontres organisées par les communes, les CCAS et de nombreux partenaires associatifs. Elle illustre la complémentarité nécessaire entre engagements professionnels, institutionnels et citoyens pour que plus personne ne vieillisse seul.

Certaines structures, comme les centres sociaux (encadré 7), ont cherché à diversifier les types d'activités à la fois en termes de thématiques que de personnes mises en relation ou interaction.

Encadré 7 | La partageraie

Le Centre Socioculturel La Partageraie est implanté à Saint-Pierre-d'Albigny depuis 2005 et agit aujourd'hui sur un territoire rural réunissant plusieurs communes de la Communauté de Communes Cœur de Savoie.

Structuré autour de valeurs d'éducation populaire, ce centre se positionne comme une ressource pour habitants, associations, élus et collectivités. Il propose un large éventail de services (accueil de loisirs, lieu d'information familiale et numérique, accompagnement aux démarches administratives, etc.) en favorisant la participation active des habitants, l'entraide entre générations et la création d'un véritable écosystème local. La Partageraie incarne une approche inclusive et structurée de l'action collective. Si un tiers de ses actions sont en direction des seniors, ces derniers représentent près de 50 % en moyenne des bénévoles mobilisés sur les actions du centre. Elle constitue un modèle inspirant de lieu de vie sociale en milieu rural, capable de promouvoir le mieux-vivre ensemble avec un projet d'inclusion des seniors dans les actions, en s'appuyant sur des partenariats avec les élus locaux, la Carsat, la CAF, la Commission des financeurs, etc., tout en soutenant des initiatives culturelles, éducatives et citoyennes.

Enfin, la mobilisation La Semaine Bleue, coordonnée par l'Uniopss⁶⁸, aborde chaque année la question de la place des anciens dans la société et les liens sociaux et intergénérationnels (encadré 8). Elle organise son édition de 2025 sur le thème « Vieillir : une force à partager ! » afin de promouvoir un renforcement du rôle des aînés dans la vie sociale de leur territoire avec notamment une campagne de sensibilisation à l'engagement.

Encadré 8 | La Semaine Bleue

Semaine nationale des retraités et des personnes âgées, la Semaine Bleue a pour vocation de valoriser la place des aînés dans notre société et l'importance des liens entre les générations. Depuis plus de 70 ans, tout au long de la première semaine d'octobre, les acteurs qui travaillent au quotidien auprès des personnes âgées (associations, collectivités locales, centres d'action sociale, établissements pour personnes âgées...) organisent des milliers d'actions pour et avec les aînés, afin de mettre en lumière les contributions de tous les « vieux », quels que soient leur âge et leur niveau d'autonomie, à la vie économique, sociale et culturelle de notre pays.

À titre d'exemple, la Semaine Bleue a donné l'occasion de mettre en avant l'initiative « Paroles de seniors », portée par le Centre social Agora, sur l'ensemble du territoire de la communauté de communes Pouilly-en-Auxois/Bligny-sur-Ouche en Côte-d'Or, composé de 47 communes. Il s'agit d'un journal trimestriel pour donner la parole aux seniors et valoriser leur expérience de vie afin de

⁶⁸ L'Union nationale interfédérale des œuvres et organismes privés non lucratifs sanitaires et sociaux (Uniopss) est une association loi 1901 reconnue d'utilité publique qui réunit l'ensemble des associations des solidarités et de la santé, engagées aux côtés des personnes vulnérables et fragiles. Elle siège au Conseil de l'âge. L'Uniopss fédère par ailleurs des unions régionales ainsi qu'une centaine de fédérations, unions et associations nationales, représentant 35 000 établissements, 750 000 salariés et l'engagement d'un million de bénévoles.



prévenir leur possible isolement, amplifié par l'éloignement géographique, en particulier en milieu rural où les personnes âgées rencontrent davantage de difficultés pour se déplacer. Le journal « Paroles de seniors », qui fête ses 10 ans en 2025, touche désormais un tiers des anciens du territoire, en tant que lecteurs, rédacteurs occasionnels ou bénévoles. Un « café des distributeurs » est proposé à chaque sortie du journal pour échanger, ajuster, renforcer les liens avec ces bénévoles qui ne se connaissent pas tous. Les distributeurs, pour la majorité eux-mêmes âgés, remettent les journaux aux lecteurs de la main à la main. C'est ainsi l'occasion d'échanger, de prendre des nouvelles et de renforcer les liens intragénérationnels.

Ces exemples montrent qu'il est opportun de ne pas assigner les seniors à des missions uniquement tournées vers d'autres seniors, au risque de créer une forme de cloisonnement générationnel. Promouvoir des projets intergénérationnels, dans lesquels les seniors peuvent transmettre leurs savoirs, accompagner des jeunes ou coopérer avec des publics d'âges divers, permet non seulement de valoriser leur expérience, mais aussi de renforcer le lien social entre générations.

b. Mieux accompagner les personnes dans le bénévolat

Pour favoriser la participation sociale des seniors et maintenir leur engagement dans la vie associative, France Bénévolat identifie plusieurs leviers d'action essentiels à mettre en œuvre dans les associations⁶⁹.

Le premier levier d'action consiste à renforcer l'écoute des bénévoles âgés, en tenant compte de leurs motivations, de leurs attentes, mais aussi de leurs contraintes spécifiques. Loin de se limiter à une disponibilité importante et à une implication durable, le bénévolat senior évolue : de plus en plus de personnes de plus de 50 ans expriment une préférence pour des formes d'engagement ponctuelles, souples et compatibles avec d'autres activités (familiales, personnelles, de santé). Cette évolution invite les structures à ajuster leurs organisations pour proposer une diversité de formats d'engagement (encadré 9). Lorsqu'il est accompagné, structuré et allié au numérique, il peut être un levier puissant de cohésion sociale et de prévention de la perte d'autonomie.

Encadré 9 | La démarche Bip Pop ou la conciliation des aspirations des bénévoles via le numérique

Bip Pop constitue un exemple pratique particulièrement intéressant d'innovation sociale et numérique au service du lien intergénérationnel et de la lutte contre l'isolement, notamment des personnes âgées.

Elle repose sur une plateforme numérique (accessible également par téléphone) permettant de mettre en relation, de manière sécurisée, des personnes en situation de fragilité – majoritairement âgées – avec des citoyens bénévoles, des associations ou des acteurs publics pour la réalisation de services simples du quotidien. Sur la période 2017-2025, Bip Pop recense :

- 52 % des actions réalisées pour de l'aide à la mobilité (accompagnement aux courses ou à un rendez-vous) ;
- 40 % des actions réalisées concernant le lien social (appels de convivialité, visites à domicile, etc.) ;
- 4% des actions réalisées pour de l'aide informatique et administrative ;
- 3 % des actions de petits services ponctuels du quotidien (aide au petit bricolage par exemple) ;
- et 1 % des actions de partage de savoir.

Ce qui fait la spécificité de Bip Pop, au-delà de sa capacité à créer du lien de proximité, c'est d'une part son ancrage territorial : plus de 1 000 collectivités locales sont aujourd'hui partenaires de la démarche, qui adapte ses outils aux réalités et besoins de chaque commune ou département. Les missions proposées sont géolocalisées, validées et suivies, garantissant un encadrement sécurisant

⁶⁹ France Bénévolat, « [Baromètre d'opinion sur l'engagement bénévole](#) », mars 2025.

tant pour les usagers que pour les bénévoles. Ces derniers sont nombreux : plus de 10 000 citoyens engagés, souvent retraités (la moitié des bénévoles a plus de 60 ans) ou jeunes actifs, participent aux actions proposées, dans une logique d'entraide intergénérationnelle. Plus de 60 000 bénévoles ont été menées *via* la plateforme depuis l'origine de la plateforme.

D'autre part, le fait de recenser de manière « pratique » et accessible les demandes induit :

- une réactivité du dispositif car la moitié des demandes sont prises en charge en moins de trois heures, avec un taux de satisfaction très élevé ;
- de renforcer la participation car l'engagement peut être ponctuel et plus « libre » de la part des bénévoles avec la moitié des actions des bénévoles auprès des personnes aidées qui représente un temps de moins d'une heure.

Le deuxième lever d'action consiste à mieux communiquer sur le projet associatif dans son ensemble : il s'agit de donner envie de participer en valorisant non seulement l'objet social et les missions de l'association, mais aussi les réussites concrètes obtenues, la souplesse de fonctionnement et le plaisir que retirent les bénévoles de leur engagement. Dans une société où la quête de sens devient une motivation centrale, notamment chez les retraités jeunes ou récents, montrer l'utilité sociale et la convivialité du cadre associatif est un facteur clé d'attractivité (encadré 10). Le Haut Conseil à la vie associative (HCVA), dans ses travaux récents sur l'évolution des formes d'engagement⁷⁰, souligne l'importance de la reconnaissance, de la qualité relationnelle et de la souplesse des organisations pour maintenir l'implication des bénévoles, notamment des plus âgés. Bien que non exclusivement consacré aux seniors, ce constat rejoint les analyses de France Bénévolat.

Encadré 10 | La Fabrique de la solidarité

La Fabrique de la Solidarité, créée par la Ville de Paris, favorise l'engagement solidaire des habitant.es. Elle informe, forme et met en relation celles et ceux qui souhaitent agir, en soutenant associations et initiatives locales. Avec 18 500 abonné.es à sa newsletter et plus de 12 600 Parisien.nes formé.es, elle constitue un « carrefour » de la solidarité. Chaque année, près de 30 formations sont proposées, et un réseau de 200 associations et 90 entreprises partenaires en bénéficie.

La Fabrique joue un rôle clé auprès des seniors, en leur offrant des formes d'engagement souples : newsletter gratuite, missions ponctuelles, formations de proximité adaptées aux contraintes de mobilité. En partenariat avec le Bureau d'animation pour la vie sociale et les clubs seniors, elle relaie des missions, collecte des dons et organise des ateliers solidaires (tricot, couture, boîtes de Noël, chorales, ateliers linguistiques), valorisant les compétences tout en renforçant les liens sociaux.

Lieu de rencontres intergénérationnelles, la Fabrique propose aussi une programmation culturelle et événementielle (ateliers sportifs liés aux Jeux 2024, artistiques avec Danse Capitale en 2025, expositions, conférences). Sa participation à « Bien Vivre Paris : le forum des seniors parisiens » confirme l'intérêt des plus de 65 ans : à chaque édition, une cinquantaine rejoignent sa communauté. En combinant proximité, souplesse et ouverture, la Fabrique de la Solidarité constitue un levier majeur d'implication des seniors à Paris, tout en renforçant la solidarité urbaine et intergénérationnelle.

Troisièmement, les associations sont invitées à adapter leurs modalités d'organisation, en proposant à la fois des missions régulières, pour les bénévoles qui souhaitent s'impliquer dans la durée, et des missions plus courtes, souples, voire ponctuelles, pour ceux qui préfèrent un engagement à géométrie variable (encadré 11). Cette flexibilité permet aussi d'éviter l'épuisement des bénévoles les plus impliqués, en répartissant plus équitablement les tâches et en évitant une surcharge de la minorité d'actifs très réguliers.

⁷⁰ Haut Conseil à la vie associative (HCVA), « [Bilan de la vie associative 2021-2022](#) », décembre 2023.



Encadré 11 | L'évolution de l'organisation de l'ADMR

L'ADMR (Aide à Domicile en Milieu Rural), née en 1945, constitue aujourd'hui le premier réseau associatif français de services à la personne. Elle repose sur un modèle de fédération décentralisée et se compose de plusieurs niveaux :

- plus de 2 700 associations locales présentes dans presque tous les départements ;
- des fédérations départementales qui assurent la coordination, l'accompagnement et le soutien technique des associations locales ;
- une union nationale (ADMR nationale), qui représente le réseau au niveau national, assure la cohérence stratégique et défend ses intérêts auprès des pouvoirs publics.

L'exemple de l'ADMR illustre de manière particulièrement parlante la capacité d'adaptation des associations face à l'évolution des profils et des attentes de leurs bénévoles, en particulier les plus âgés. À partir d'une analyse fine des résultats de leur propre baromètre interne, l'association a mis en lumière plusieurs tendances lourdes au sein de son réseau de bénévoles : une moindre stabilité des engagements dans la durée, un moindre appétit pour les responsabilités formelles (présidence, trésorerie, coordination, etc.), et une volonté croissante d'être utile sur des formats plus souples, plus concrets, et davantage centrés sur la relation humaine. Ce constat, partagé par d'autres grands réseaux associatifs, a conduit l'ADMR à engager une réorganisation en profondeur de son fonctionnement.

L'association a fait le choix d'accompagner cette évolution en adaptant son modèle. Cela s'est traduit notamment par une professionnalisation renforcée de l'encadrement et de la gestion des activités : des fonctions auparavant assurées par des bénévoles, souvent retraités et très investis, ont été progressivement transférées vers des salariés ou des postes mutualisés à l'échelle départementale ou intercommunale. Parallèlement, le réseau, à l'instar de l'ADMR de la Sarthe, a recentré le bénévolat sur ce qui constitue le cœur humain et social de son activité : la relation d'aide, l'accompagnement et la présence auprès des personnes suivies. En offrant aux bénévoles la possibilité de s'engager sur des formats plus souples, adaptés à leurs disponibilités et à leurs envies – visites de convivialité, accompagnement aux courses, sorties culturelles ou sportives, soutien ponctuel, actions de soutien à des personnes plus jeunes en situation de précarité – l'association entend maintenir une dynamique d'engagement tout en respectant les évolutions sociétales. Ce repositionnement contribue également à redonner du sens au bénévolat, en valorisant la dimension relationnelle, interpersonnelle et locale de l'action associative.

Un autre levier essentiel réside dans le renforcement de la dimension collective du bénévolat. Faire « plus collectif » permet de raviver l'essence même du fait associatif : l'action en commun au service d'un bien commun. Cela suppose de cultiver des dynamiques de coopération, de co-responsabilité et de solidarité au sein des équipes bénévoles, de manière à éviter les sentiments d'isolement ou de surcharge individuelle (encadré 12). Cette approche collective est aussi favorable à l'intégration de nouveaux bénévoles, notamment lorsqu'ils découvrent l'association par le biais d'activités de groupe ou de projets collaboratifs.

Encadré 12 | L'Heure Civique Seniors

Sans engagement et sans contrainte, l'Heure Civique, démarche expérimentale depuis 2021 au sein de l'association *Voisins Solidaires*, consiste pour les volontaires à donner une heure par mois pour une action de solidarité dans son voisinage ou sa commune, en choisissant les gestes de solidarité qui leur conviennent.

L'objectif de l'Heure Civique est de créer une dynamique de mobilisation citoyenne et solidaire. Cette démarche peut constituer la première marche dans un parcours d'engagement citoyen. Elle vient en complément du bénévolat associatif pour toucher un public plus large considérant que « *les vies au rythme effréné ne permettent pas toujours de s'engager dans le long terme* ».

A ce jour, 5 départements (Vendée, Charente-Maritime, Finistère, Val-de-Marne, Mayenne) et 209 mairies en sont partenaires. 20 607 volontaires sont recensés et plus de 150 000 heures civiques ont été effectuées.

Fort de cette expérience, l'association a cocréé, avec AG2R la mondiale, une version senior du dispositif avec l'Heure Civique Seniors. Le dispositif vise notamment à proposer aux seniors une forme d'engagement simple et légère afin d'anticiper leur isolement potentiel en les intégrant dans un réseau d'entraide et de sociabilité tout en leur permettant de découvrir le tissu associatif local et contribuer à son dynamisme.

Ces différents exemples d'évolution montrent l'intérêt d'un renouvellement des pratiques associatives pour mieux prendre en compte les aspirations contemporaines des seniors.

c. La question à traiter des freins à l'engagement

Dans un contexte où les facteurs personnels entrent en jeu (comme le souhait de profiter de temps libre, de voyager, ou de se consacrer à sa famille) potentiellement couplés à des difficultés financières liées à la perte de pouvoir d'achat⁷¹ ou à des préoccupations de santé, l'engagement et/ou la participation sociale ne sont plus centraux en avançant dans l'âge.

L'engagement bénévole, particulièrement en milieu rural, se heurte à des contraintes matérielles de plus en plus marquées, parmi lesquelles la question de la mobilité constitue un frein central (encadré 13). Dans les zones peu denses, l'accès aux lieux d'activité associative suppose souvent des trajets en voiture, parfois sur de longues distances. L'augmentation continue du coût de l'énergie, des carburants et des péages aggrave ces difficultés, surtout pour les personnes âgées ou modestes, qui assument elles-mêmes les frais liés à leur engagement.

Encadré 13 | Le baromètre de l'Unsa

Certaines organisations membres du Conseil de l'âge travaillent également à mieux cerner les aspirations des seniors et la réalité de leur participation sociale. C'est notamment le cas de l'Unsa Retraités qui a publié son « [baromètre des retraités.es](#) » en novembre 2024, enquête sur plus de 2 300 retraités et portant sur leurs préoccupations et perceptions de cette période de la vie.

Malgré ces difficultés financières et sociales, les répondants « retraités » déclarent, à plus de 80 %, se sentir utiles dans la société notamment par leur implication dans la vie associative ou par des actions de solidarité intergénérationnelle. Et de fait, 60 % d'entre-eux disent exercer une activité bénévole. Ils ne sont toutefois plus que 34 % parmi ceux percevant moins de 1 000 € par mois. C'est aussi dans ce groupe que la proportion de retraités exerçant une activité professionnelle par nécessité est la plus élevée (14 %).

Si le passage à la retraite est ressenti comme une étape positive pour la quasi-totalité des répondants « retraités » (88 %), il est nécessaire de s'intéresser à la diversité des profils, et des aspirations, de personnes regroupées dans cette catégorie très hétérogène.

Or, le régime fiscal actuel ne permet pas une prise en compte suffisamment incitative de ces charges. Si les heures de bénévolat, en tant que telles, n'ouvrent droit à aucun avantage fiscal – ce qui correspond au principe d'un engagement désintéressé – les frais engagés personnellement par un bénévole peuvent, sous certaines conditions, être considérés comme un don en nature et donner droit à une réduction d'impôt. Cette disposition s'applique principalement aux frais de déplacement (kilomètres parcourus, billets de transport en commun, péages) ou à de petits frais annexes (timbres,

⁷¹ Ceci, même si l'inflation en 2023 a pesé plus fortement sur les ménages dont la personne de référence a moins de 30 ans : -5,4 % de leur niveau de vie, contre -4,4 % pour les 30-39 ans ou -4,2 % pour les 65 ans ou plus. Voir Insee, « [France portrait social](#) », Insee Références, novembre 2024.



fournitures). Pour en bénéficier, le bénévole doit renoncer explicitement à leur remboursement par l'association et produire les justificatifs nécessaires.

Toutefois, cette possibilité ne concerne que les personnes imposables à l'impôt sur le revenu. De fait, une partie importante des bénévoles, notamment les retraités modestes ou les jeunes adultes, ne tirent aucun bénéfice fiscal de cette déduction, ce qui constitue une inégalité d'accès à ce soutien indirect⁷². Ce constat a conduit plusieurs acteurs du monde associatif, ainsi que des parlementaires, à proposer une évolution du dispositif vers un crédit d'impôt, avec un coût pour les finances publiques, qui serait universellement accessible, y compris aux non-imposables. À ce jour, le gouvernement n'a pas donné suite à ces propositions, laissant en suspens une réforme pourtant jugée structurante par les associations.

D'autres initiatives fiscales existent, comme le chèque-repas du bénévole, qui permet à une association de prendre en charge tout ou partie des repas d'un bénévole dans le cadre de son activité. Ce dispositif, exonéré d'impôt pour le bénéficiaire comme pour l'association, reste cependant peu connu et peu utilisé, notamment en raison de son encadrement strict et du coût qu'il représente pour les petites structures.

Enfin, même lorsque des expérimentations locales sont mises en place pour favoriser l'engagement, les sources de financement se heurtent aux logiques segmentées de la dépense publique. Ainsi, une initiative bénévole intergénérationnelle ou à visée inclusive peut se voir refuser un financement d'un financeur en particulier si elle ne concerne pas exclusivement « son » public. Cette logique de « cloisonnement » budgétaire freine l'émergence d'actions transversales, pourtant en phase avec les besoins sociaux contemporains (voir *supra*).

- ▶ **Il est nécessaire de renforcer l'attractivité de l'engagement, en particulier celui des seniors, dans un contexte où la solidarité de proximité et le renforcement des liens intergénérationnels constituent un levier essentiel de développement du lien social, tout en favorisant le maintien en autonomie.**
- ▶ **Pour le Conseil de l'âge, il convient de lutter contre les freins à l'engagement, notamment en faisant évoluer la fiscalité de l'engagement bénévole vers un modèle plus juste et incitatif, en transformant notamment la prise en charge des frais engagés par les bénévoles en crédit d'impôt, et en « décroissant » certains critères de financement des actions collectives en fonction des publics cibles.**

2. Les réflexions et orientations pour soutenir l'exercice de fonctions de représentation

a. L'existence de limites d'âge peu contraignantes pour l'exercice d'une majorité de mandats

La représentation des seniors dans les instances de gouvernance ou de concertation est un sujet d'importance croissante, surtout dans le contexte du vieillissement de la population et de l'allongement de la vie professionnelle.

Le désengagement des seniors des engagements militants induit, pour une majorité de répondants au questionnaire du secrétariat général du HCFEA aux membres du Conseil de l'âge (voir *supra*), de

⁷² Voir les actes du colloque « [Promouvoir l'engagement bénévole des seniors dans le monde sportif](#) » organisé par l'International longevity centre France en partenariat avec le CESE, avril 2025.

plus en plus de difficultés pour trouver des retraités au sein des organisations afin d'« occuper » des mandats, notamment dans les Conseils départementaux de la citoyenneté et de l'autonomie (CDCA). A l'inverse, les organisations répondantes constatent :

- qu'il est en général moins difficile de maintenir un engagement militant si des responsabilités et / ou des mandats sont proposés aux adhérents, de par l'intérêt et le sentiment d'utilité qu'ils confèrent ;
- que s'agissant particulièrement des Conseils départementaux de la citoyenneté et de l'autonomie (CDCA), la réalité de leur activité est un facteur important pour l'engagement des seniors. Si l'activité ou l'intérêt des travaux du CDCA est faible, les seniors ne souhaitent pas y participer. Au contraire, si le CDCA est actif, la « relève » se fait plus facilement.

Ce constat est valable pour de nombreuses instances. Mais l'existence de limites d'âge pour l'exercice de certains mandats est également souvent citée comme un frein à la participation des seniors.

Au-delà des limites au cumul des mandats – entre instances simultanément et au sein d'une instance dans le temps, et alors qu'il existe toujours des limites d'âge minimal pour accéder à certaines fonctions, les limites d'âge maximal que le Conseil a pu identifier apparaissent potentiellement assez peu contraignantes, à l'exception relative de celles existant pour les mandats d'administrateur dans les organismes de Sécurité sociale (OSS).

Au niveau des entreprises, on observe une tendance au rajeunissement des conseils d'administration, notamment sous l'influence des évolutions légales et réglementaires. Par exemple, des lois comme la loi Pacte de mai 2019 (Plan d'action pour la croissance et la transformation des entreprises) et la volonté d'apporter plus de diversité (y compris en termes d'âge) ont contribué à une baisse progressive du nombre de seniors dans ces rôles.

En France, il existe des pratiques courantes visant à limiter la concentration de mandats chez des adultes plus âgés. Certaines entreprises ont instauré des limites de représentation pour les membres des conseils d'administration, souvent à 70 ans, bien que cette limite puisse varier et, à défaut de dispositions contraires de statuts, la limite la plus forte concerne le nombre d'administrateurs ou de membres du conseil de surveillance ayant plus de 70 ans qui ne peut être supérieur au tiers des administrateurs en fonctions.

C'est le cas notamment dans les grandes entreprises publiques (EDF, SNCF, La Poste, etc.). Il est même possible que les représentants des salariés ne se voient pas opposer de limites d'âge mais ils doivent être « en emploi » au moment de leur nomination.

Dans les établissements de santé, sociaux et médico-sociaux publics ainsi que des Centres intercommunaux d'action sociale (CCIAS), il semble qu'il n'existe pas de règles d'âge spécifiques ou formelles : la seule limite tenant à la représentativité du collège de nomination. Ces Conseils semblent conserver un nombre significatif de seniors, tant pour leur expertise que par une difficulté potentielle de trouver des volontaires pour un renouvellement régulier.

Pour les représentations spécifiques devant les juridictions (conseiller.e prud'homal.e, assesseur.e dans les pôles sociaux des tribunaux de grande instance⁷³, etc.), il existe des règles de durée d'activité minimale (deux ans) dans les dix dernières années avant nomination et, depuis 2023, le mandat prend fin automatiquement à la fin de l'année civile au cours de laquelle est atteint l'âge de 75 ans.

De fait, les principales limites d'âge plus contraignantes relevées à ce stade, concernent *de jure* les organismes de Sécurité sociale (OSS).

⁷³ Ils remplacent les tribunaux des affaires de sécurité sociale (TASS) depuis le 1^{er} janvier 2019.



La condition de limite d'âge applicable aux administrateurs des OSS à leur nomination est fixée à 65 ans par l'article L. 231-6 du code de la sécurité sociale (CSS). La condition d'âge étant examinée à l'occasion de la nomination des administrateurs/conseillers, une personne n'ayant pas 65 ans révolus peut être nommée en tant que conseiller ou administrateur et exercera sa fonction jusqu'à son terme, au-delà de ses 65 ans le cas échéant.

Cette règle concerne les administrateurs de toutes les instances du régime général avec cependant quelques exceptions. En effet, ne sont pas concernés :

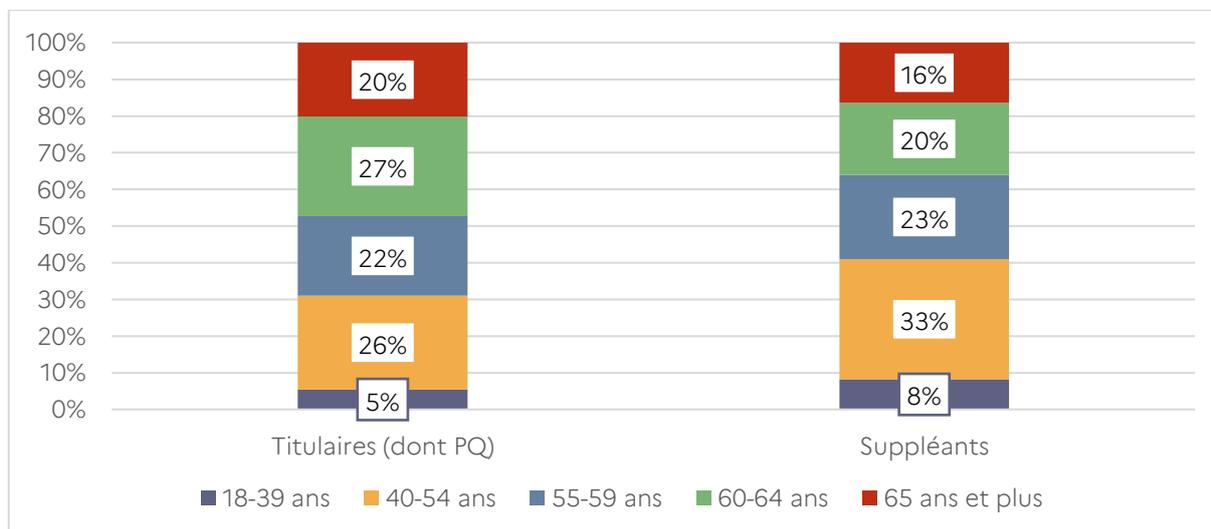
- les représentants des retraités désignés en tant que personne qualifiée (PQ) dans les Caisses d'assurance retraite et de la santé au travail, les Caisses générales de sécurité sociale et la Caisse de sécurité sociale de Mayotte⁷⁴ ;
- les représentants du collège des retraités au sein du Conseil de la protection sociale des travailleurs indépendants.

Cette règle a par ailleurs été adaptée à la CNSA, puisque la barrière d'âge ne concerne que les représentants des organisations syndicales et patronales ainsi que les personnalités et les représentants d'institutions choisis à raison de leur qualification dans les domaines de compétence de la caisse qui siègent au conseil de la CNSA (cf. article L. 231-6 CSS, 2nd alinéa).

b. Zoom sur la représentation actuelle des seniors dans les OSS

Lorsque l'on s'intéresse toutefois aux compositions actuelles des caisses nationales du régime général – hors CNSA (graphique 26), les personnes de 65 ans et plus représentent 20 % des administrateurs titulaires (16 % des suppléants) des CA, soit un niveau inférieur à leur part dans la population française des 18 ans et plus (27 %).

Graphique 26 | Composition par âge total des CA des caisses nationales du régime général (hors CNSA)



Source : DSS.

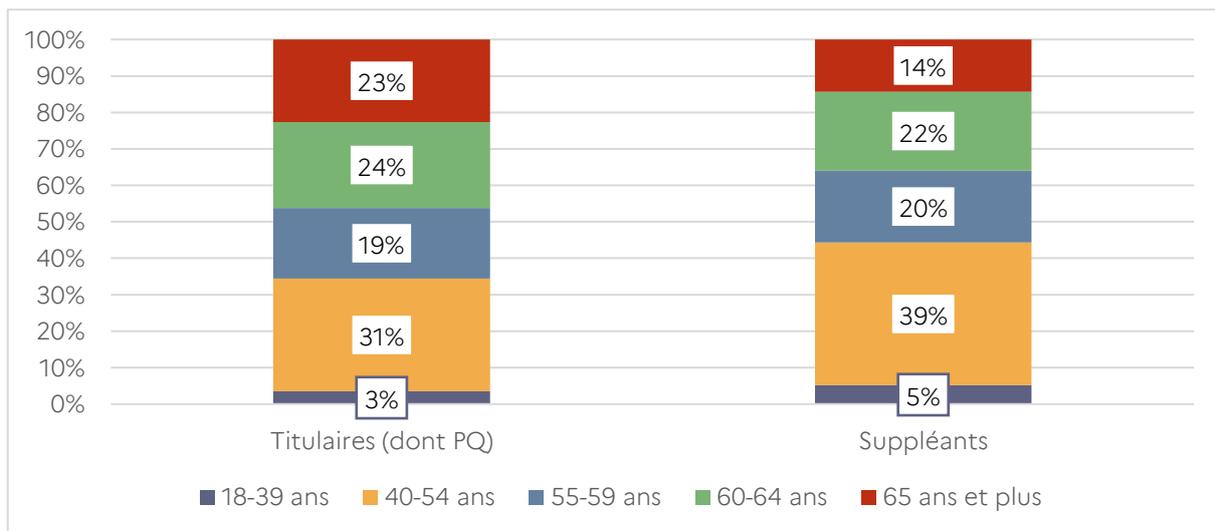
En ajoutant les personnes de 60 à 64 ans, on atteint 47 % des administrateurs titulaires, soit près d'un sur deux, (et 36 % des suppléants, soit plus d'un sur trois) qui ont plus de 60 ans, soit un niveau

⁷⁴ La présence des « retraités » dans les instances gestionnaires de la Sécurité sociale est assez récente car elle s'est développée progressivement depuis les années 1980.

supérieur à leur part dans la population française des 18 ans et plus (environ un tiers)⁷⁵. Les proportions d’administrateurs ayant 60 ans ou plus sont les mêmes au sein des caisses locales de Sécurité sociale (47 % des titulaires et 36 % des suppléants), bien que la part des plus de 65 ans y soit un peu supérieure (graphique 27).

La part des personnes de 65 ans et plus présentes comme titulaires au CA des caisses varie entre 13 % à l’Acoss (8 % des suppléants) et 31 % à la Cnam (29 % des suppléants). La part des 60 ans et plus varie très peu selon les caisses : de 46 % à la Cnaf (et 26 % des suppléants) à 49 % à la Cnam (et 45 % des suppléants).

Graphique 27 | Composition par âge des CA des caisses locales du régime général



Source : SDAC.

Les limites d’âge actuelles sont questionnées par les présidents des caisses nationales du régime général – représentant les partenaires sociaux et qui en ont saisi le gouvernement –, par les parlementaires⁷⁶, les associations de retraités... Ils soulignent leur caractère inadapté au contexte actuel où, avec les reports de l’âge d’ouverture des droits à la retraite à taux plein à 64 ans (en 2023), de l’âge de pension complète à 67 ans (en 2010), et de l’âge légal de mise à la retraite d’office à 70 ans (en 2003 pour les salariés du secteur privé et en 2023 pour les agents des trois fonctions publiques), l’âge de 65 ans ne correspond plus à une « échéance » (ou une « borne ») de carrière spécifique.

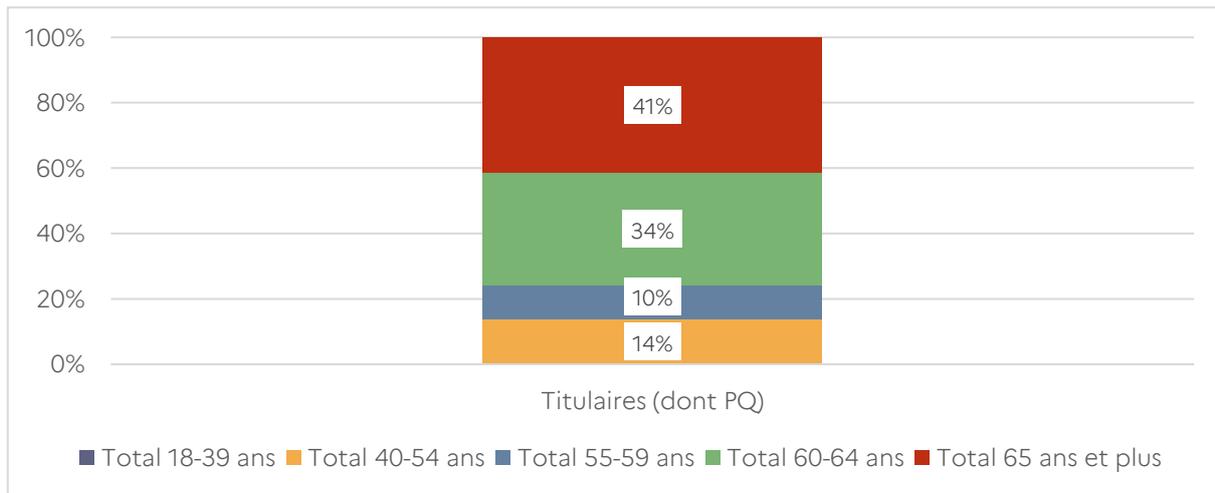
De fait, lorsqu’il n’y a pas de barrière d’âge, la représentation des 65 ans et plus est plus forte dans le CA, à l’image de la Caisse centrale de la mutualité sociale agricole (CCMSA) où ils représentent 41 % des membres titulaires. En ajoutant les 60 ans et plus, on atteint 75 % des administrateurs (graphique 28).

⁷⁵ Les personnes âgées de 18 à 39 ans ne représentent que 5 % des administrateurs titulaires (et 8 % des suppléants), soit un niveau très inférieur à leur part dans la population française des 18 ans et plus (plus d’un tiers).

⁷⁶ Voir notamment [la question](#) de M. le sénateur Éric Jeansannetas qui n’avait pas reçu de réponse du Gouvernement.



Graphique 28 | Composition par âge du CA de la CCMSA



Source : CCMSA.

La DSS a indiqué au Conseil de l'âge qu'il n'y avait pas d'arbitrage en faveur d'un report de l'âge limite dans le régime général et que toute évolution nécessiterait un vecteur législatif autre que le PLFSS.

- ▶ **Sur la base de ces éléments, le Conseil de l'âge estime que la présence de seniors en nombre suffisant est à la fois importante et utile pour les instances de gouvernance, et des évolutions sont nécessaires sur certaines limites d'âge actuelles.**
- ▶ **Les évolutions doivent porter d'abord sur les âges maximaux retenus quand des limites existent, au regard de l'augmentation de la durée des carrières et de l'espérance de vie qui font qu'à 65 ou 70 ans, les personnes ne sont pas déconnectées des préoccupations des personnes en activité.**
- ▶ **Ainsi, s'agissant des organismes de sécurité sociale, le Conseil de l'âge estime qu'une évolution doit intervenir pour qu'il soit possible de s'engager dans un premier mandat d'administrateur ou de conseiller à tout le moins à 70 ans non révolus.**
- ▶ **Cette réflexion doit toutefois porter, plus profondément, sur l'objectif final que les limites d'âge poursuivent.**
 - **S'il s'agit de s'assurer que les personnes sont en capacité physique ou cognitive de valablement siéger et délibérer, les limites d'âge sont non seulement un outil imparfait – la perte de discernement pouvant survenir à tout âge – mais de surcroît stigmatisant, non inclusif et discriminatoire pour y parvenir.**
 - **Si elles sont destinées à assurer une bonne représentation des différents âges de la vie dans les instances de gouvernance, pour bien refléter la diversité des bénéficiaires ou des contributeurs à tel ou tel organisme, elles doivent prendre en compte le fait qu'en proportion de la population, la part des seniors augmentera dans les vingt années à venir. Et qu'il serait dès lors injuste, dans une logique de représentativité, de n'appliquer des règles qu'aux seniors. Il faudrait dans ce cas plutôt mettre en œuvre des quotas par âge.**
 - **Si elles sont destinées à éviter l'enchaînement des mandats pendant de nombreuses années par les mêmes personnes, et une forme de « capture gérontocratique » de l'instance, les limites d'âge favorisent en effet le « turnover ». Mais elles sont moins justes, et potentiellement moins efficaces, que la limitation du nombre de mandats consécutifs qu'une même personne peut exercer dans une même instance.**

Partie 3

Au-delà des idées reçues : la participation sociale des seniors sous le prisme de leurs contributions économiques, sociales et environnementales

I. La contribution des seniors à la création de richesse (PIB)

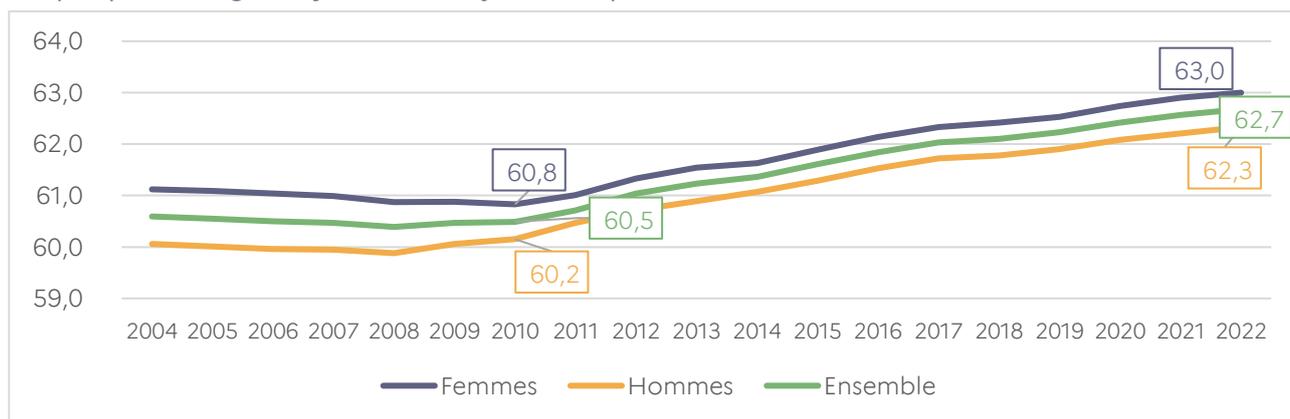
A. La contribution des seniors au marché du travail

La contribution à la richesse nationale la plus directement reconnue et valorisée est celle de la production de richesse par le travail. Sous cet angle, la participation des seniors au marché du travail n'a cessé de croître ces dernières années, notamment sous l'effet des réformes des retraites successives (voir *supra*).

Le vieillissement d'une population est souvent perçu comme un frein à la croissance du niveau de vie. Pour le comprendre, Hippolyte d'Albis⁷⁷ décompose le produit intérieur brut (PIB) par habitant en trois composantes : d'abord, le PIB par quantité de travail, approximée par le nombre de personnes employées dans le processus de production, que l'on appelle la productivité apparente du travail ; ensuite, la quantité de travail par personne en âge de travailler, soit le taux d'emploi ; enfin, la proportion de personnes en âge de travailler dans la population.

Si l'on suppose que la productivité du travail et le taux d'emploi sont constants et indépendants des évolutions démographiques, alors le PIB par habitant est directement influencé par la proportion de personnes en âge de travailler dans la population. Ainsi, un vieillissement marqué de sa population peut, toutes choses égales par ailleurs, réduire le potentiel de croissance d'un pays.

Graphique 29 | Âge conjoncturel moyen de départ à la retraite entre 2004 et 2022



Champ : personnes résidant en France, hors personnes qui ne liquideront aucun droit à la retraite.

Source : Cheloudko Pierre (sous la direction de), « Les retraités et les retraites », panorama de la Drees, op.cit.

Cependant, le vieillissement de la population en France s'accompagne d'évolutions sur le marché du travail et d'une augmentation de l'emploi des 55 – 64 ans ainsi que des 65 ans et plus depuis une

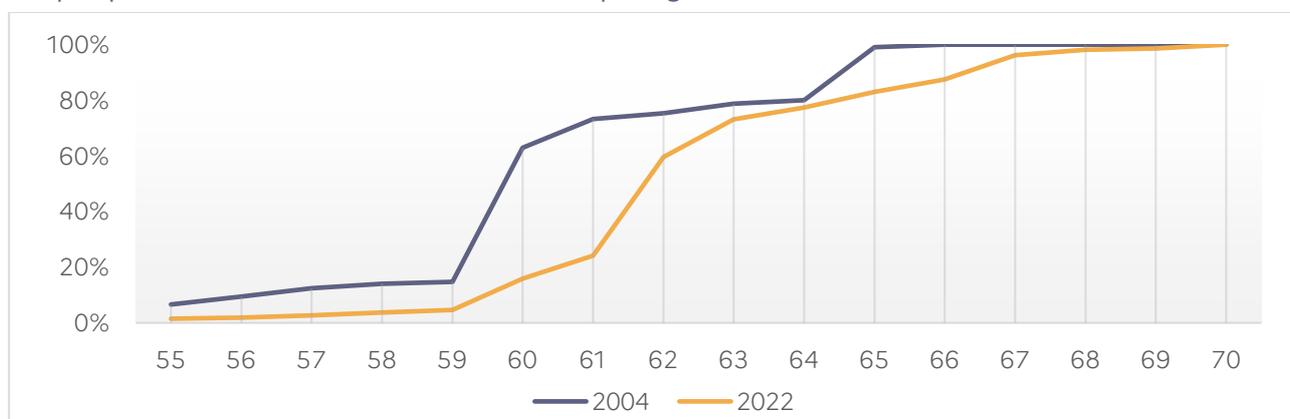
⁷⁷ Albis (d') H., « Les conséquences économiques du vieillissement de la population », *Constructif* n°71, juin 2025.



vingtaine d’années. Sans préjuger de son lien direct avec la baisse de la participation sociale des seniors, on constate que l’augmentation de l’âge moyen de départ à la retraite est assez rapide depuis le début des années 2010 (graphique 29) : fin 2022, l’âge moyen conjoncturel de départ à la retraite s’élève à 62 ans et 8 mois pour les retraités de droit direct résidant en France, en augmentation de 2 ans et 2 mois par rapport à 2010.

On constate également un changement dans les comportements de départs des assurés (graphique 30). Alors qu’au début des années 2000 les départs à la retraite s’effectuaient en deux « vagues » assez marquées (entre 59 et 61 ans, soit à l’âge d’ouverture des droits de l’époque, ou entre 64 et 65 ans, soit à l’âge d’annulation de la décote), les départs à la retraite sont aujourd’hui plus lissés entre 60 et 67 ans. Et la possibilité de cumuler une activité avec une pension de retraite⁷⁸ réduit également les frontières entre le fait d’être actif ou inactif lorsque l’on devient senior.

Graphique 30 | Évolution du taux de retraités par âge en 2004 et 2022



Champ : personnes résidant en France, hors personnes qui ne liquideront aucun droit à la retraite.

Source : Cheloudko Pierre (sous la direction de), « Les retraités et les retraites », panorama de la Drees, op.cit.

Dans le même temps, dans le secteur privé, si les expositions aux risques physiques, chimiques et biologiques ont baissé entre 1994 et 2017, l’intensité du travail a augmenté sur la même période⁷⁹.

A l’avenir, selon les dernières projections de population active réalisées par l’Insee, prenant en compte les effets de la réforme des retraites mise en œuvre à compter de 2023, le taux d’activité des seniors augmenterait encore nettement en France au cours des prochaines années, en particulier jusqu’au milieu des années 2030⁸⁰. Le taux d’activité des personnes âgées de 60 à 64 ans dépasserait les 60 % en 2030 et 70 % en 2070⁸¹. De plus, l’âge moyen de départ à la retraite continuerait de se décaler progressivement et se rapprocherait de 65 ans⁸².

⁷⁸ Voir notamment sur le sujet : Bac C., Berteau-Rapin C., Couhin J., Dardier A., Ramos-Gorand M., « Prendre sa retraite : incidence des dispositifs de prolongation d’activité sur les parcours individuels », Les cahiers de la Cnav, n° 11, juin 2018 ; Conseil de l’âge – HCFEA, « Panorama des comportements conjugaux et configurations familiales chez les seniors », Éclair’âge, juillet 2024.

⁷⁹ Dares, « Comment ont évolué les expositions des salariés du secteur privé aux risques professionnels sur les vingt dernières années ? », Dares analyses n°041, septembre 2019.

⁸⁰ Insee, Dares, « Emploi, chômage, revenus du travail - Édition 2023 », Insee référence, juin 2023.

⁸¹ Insee, « Une actualisation des projections de population active tenant compte de la réforme des retraites de 2023 », Emploi, chômage, revenus du travail - édition 2023, juin 2023.

⁸² Conseil d’orientation des retraites, « Évolutions et perspectives des retraites en France – Rapport annuel », juin 2025.

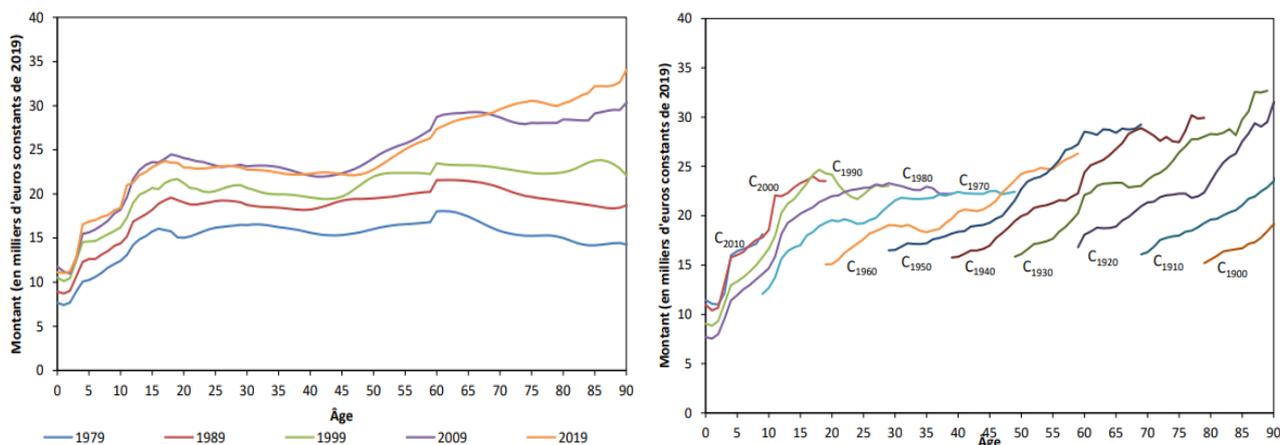
Cette contribution de plus en plus importante des seniors au marché du travail est un facteur avéré et souvent mis en avant à la fois de contribution à l'augmentation du taux d'emploi global, de la richesse nationale et de la contribution au financement de la sécurité sociale⁸³.

Elle a toutefois un impact fréquemment souligné sur l'attrition possible des autres formes de contribution sociale des seniors, par un effet « report » sur la possibilité de disposer de plus de temps pour les siens ou la collectivité. Or, d'ici à 2030, un salarié sur quatre sera proche aidant⁸⁴. De fait, en mobilisant une part importante du temps et de l'énergie des individus, l'aidance peut réduire leur disponibilité pour le travail rémunéré et freiner ainsi leur progression professionnelle. Cette moindre participation au marché du travail, si elle n'est pas suffisamment accompagnée⁸⁵, pourrait se traduire par une perte de productivité globale et, *in fine*, par une moindre création de richesse.

B. La contribution des seniors à la consommation des ménages

Le profil de la consommation publique (valeur des biens et services reçus *via* le secteur public) et privée (consommation finale des ménages) moyenne par âge qui était habituellement assez « plat » est devenu, à partir de 2009 et surtout depuis 2019 fortement croissant avec l'âge à partir de 45 ans (graphiques 31 et 32). Ainsi, les ruptures de pente – profils plats avec l'âge ou même décroissance – que l'on observait jusqu'à présent au moment de la sortie du marché du travail (entre 60 et 65 ans) n'apparaissent plus ces dernières années⁸⁶.

Graphiques 31 et 32 | Évolution de la consommation : profils moyens par âge à plusieurs dates (à gauche) et pour plusieurs cohortes de naissance (à droite)



Source : Hippolyte d'Albis, Julien Navaux, Jacques Pelletan, « Le financement de la consommation par âge en France depuis quarante ans », *op.cit.*

L'augmentation de la consommation à chaque âge se poursuit pour les différentes cohortes, mais avec des accroissements fortement réduits entre chaque cohorte avec le temps. On constate même un début de déclin intergénérationnel de la consommation pour les personnes nées depuis les années 1960. Ceci manifeste une pause ou un arrêt de l'amélioration intergénérationnelle des niveaux

⁸³ Hcaam, HCFEA et HCFiPS, « Pour un redressement durable de la sécurité sociale », rapport conjoint au Premier ministre, juin 2025.

⁸⁴ France travail, « L'aidance, enjeu majeur du monde du travail ».

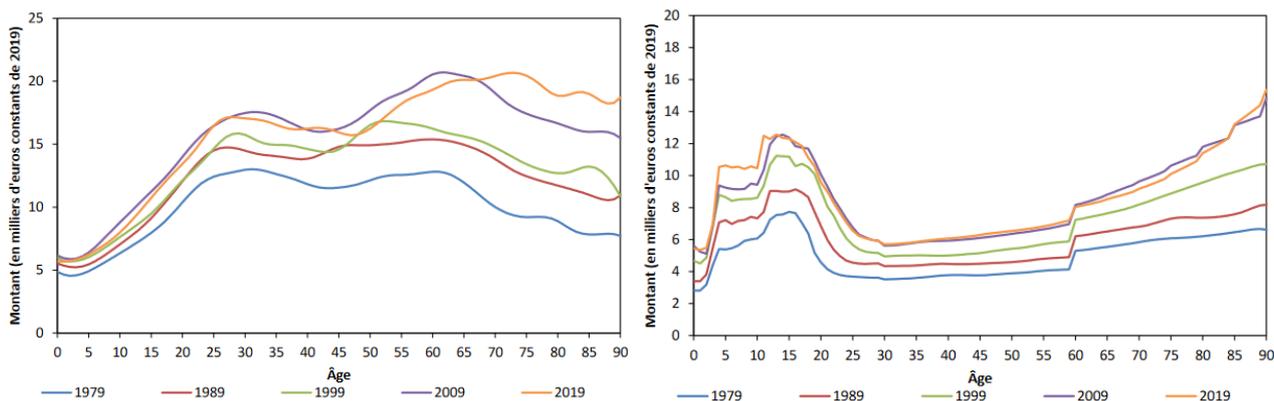
⁸⁵ Pour un aperçu des dispositifs d'accompagnement existants, voir notamment <https://maboussoleaidants.fr/>.

⁸⁶ Hippolyte d'Albis, Julien Navaux, Jacques Pelletan, « Le financement de la consommation par âge en France depuis quarante ans », étude pour France Stratégie et la Commission européenne, novembre 2023.

de vie. En revanche, pour les cohortes nées jusqu'en 1950 – cohortes arrivant à près de 70 ans en 2019 – les courbes ne se croisent pas, ce qui témoigne d'une consommation qui continue d'augmenter dans une perspective d'amélioration intergénérationnelle.

Il est intéressant de distinguer la consommation privée de la consommation publique (graphiques 33 et 34). Entre 2009 et 2019, la consommation privée a diminué entre 40 et 65 ans et a augmenté pour les plus de 65 ans. En revanche, la consommation publique est restée identique pour tous les âges.

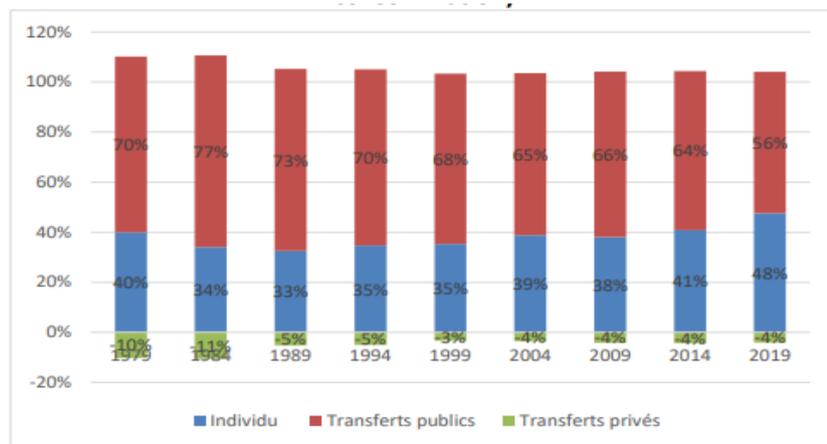
Graphiques 33 et 34 | Évolution de la consommation privée (à gauche) et publique (à droite) : profils moyens par âge à plusieurs dates



Source : Hippolyte d'Albis, Julien Navaux, Jacques Pelletan, « Le financement de la consommation par âge en France depuis quarante ans », op.cit.

Depuis 1989, l'évolution du mode de financement de la consommation des personnes de 60 ans et plus est marquée par une baisse de la part du financement public au profit d'un financement individuel de la consommation (graphique 35). Cela s'explique notamment par la hausse du taux d'emploi des seniors sous l'effet des réformes des retraites ainsi que par des comportements de moindre épargne aux âges les plus élevés.

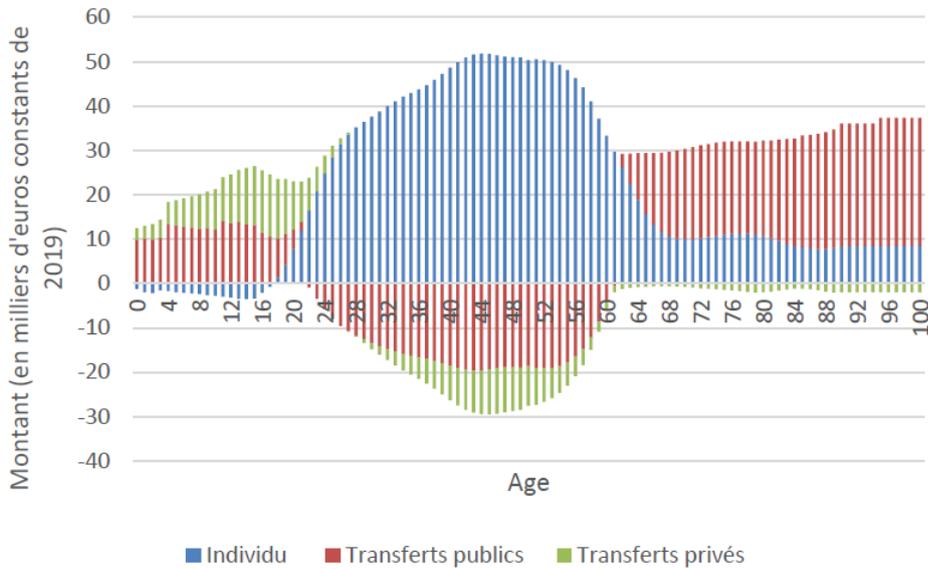
Graphique 35 | Évolution du financement de la consommation des plus de 60 ans (en %)



Source : Hippolyte d'Albis, Julien Navaux, Jacques Pelletan, « Le financement de la consommation par âge en France depuis quarante ans », op.cit.

Par ailleurs, les générations de plus de 60 ans contribuent moins par leurs transferts à la consommation des autres générations que celles ayant entre 30 et 60 ans, qui peuvent concomitamment procéder à des transferts vers leurs descendants et leurs ascendants (graphique 36).

Graphique 36 | Financement de la consommation selon les âges en 2019



Source : Hippolyte d'Albis, Julien Navaux, Jacques Pelletan, « Le financement de la consommation par âge en France depuis quarante ans », op.cit.

Sur les dix dernières années, la croissance de la consommation a été soutenue, par le dynamisme de la consommation des plus de 70 ans dont on sait que ses caractéristiques historiques (moindres dépenses d'habillement notamment, fidélité au marché local, etc.⁸⁷) évoluent fortement depuis l'arrivée à ces âges des premières générations du baby-boom.

En vision prospective, une dégradation relative des niveaux de vie des retraités relativement aux actifs est attendue du fait des modalités de détermination des pensions depuis 1993 (voir *supra*). Cette baisse relative serait donc susceptible, toutes choses égales par ailleurs, de conduire à un moindre dynamisme de la consommation totale.

C. La contribution des seniors à l'investissement

L'investissement des ménages est principalement mesuré en comptabilité nationale par l'investissement en construction et par celui des achats de biens immobiliers. Les ménages peuvent également contribuer à financer l'investissement public et privé en mobilisant leur épargne en direction de divers instruments financiers.

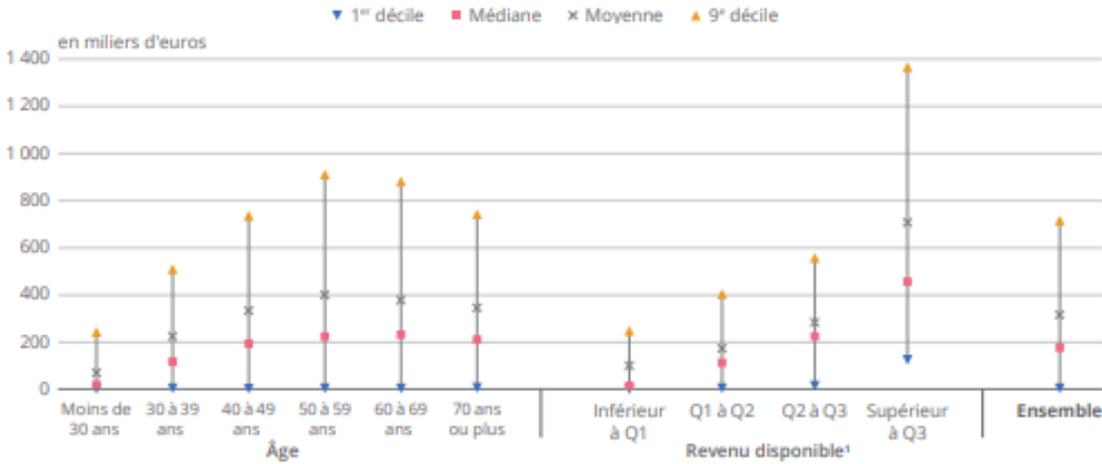
Début 2021, selon l'enquête Histoire de vie et Patrimoine (HVP) réalisée par l'Insee, le patrimoine brut médian augmente jusqu'à atteindre un plateau pour les 50-69 ans et diminue ensuite (graphique 37). La moitié des ménages dont la personne de référence a moins de 30 ans disposent de moins de 20 400 euros, contre 232 800 euros pour les ménages de sexagénaires, et 211 500 euros pour les ménages dont la personne de référence a 70 ans ou plus, hors personnes vivant en institution (en maison de retraite notamment)⁸⁸.

⁸⁷ Credoc, « Comment consomment les seniors ? », cahiers de recherche N°C296, décembre 2012.

⁸⁸ Insee, « Les revenus et le patrimoine des ménages - Édition 2024 », octobre 2024.



Graphique 37 | Montants de patrimoine brut selon l'âge de la personne de référence et le revenu disponible du ménage, début 2021



Lecture : début 2021, le quart des ménages ayant les revenus disponibles les plus faibles détiennent en moyenne 101 900 euros de patrimoine brut. Parmi eux, les 10 % les moins bien dotés en patrimoine ont moins de 1 100 euros de patrimoine brut.

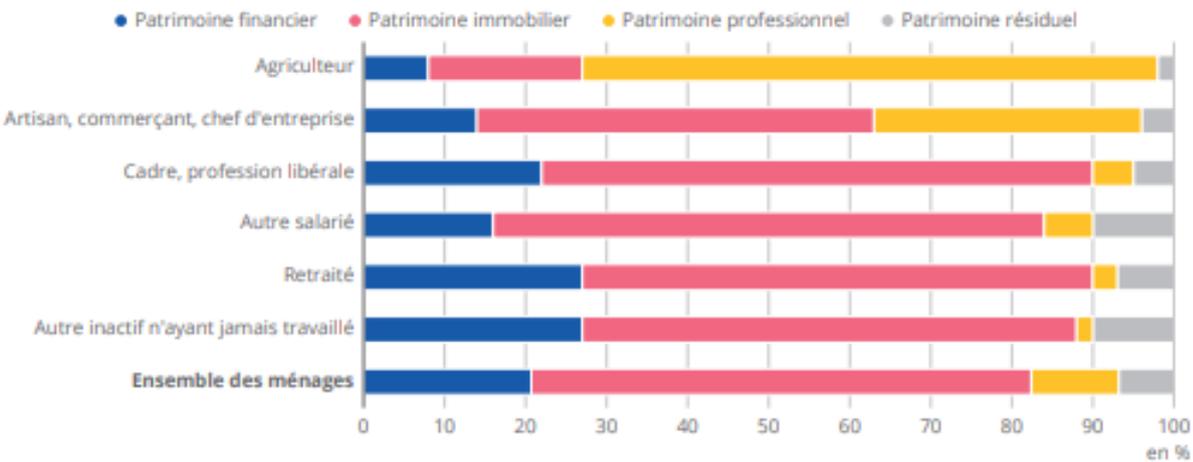
Champ : France hors Mayotte, ménages vivant dans un logement ordinaire.

Source : Insee, enquête Histoire de vie et Patrimoine 2020-2021.

Les écarts de patrimoine brut sont moins importants que ceux de patrimoine net, dans la mesure où les retraités sont moins endettés que les ménages d'actifs. De fait, la part des ménages endettés est maximale entre 30 et 49 ans : 66 % des ménages de 30 à 39 ans et de 40 à 49 ans sont endettés, pour des montants moyens de 136 500 euros et 126 700 euros, contre seulement 16 % des ménages de 70 ans ou plus, pour un montant moyen de 14 300 euros.

Pour les retraités, le montant et la composition du patrimoine sont moins concentrés que pour les actifs (graphique 38) et dépendent de leur ancienne activité professionnelle (le patrimoine brut est plus élevé pour les anciens cadres et non-salariés), de leur niveau de revenus (plus un ménage de retraités est aisé en termes de revenus, plus il a de patrimoine en moyenne) et du type de ménage (les personnes seules ont des patrimoines moyens moins élevés que les ménages en couple).

Graphique 38 | Composition du patrimoine brut selon la catégorie socioprofessionnelle de la personne de référence du ménage, début 2021



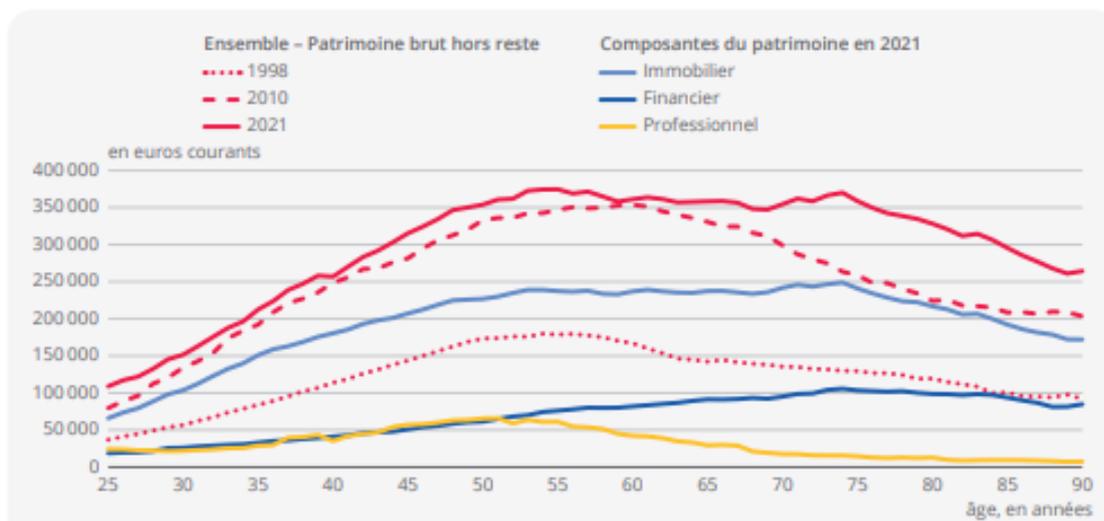
Lecture : début 2021, le patrimoine brut détenu par les ménages dont la personne de référence est agricultrice est composé en moyenne à 71 % de patrimoine professionnel.

Champ : France hors Mayotte, ménages vivant dans un logement ordinaire.

Source : Insee, enquête Histoire de vie et Patrimoine 2020-2021.

Enfin, plus le patrimoine brut est élevé et plus il est diversifié⁸⁹, même si le patrimoine immobilier est toujours majoritaire – il s’agit pour près de 70 % d’entre eux de leur résidence principale⁹⁰ – et le patrimoine financier représente environ un quart de leur patrimoine brut.

Graphique 39 | Montant moyen de patrimoine brut et des composantes selon l’âge de la personne de référence du ménage, de 1998 à 2021



Lecture : en 2021, les ménages dont la personne de référence a 70 ans possèdent en moyenne 354 500 euros de patrimoine brut hors reste.

Champ : France hors Mayotte, ménages vivant dans un logement ordinaire.

Source : Insee, enquêtes Patrimoine 1997-1998, 2009-2010, et enquête Histoire de vie et Patrimoine 2020-2021.

La croissance du patrimoine brut jusqu’à un âge donné et sa baisse au-delà, se confirment bien au fil des enquêtes *Patrimoine* successives de l’Insee (graphique 39), expliquées par un processus d’accumulation puis de désaccumulation du patrimoine au fil de l’avancée en âge.

Les hausses avec l’âge de l’aversion au risque et à la perte, jointes à la prégnance croissante des risques associés à la longévité (notamment la perte d’autonomie) augmenteraient les comportements de précaution des seniors et réduiraient d’autant l’orientation de leur épargne vers des vecteurs susceptibles de favoriser l’investissement productif⁹¹.

D. De la *silver* économie au développement territorial

Souvent perçue comme un défi car suscitant des dépenses supplémentaires⁹², la transition démographique peut également représenter une opportunité économique et territoriale à travers le

⁸⁹ Cor (Secrétariat général du), « Le patrimoine des retraités », document de travail, décembre 2021.

⁹⁰ Insee Première N° 1899, *La composition du patrimoine des ménages évolue peu à la suite de la crise sanitaire*.

⁹¹ Masson A. et Touzé V., « Comment favoriser une meilleure accumulation du capital ? », Revue de l’OFCE 2019/1 (n° 161), 2019.

⁹² Sur l’impact de la transition démographique sur les dépenses de protection sociale, voir le rapport *Pour un redressement durable de la sécurité sociale*, réponse à la saisine conjointe par le Premier ministre du Haut Conseil pour l’avenir de l’assurance maladie (Hcaam), du HCFEA et du Haut Conseil du financement de la protection sociale (HCFiPS), juin 2025.



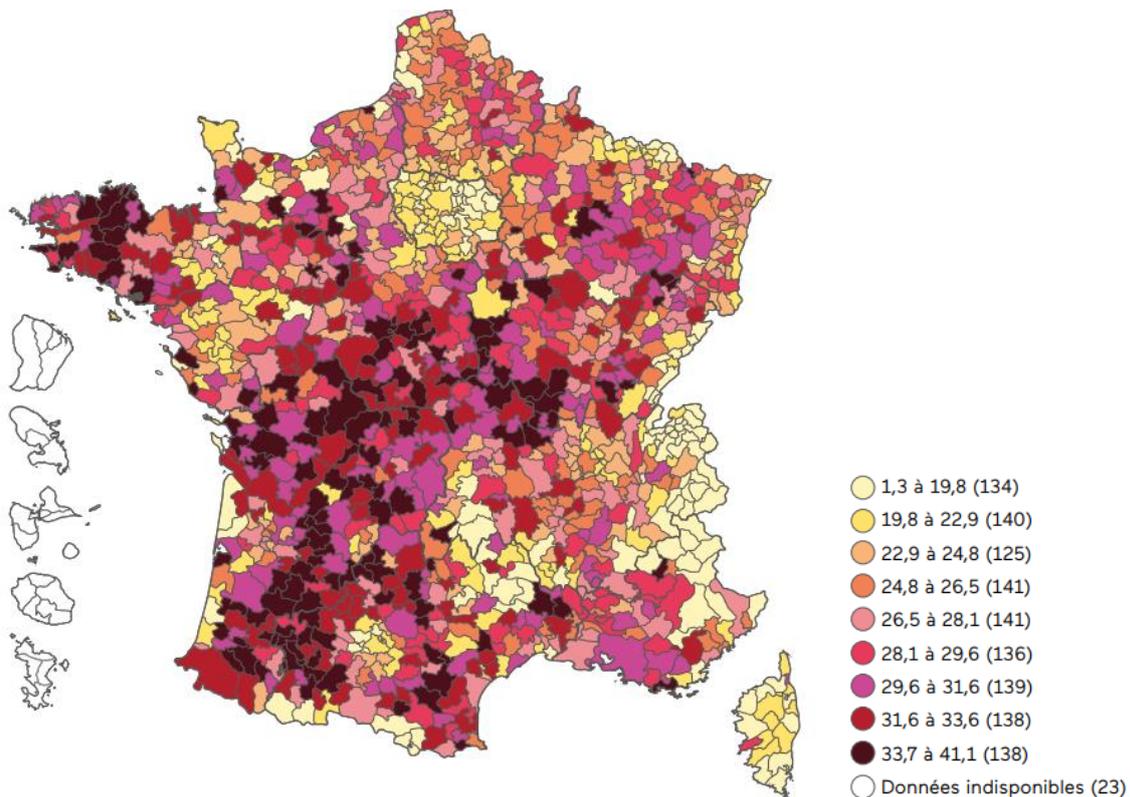
développement d'activités en lien avec l'accompagnement des seniors, l'adaptation de leur environnement ou l'innovation (logement, mobilité, lien social, santé, tourisme...)⁹³.

De fait, le vieillissement ne transforme pas uniquement l'offre de travail (voir *supra*), il modifie aussi la structure de la demande⁹⁴. À mesure que la population vieillit, les comportements de consommation évoluent avec des dépenses plus « contraintes » (par exemple en matière de santé) ou spécifiques (services à la personne, logements adaptés, etc.).

Ce basculement a favorisé l'émergence de la *silver* économie, c'est-à-dire une économie centrée sur les besoins des personnes âgées : les aides à la personne, la technologie au service de la vieillesse, la formation des auxiliaires de vie sociale, la construction d'habitats collectifs (comme des maisons de retraite ou des résidences avec accompagnement) et la rénovation de biens publics et privés pour une plus grande accessibilité sont alors tout autant de parties de ce secteur. Il est particulièrement dynamique en Europe, où les plus de 60 ans ont vu leur niveau de vie progresser, détiennent environ 60 % du patrimoine et réalisent plus de la moitié de la consommation.

Le vieillissement est susceptible de devenir un moteur d'innovation dans le domaine numérique (télémédecine, objets connectés, domotique) et, partant, d'être une source de création de richesse.

Graphique 40 | Poids des pensions de retraite dans la richesse « captée » par les intercommunalités (en %)



Source : Intercommunalités de France.

Cependant, cette transition n'affecte pas tous les territoires ni tous les groupes sociaux de manière égale (graphique 40). Sur nombre de territoires, les retraites constituent déjà une part des revenus

⁹³ Intercommunalités de France avec France Silver Eco, « Les intercommunalités face au défi de la longévité », étude, juin 2025.

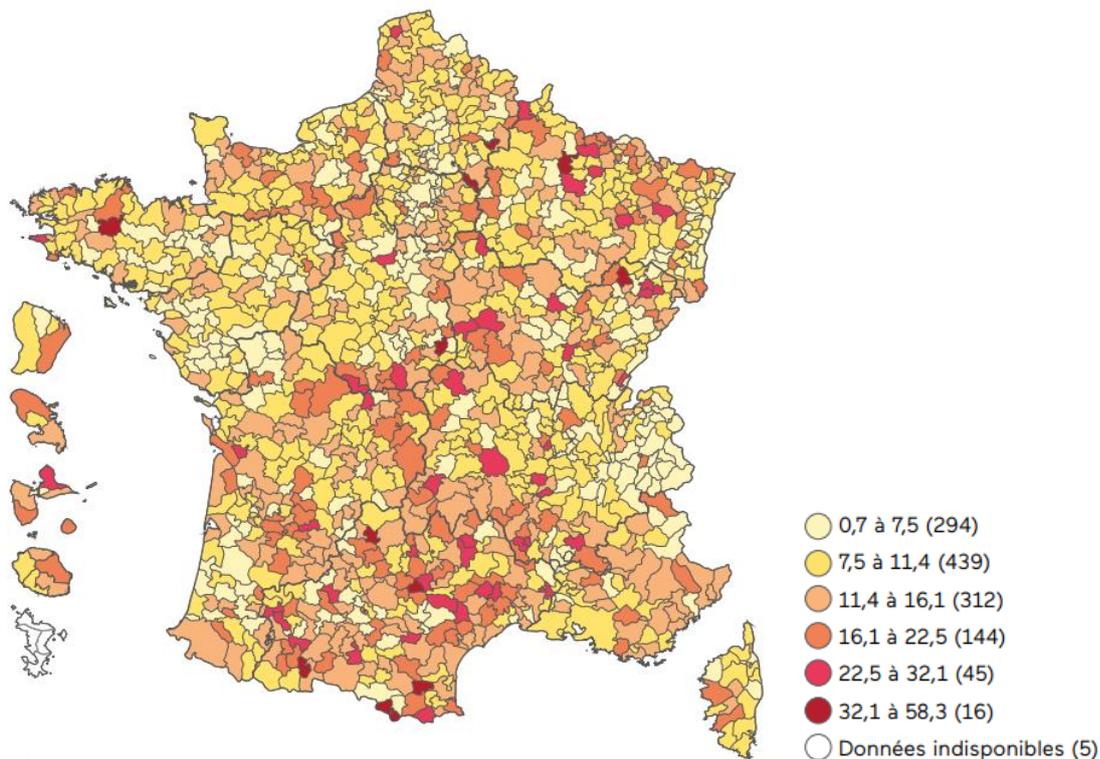
⁹⁴ Albis (d') H., « Les conséquences économiques du vieillissement de la population », op.cit.

essentielle et plus stable que les revenus des actifs – qui sont fluctuants en fonction de la situation de l’emploi, de la localisation des emplois et de déplacements pendulaires –, *a fortiori* dans les territoires ruraux⁹⁵.

Les personnes âgées, du fait de leur moindre mobilité résidentielle et de leur attachement au territoire, sont souvent plus « captives » géographiquement que les autres tranches d’âge. Cette relative stabilité en fait une population d’ancrage, capable de soutenir la demande locale de biens et de services, en particulier dans les secteurs de la santé, de l’aide à domicile, de l’habitat adapté ou du commerce de proximité. L’installation ou le maintien de seniors dans ces territoires favorise ainsi un vivier d’emplois non délocalisables, contribue à la revitalisation de communes en déclin démographique et doit donc inciter à des politiques locales de développement adaptées (mobilité, logements, services publics). Dans un contexte de métropolisation et de concentration des activités, les personnes âgées peuvent donc paradoxalement devenir un levier de rééquilibrage territorial.

La part de l’emploi salarié des secteurs des services à la personne, de la santé et de certains secteurs de l’aide sociale – représentant en moyenne 8,9 % de l’emploi salarié privé en 2022 en France - varie de façon importante selon les territoires (graphique 41). Leur poids – qui représente une part de la *silver* économie – dépasse 15 % des emplois dans un territoire sur cinq et est inversement proportionnel au nombre total d’habitants.

Graphique 41 | Part des emplois salariés dans les secteurs des services à la personne, de la santé et dans certains secteurs de l’aide sociale dans l’emploi salarié privé total en 2022 (en %)



Source : Intercommunalités de France.

Comme le Conseil de l’âge l’a déjà indiqué, favoriser l’installation de personnes âgées dans les centres bourgs des zones rurales et périurbaines contribue à renforcer leur participation sociale, en créant

⁹⁵ Intercommunalités de France, « Atlas cartographique du grand-âge : les dynamiques territoriales du vieillissement », 2024.



les conditions de leur engagement et de leur inclusion. Leur résidence dans les centres-villes ou bourgs dotés de services accessibles, de transports adaptés et d'espaces publics conviviaux favorise les sorties à l'extérieur du domicile, l'accès aux services et activités sociales, culturelles ou citoyennes. La proximité de l'habitat inséré et regroupé permet de tisser des liens sociaux forts, limitant l'isolement, frein majeur à la participation. Par ailleurs, l'offre de logements adaptés et d'équipements de proximité permet aux seniors de rester autonomes plus longtemps et de s'investir dans la vie locale, dans des comités de quartiers, des clubs, ou des initiatives intergénérationnelles.

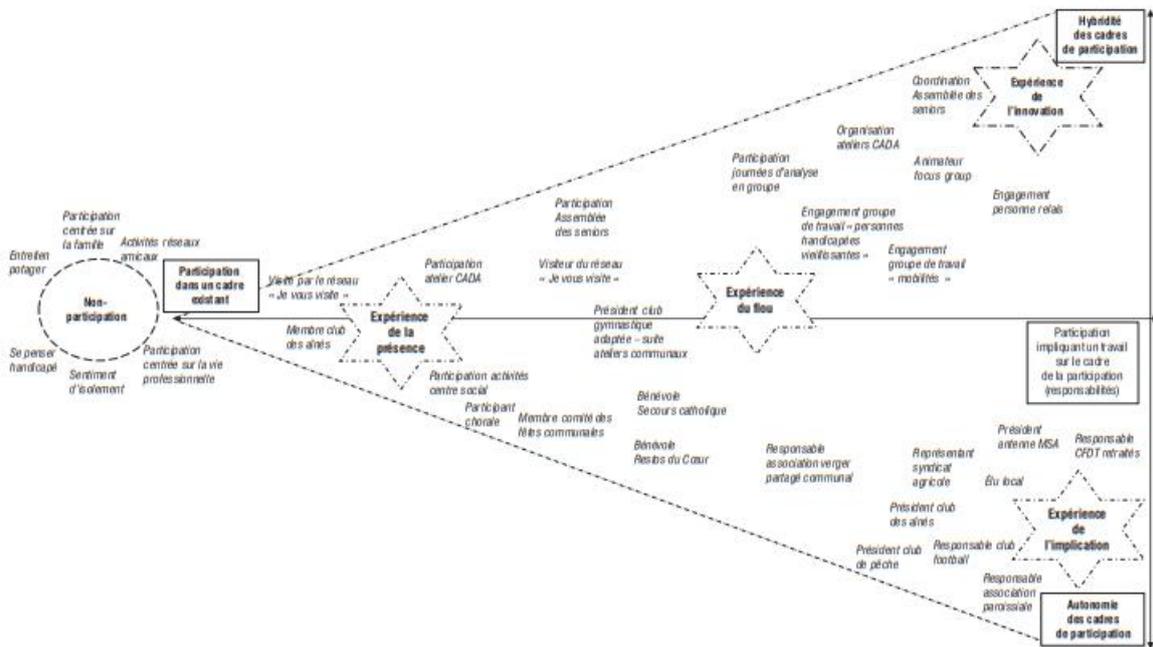
En combinant une politique d'aménagement favorable à l'accueil des personnes âgées avec des dispositifs encourageant leur participation, les territoires ruraux et périurbains peuvent convertir le vieillissement démographique en un moteur de vitalité sociale et économique.

Les élus ont pris la mesure de cette opportunité dans leur politique de développement et d'investissement local⁹⁶. Des communes ou intercommunalités ont lancés des démarches propres, d'autres adhèrent à des initiatives comme celles du Réseau Francophone des Villes Amies des Aînés (encadré 14).

Encadré 14 | Le Réseau Francophone des Villes Amies des Aînés (RFVAA)

Créé en 2012 et affilié au réseau mondial de l'Organisation mondiale de la santé (OMS), le RFVAA regroupe et accompagne plus de 330 collectivités adhérentes en octobre 2024 (représentant près de 24 millions d'habitants) dans la démarche « Villes Amies des Aînés (VADA) ». Il mobilise ainsi des territoires variés, urbains comme ruraux, autour d'un même objectif : adapter les services, les espaces publics et la gouvernance au vieillissement de la population (Figure V).

Figure V | Espace des expériences de participation



Source : Bertillot H. et Vanneste D, « L'espace de la participation des aînés en ruralité : expériences, action publique et reconfigurations - Le cas de la « Communauté amie des aînés » du pays de Mormal », Retraites et société n°93, décembre 2024.

⁹⁶ Voir sur ces questions le rapport du conseil de l'âge Bien vivre et vieillir dans l'autonomie à domicile, février 2024.

En 2021, le RFVAA a lancé le label « **Ami des Aînés** », structuré en cinq niveaux et reposant sur 5 engagements et jusqu'à 111 indicateurs autour de huit thématiques clés : habitat, transport, santé, lien social, culture, participation, espaces publics et communication. Pour l'obtenir, les collectivités doivent impliquer activement les aînés (diagnostics, comités de pilotage), réaliser des états des lieux, élaborer un plan d'action pluriannuel et faire évaluer leurs progrès. Dans le cadre de cette démarche, le RFVAA offre un accompagnement ainsi qu'un soutien méthodologique *via* son label et le Fonds d'appui pour des territoires innovants seniors, piloté en partenariat avec la CNSA et la Banque des Territoires.

Par ailleurs, en favorisant la participation citoyenne des aînés, la lutte contre l'âgisme, l'amélioration de l'accessibilité ou l'offre de services adaptés, le réseau transforme les collectivités en territoires plus inclusifs et résilients face au vieillissement.

Une planification territoriale intégrant les besoins des personnes âgées peut renforcer l'attractivité des zones rurales et périurbaines tout en améliorant la qualité de vie pour l'ensemble des habitants.

Pour que cette dynamique profite pleinement aux personnes âgées et aux territoires, plusieurs mesures doivent être mises en œuvre : adopter - comme le Conseil de l'âge l'a préconisé - des plans « Longévité », accélérer la création d'habitats regroupés, inclusifs ou partagés⁹⁷, accessibles et bien situés, renforcer l'offre de transport à la demande ou de mobilité douce ; garantir un accès de proximité aux soins, aux services publics, à la vie sociale et aux facilités numériques.

- ▶ **La *silver* économie, outre les progrès technologiques, concerne tous les pans de l'économie centrée sur les besoins et aspirations des personnes âgées.**
- ▶ **La présence de personnes âgées et le développement de la *silver* économie peuvent revitaliser certains territoires à condition de garantir une offre de services suffisante. Le Conseil de l'âge demande qu'une loi de programmation de la transition démographique offre un cadre d'orientations aux acteurs publics et privés, pour anticiper ces évolutions et adapter les infrastructures et les services aux besoins d'une population vieillissante.**

II. Les seniors et la redistribution

A. Les seniors et la redistribution globale en France

Le type et le niveau des revenus évolue en fonction de l'âge. Les revenus sont principalement des revenus d'activité mais également des revenus tirés du patrimoine notamment à la suite de périodes de placement ou d'investissement. Les transferts reçus s'adaptent également aux étapes de la vie, de la naissance d'un enfant au bénéfice de pensions de retraite ou d'aide à l'autonomie.

Le profil des revenus avant transferts varie ainsi fortement en fonction de l'âge de la personne de référence du ménage : croissant jusqu'à 60 ans, puis décroissant au-delà (graphique 42).

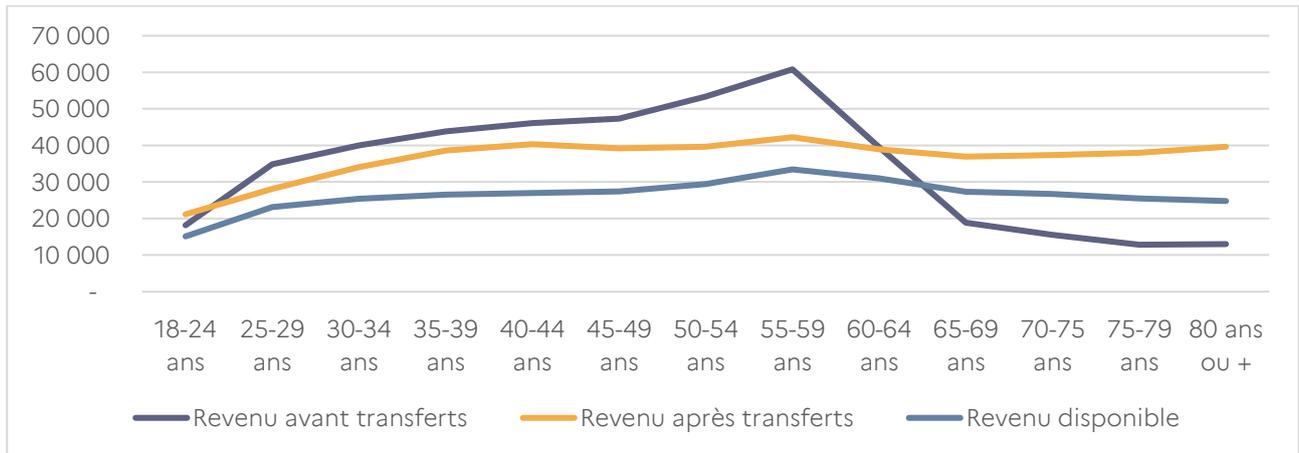
Après redistribution élargie⁹⁸, le profil de revenus après transferts est ascendant jusqu'à 40 ans puis quasi stable pour les classes d'âge au-delà. La redistribution élargie est majoritairement ciblée vers les plus de 65 ans, bénéficiaires nets à plus de 90 % en raison du poids des retraites perçues.

⁹⁷ Voir le rapport Pour un redressement durable de la sécurité sociale », partie III chap.4 « Les leviers d'une meilleure efficacité de la réponse aux besoins des personnes âgées et au soutien de leur autonomie », op.cit.

⁹⁸ La redistribution élargie intègre l'ensemble des transferts publics des différents secteurs institutionnels de la comptabilité nationale, y compris les services publics collectifs : les impôts, taxes et cotisations sociales, les



Graphique 42 | Distribution du revenu avant et après transferts, selon l'âge

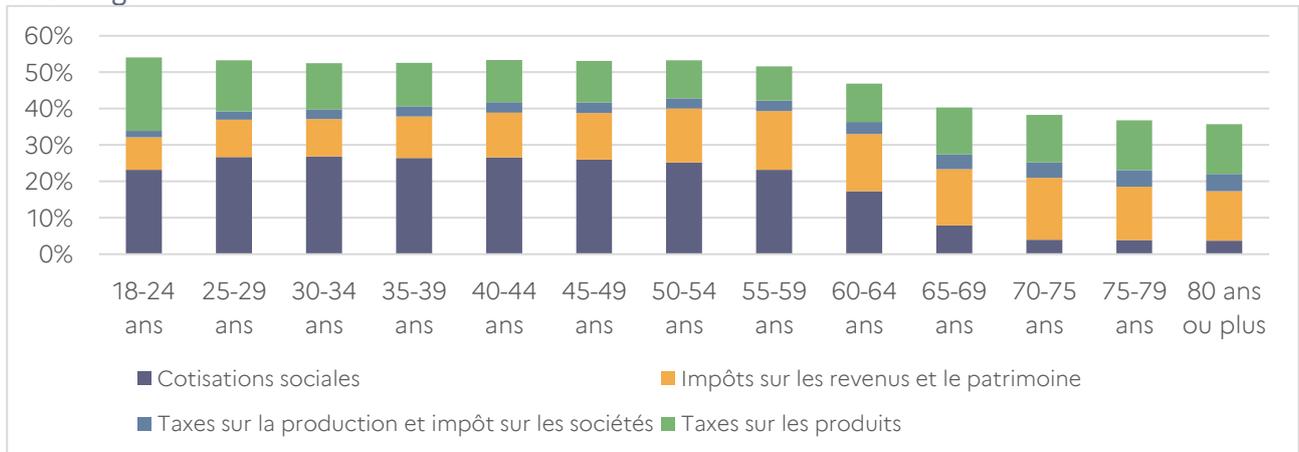


Lecture : Le revenu avant transferts des 55-59 ans est de 60 810 euros par unité de consommation (UC).

Source : André M., Germain J.-M. et Sicsic M., « La redistribution élargie, incluant l'ensemble des transferts monétaires et les services publics, améliore le niveau de vie de 57 % des personnes », Insee analyses n°88, septembre 2023.

Ainsi, la baisse du revenu avant transferts après 65 ans est quasi compensée par les pensions de retraite (*a fortiori* si on intègre que les retraités acquittent des cotisations sociales et un niveau de CSG moins élevés). À l'inverse, plus de la moitié des moins de 60 ans sont contributeurs nets de la redistribution élargie.

Graphique 43 | Prélèvements en part du revenu avant transferts augmenté des prestations en 2019, selon l'âge



Lecture : Le taux de cotisations sociales des 55-59 ans est de 23,2 %, rapporté au revenu avant transferts augmenté des prestations monétaires.

Source : André M., Germain J.-M. et Sicsic M., « La redistribution élargie, incluant l'ensemble des transferts monétaires et les services publics, améliore le niveau de vie de 57 % des personnes », op.cit.

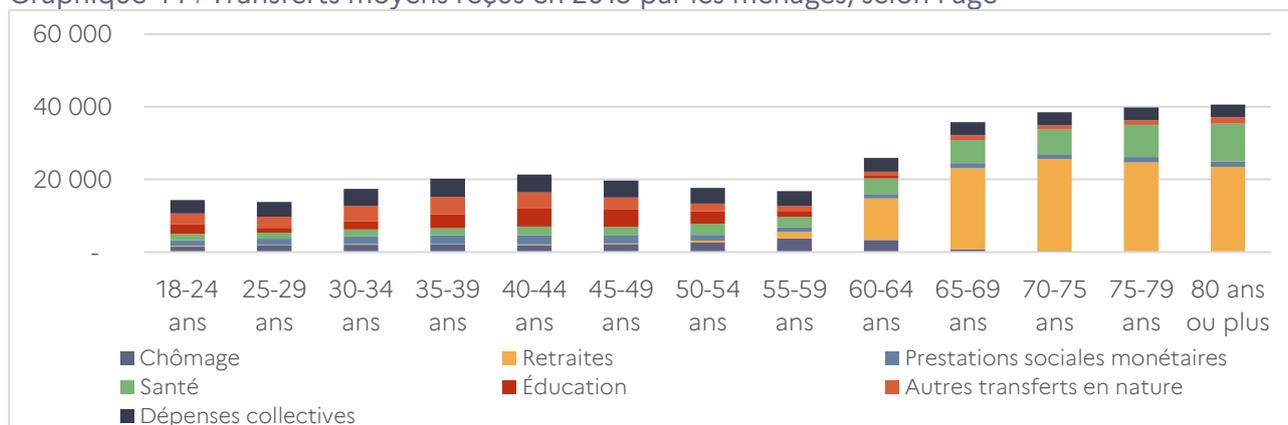
Le profil des prélèvements rapportés aux revenus avant transferts augmentés des prestations monétaires varie peu jusqu'à 54 ans et diminue aux âges plus élevés (graphique 43). Pour les tranches

prestations sociales et les services publics, individualisables – comme l'éducation et la santé – ou collectifs, comme la défense ou la recherche. Afin de mesurer les effets de l'ensemble des prélèvements, des prestations et des dépenses collectives, elle compare par différence les revenus avant transferts aux revenus après transferts. Ces deux notions de revenus sont définies pour correspondre au cadre comptable de l'économie nationale. Les revenus avant transferts diffèrent ainsi des revenus primaires de la statistique sociale, car ils intègrent les profits non distribués des entreprises et les loyers imputés aux propriétaires.

d'âge actif, ce taux de prélèvements s'élève à 53 % entre 25 et 54 ans. La diminution est nette à partir de 65 ans, avec un taux de 40 % pour les 65-69 ans et de 36 % pour les plus de 80 ans. Ceci s'explique par l'absence des cotisations sociales « salariales » sur les ressources des seniors, principalement composées de pensions de retraite et de revenus du patrimoine, et non de revenus d'activité.

L'ensemble des transferts reçus, qu'ils soient en espèces ou en nature, évolue en fonction de l'âge. La concentration des dépenses du système de retraites et de santé vers les ménages les plus âgés explique les fortes variations (graphique 44). En considérant toutefois le chômage et les retraites comme des revenus différés et donc interprétés comme un revenu primaire⁹⁹, et en retirant les prélèvements versés pour financer ces pensions, le profil redistributif des transferts en fonction de l'âge serait mécaniquement moins prononcé¹⁰⁰.

Graphique 44 | Transferts moyens reçus en 2019 par les ménages, selon l'âge



Lecture : Le montant de transferts liés à la santé versé aux 55-59 ans est de 2 900 euros par unité de consommation (UC).

Source : André M., Germain J-M. et Sicsic M., op.cit.

Ainsi, l'idée que les seniors représentent une charge importante pour la solidarité nationale peut être relativisée (graphique 45) : si l'on excepte les revenus de remplacement (chômage et retraites) des prestations sociales perçues, et quand bien même les dépenses de santé sont plus importantes aux âgées élevés :

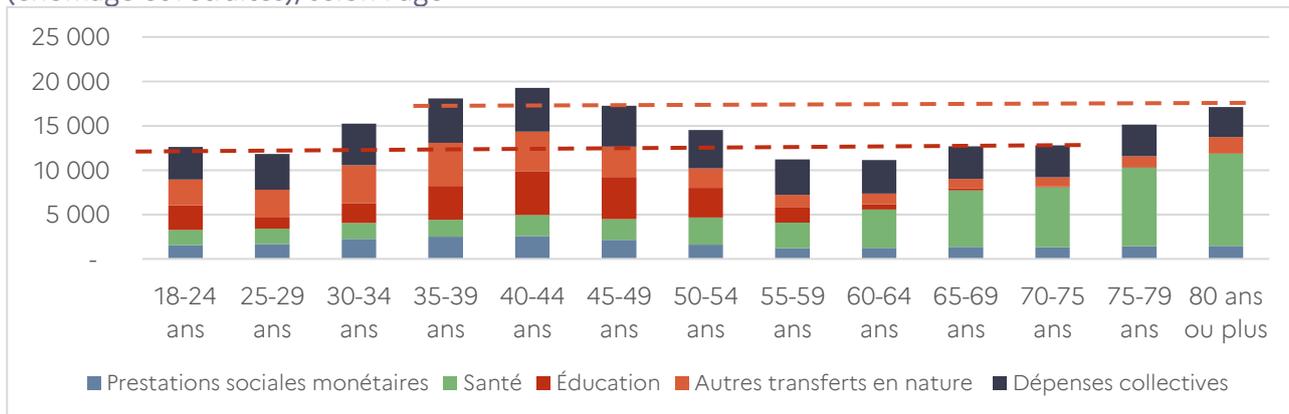
- les personnes vivant en France de 65 ans à 75 ans bénéficient sensiblement autant que les plus jeunes générations de 18-30 ans de la redistribution et des services publics (trait rouge) ;
- les personnes de 75 ans et plus bénéficient sensiblement autant que les plus jeunes générations de 35 à 50 ans de la redistribution et des services publics (trait orange).

⁹⁹ Concernant le système de retraite, il n'est toutefois pas uniquement contributif : fin 2020, les dispositifs de solidarité représentent, selon la Drees, 20 % des dépenses de retraite et son financement repose, selon le Cor, pour un peu plus d'un quart de ressources autres que les cotisations vieillesse (CSG, impôts et taxes affectés, subventions).

¹⁰⁰ André M., Germain J-M. et Sicsic M., « 'Do I get my money back?': A Broader Approach to Inequality and Redistribution in France With a Monetary Valuation of Public Services », document de travail de l'Insee, mars 2023.



Graphique 45 | Transferts moyens reçus en 2019 par les ménages hors revenus de remplacement (chômage et retraites), selon l'âge

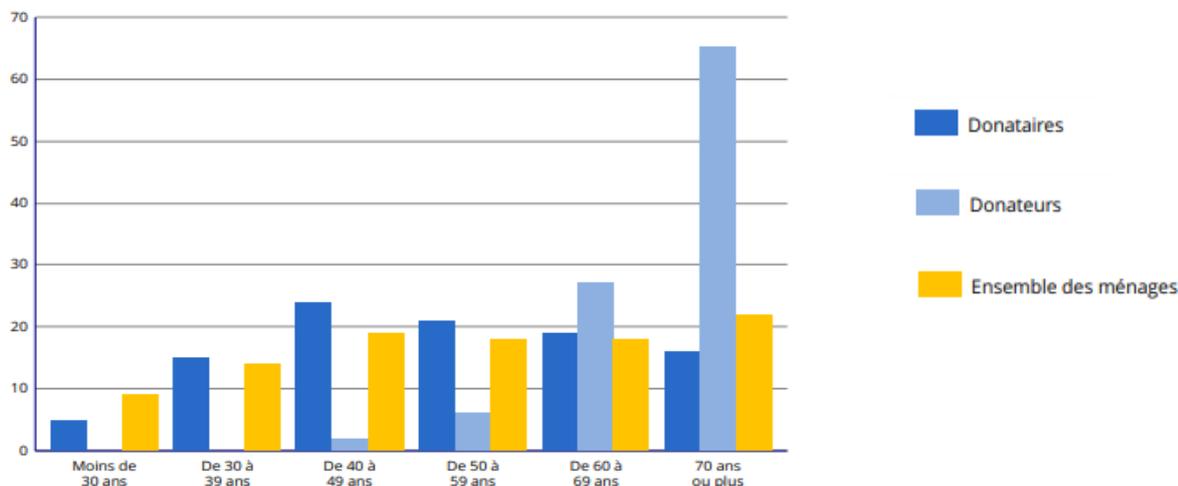


Lecture : Le montant de transferts liés à la santé versé aux 55-59 ans est de 2 900 euros par unité de consommation (UC).
 Source : André M., Germain J-M. et Sicsic M., op.cit.

B. Les seniors et les donations

La donation permet de transmettre une partie de son patrimoine en anticipation de l'héritage, avec potentiellement des avantages sur la fiscalité. Elle est surtout réalisée par les plus âgés (graphique 46) : en 2018, 65 % des ménages donateurs ont une personne de référence de 70 ans ou plus et seuls 8 % des donateurs ont une personne de référence de moins de 60 ans¹⁰¹.

Graphique 46 | Répartition des ménages donateurs et donateurs selon l'âge de la personne de référence début 2018, en %



Source : Insee, enquête Histoire de vie et Patrimoine 2017-2018.

Les donateurs sont en grande majorité retraités : pour 85 % des ménages ayant versé une donation, la personne de référence était à la retraite. Lorsqu'ils réalisent des donations, les ménages retraités le font dans l'immense majorité des cas en faveur de leurs enfants et, pour les plus âgés de leurs petits-enfants également. Plus les retraités sont âgés lors de la donation, plus ils tendent à verser des donations de montant important. Après 70 ans (49 %), et plus encore après 80 ans (61 %), les donations sont majoritairement supérieures à 100 000 €.

¹⁰¹ Cazenave-Lacrouts M-C. et Hubert O., « En 2018, en France, 18% des ménages ont déjà reçu une donation et 8% en ont versé une », Insee Focus n°232, mars 2021.

Tableau 2 | Part des ménages retraités ayant versé une aide selon le patrimoine net et selon la tranche l'âge de la personne de référence du ménage début 2018, en %

Tranche d'âge de la personne de référence	Du 1 ^{er} au 3 ^e décile	Du 4 ^e au 7 ^e décile	7 ^e décile	8 ^e décile	9 ^e décile et plus	Ensemble
Moins de 60 ans	-	-	-	-	-	61,1
De 60 à 69 ans	29,6	40,4	59,6	49,5	64,2	44,2
De 70 à 79 ans	29,1	31,7	50,1	58,0	57,9	41,6
80 ans et plus	20,2	30,9	41,7	48,7	47,9	32,5
Ensemble	26,9	35,3	52,6	53,0	58,5	

Source : Insee, enquête Histoire de vie et Patrimoine 2017-2018.

Outre les donations, les ménages peuvent verser des aides¹⁰², le plus souvent à leurs descendants (tableau 2). Pour les aides versées aux parents, il peut s'agir du financement d'une maison de retraite par exemple. Si les ménages de retraités ont plus tendance à verser des aides que des donations, d'importantes disparités selon l'âge de la personne de référence du ménage peuvent être constatées¹⁰³.

A *contrario*, environ 7 % des ménages qui sont retraités en 2018 ont reçu une aide dans leur vie, la proportion étant plus importante pour les plus jeunes générations (celles qui ont entre 60 et 69 ans en 2018). La perception d'aides concerne davantage les ménages à hauts patrimoines.

En matière d'héritage, 30 % des personnes ont hérité au cours de leur vie en 2021 : il s'agit du type de transmission le plus fréquent. Cette part augmente logiquement avec l'âge, jusqu'à atteindre 53 % des 70 ans ou plus. Elle augmente naturellement avec le niveau de patrimoine brut détenu : 14 % des 10 % les moins bien dotées en patrimoine brut ont hérité, contre 44 % des 10 % les mieux dotées. Le patrimoine brut moyen des ménages ayant hérité est presque deux fois supérieur au patrimoine de ceux n'ayant pas reçu d'héritage (442 000 euros contre 238 000 euros)¹⁰⁴.

Lorsque les ménages retraités sont interrogés sur la perception qu'ils ont du poids des transmissions reçues (tableau 3) – incluant donc les héritages mais également les donations – dans leur patrimoine, les transmissions reçues représentent une part importante du patrimoine des ménages les plus aisés.

Tableau 3 | Perception du poids des transmissions reçues dans le patrimoine des ménages retraités selon le niveau de patrimoine début 2018, en %

Perception du poids des transmissions dans le patrimoine	Du 1 ^{er} au 3 ^e décile	Du 4 ^e au 7 ^e décile	7 ^e décile	8 ^e décile	9 ^e décile et plus
Rien du tout	65,7	42,5	36,7	30,6	21,1
Moins d'un quart	19,4	30,3	36,8	45,3	41,4
Entre un quart et la moitié	5,6	11,8	15,7	18,5	25,4
Plus de la moitié	9,3	15,4	10,8	5,6	12,1
Ensemble	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0

Source : Insee, enquête Histoire de vie et Patrimoine 2017-2018.

¹⁰² Il s'agit notamment de dons d'argent à l'occasion d'un achat ou d'un évènement important, de versements réguliers, de mises à disposition gratuites d'un logement, de paiements d'un loyer ou bien encore de prêts d'argent. Ces aides deviennent l'usage prioritaire d'un tiers des plus de 85 ans en cas de hausse de 10 % de leurs revenus (10 % des 55-60 ans).

¹⁰³ Cor (Secrétariat général du), « Les transmissions de patrimoine : qui donne quoi et qui reçoit quoi parmi les retraités ? », document de travail, décembre 2021.

¹⁰⁴ Insee, « Les revenus et le patrimoine des ménages - Édition 2024 », op.cit.



Enfin, selon une étude de l'Observatoire de la philanthropie de la Fondation de France publiée en 2021, les personnes de 60 ans et plus représentaient 53 % (21 % pour les 60 et 69 ans et 32 % pour les plus de 70 ans) des donateurs totaux et 58 % (21 % pour les 60 et 69 ans et 37 % pour les plus de 70 ans) des dons effectués par les ménages entraînant une réduction d'impôt¹⁰⁵.

C. La valorisation des tâches pour autrui

Les tâches domestiques pour autrui (périmètre restreint - cuisine, ménage, linge, vaisselle, soins aux enfants et personnes en perte d'autonomie) occupent en moyenne 43,8 heures en moyenne par an chez les plus de 50 ans, contre 17,8 heures chez les moins de 50 ans. Si l'on ajoute les « semi-loisirs » (périmètre intermédiaire - bricolage, jardinage, courses et shopping, activités avec enfants), on obtient 64,8 heures par an pour les plus de 50 ans, pour 27,9 heures chez les moins de 50 ans¹⁰⁶.

Avec le temps associatif (périmètre extensif - temps de réunions associatives et trajets pour une association), ce sont en moyenne 96,9 heures par an consacrées par les plus de 50 ans pour autrui contre 38,9 heures par les moins de 50 ans.

Pour valoriser ce temps « donné » à autrui, l'Insee a retenu trois hypothèses (tableau 4) : le Smic brut, le Smic superbrut et le salaire moyen d'un employé de maison (source DADS), également en superbrut (pour être cohérent avec la notion de rémunération en comptabilité nationale) en 2010.

Tableau 4 | Valorisation du temps pour autrui des plus de 50 ans en points de PIB

	Vision restreinte	Vision intermédiaire	Vision extensive
Smic brut	0,45 %	0,67 %	1,01 %
Smic superbrut	0,54 %	0,79 %	1,19 %
Employé de maison	0,85 %	1,25 %	1,88 %

Champ : France métropolitaine, personnes âgées de 18 ans ou plus vivant en ménage ordinaire.

Source : Insee, enquête Emploi du temps 2010 (Insee Résultats).

Au total, la contribution des plus de 50 ans non comptabilisée dans le PIB est conséquente et peut être estimée en 2010 entre 0,5 % et 1,9 % du PIB selon l'Insee, en fonction du périmètre retenu pour la participation sociale et de sa valorisation. Elle peut s'exercer dans des territoires et dans des domaines où elle est essentielle au maintien d'une activité (voir *supra*). Ce niveau est comparable à la valeur ajoutée de secteurs tels que l'hébergement (pour la borne basse) ou la branche énergie (pour la borne haute).

- ▶ **La situation économique des seniors est aujourd'hui globalement favorable par rapport au reste de la population, mais marquée par des différences importantes en leur sein en termes de revenus et de patrimoine.**
- ▶ **Une forte proportion de seniors fait un usage altruiste de ses revenus et de son patrimoine, ainsi que de son temps, apportant une contribution monétaire ou en nature aux autres ménages ainsi qu'à la richesse nationale.**
- ▶ **Ce contexte est cependant « transitoire » dans la mesure où, dans les prochaines années, le niveau de vie moyen des seniors devrait augmenter en termes absolus mais baisser**

¹⁰⁵ Fondation de France, « Le Panorama national des générosités », 2^e édition, septembre 2021.

¹⁰⁶ Grobon S., Renaud T., « Les activités des seniors : de moins en moins diversifiées passé 75 ans », op.cit.

relativement à celui des actifs. La question des freins, financiers ou en temps disponible, au maintien de leur participation sociale et contributions se posera à l'avenir pour certains seniors, et doit être prise en compte.

III. Aspects environnementaux : contribution à la consommation d'énergies fossiles et aux émissions de CO₂ des ménages plus âgés

De nombreux ouvrages et articles ont mis depuis quelques années en avant la responsabilité des générations ayant vécu après la seconde guerre mondiale dans la consommation non soutenable d'énergies carbone, d'usage de produits à fortes externalités négatives comme le plastique, et partants des atteintes multiples à l'environnement et à la biodiversité. Les données statistiques et les travaux de recherche corroborent assez largement ce constat, qui doit être néanmoins nuancé. Ainsi que l'exprime Edgar Hertwich¹⁰⁷, les comportements de consommation ont évolué en fonction des générations : « *Avant, les personnes âgées étaient économes. La génération qui a vécu la Seconde Guerre mondiale faisait attention à la façon dont elle utilisait les ressources. Les 'nouvelles personnes âgées' sont différentes* ».

Pour autant, on peut aussi considérer, comme Nathaniel Rich¹⁰⁸ que les responsabilités dans ce « rendez-vous manqué avec la Terre » de la décennies 1979-1989 sont très partagées entre les générations. Pour preuve, d'après l'OCDE, alors que les externalités environnementales des matières plastiques ont inquiété dès les années 1970, la production mondiale a doublé entre 2000 et 2019¹⁰⁹. En France, leur consommation par habitant est encore passée de 67,7 kg en 2015 à 70 kg en 2022 d'après le ministère de l'environnement et toutes les générations en sont responsables.

Au-delà des responsabilités, les seniors affichent désormais un niveau de préoccupation vis-à-vis des effets du changement climatique légèrement supérieur à la moyenne de la population¹¹⁰.

A. La consommation énergétique des ménages en fonction de l'âge

Une note récente de l'Ined¹¹¹ reprend des études mettant en évidence que la consommation énergétique des ménages est influencée par leur niveau de diplôme, de revenus, mais aussi leur âge (graphique 47).

Les auteurs indiquent ainsi :

- qu'à l'échelon du ménage, les émissions augmentent avec l'âge de la personne de référence, atteignent un pic entre 45 et 49 ans, et diminuent progressivement au-delà ;
- que lorsque les émissions sont estimées individuellement en neutralisant l'effet de la taille du ménage, le pic des émissions se décale vers des âges plus avancés ;

¹⁰⁷ Edgar Hertwich, Heran Zheng et alii, "[Ageing society in developed countries challenges carbon mitigation](#)", *Nature Climate Change* volume 12, pages241–248 (2022).

¹⁰⁸ Nathaniel Rich, « Perdre la terre - Une histoire de notre temps », Points, mars 2020.

¹⁰⁹ OCDE, « [Perspectives mondiales des plastiques](#) », avril 2023.

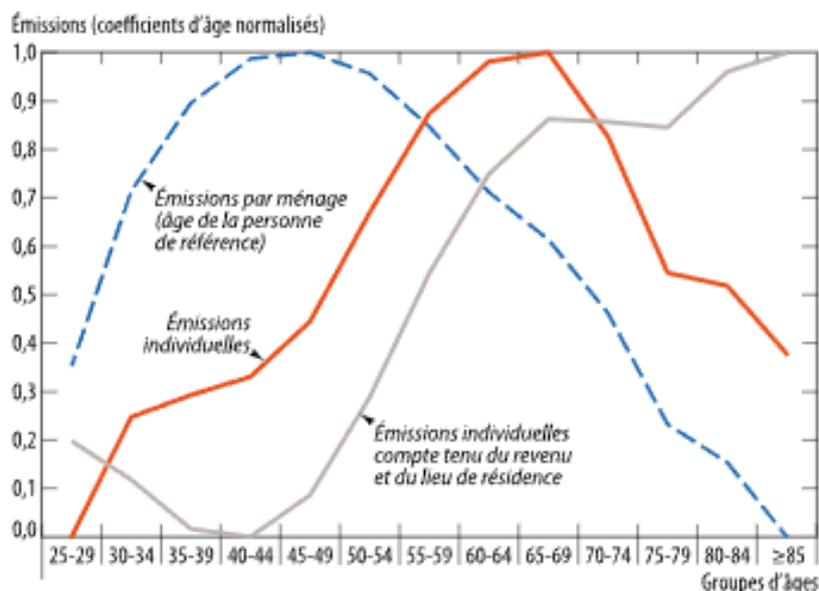
¹¹⁰ [Environnement et climat : opinions des Français en 2024, baromètre Écologie Environnement du panel Elipss](#) Service statistique du ministère chargé de l'Environnement / Sciences Po, juin 2025.

¹¹¹ Natale F., Ueffing P. et Deuster C., « [Comment la démographie influence-t-elle le changement climatique ? Le cas de l'Europe](#) », *Population et Sociétés*, n° 614, Ined, Septembre 2023.



- que lorsque ces estimations neutralisent également l'effet du revenu, les émissions individuelles progressent alors régulièrement avec l'âge.

Graphique 47 | Emissions de carbone par âge, Union européenne, 2015



Note : L'axe vertical représente la contribution des différents groupes d'âges aux émissions carbone.
 Source : Natale F., Ueffing P. et Deuster C., « Comment la démographie influence-t-elle le changement climatique ? Le cas de l'Europe », Population et Sociétés, n° 614, Ined, Septembre 2023.

Ils concluent que le fait que les seniors soient responsables d'émissions individuelles plus élevées, dans le champ de la consommation des ménages, tient à deux raisons :

- ils ne peuvent pas bénéficier des économies d'échelle propres aux ménages nombreux, c'est-à-dire des avantages découlant de la mutualisation des dépenses et émissions ;
- malgré des revenus plus faibles, ils concentrent leurs dépenses dans des biens de consommation à forte intensité carbone (besoin en santé accru, logements plus anciens, lieux de résidence, etc.).

B. La consommation et les émissions de la branche Autonomie

Avec l'appui de *The Shift Project* et en partenariat avec l'EN3S, la CNSA a calculé l'empreinte carbone de la branche Autonomie en le détaillant par poste (graphique 48)¹¹². Les établissements médico-sociaux et services à domicile pour les personnes âgées ou en situation de handicap émettent aujourd'hui autour de 10 millions de tonnes d'équivalent CO2 par an, soit environ 1,5 % des émissions nationales de gaz à effet de serre. C'est l'équivalent de l'empreinte carbone des hôpitaux (sans prise en compte de l'émission des médicaments). Si rien n'est fait, ces émissions pourraient augmenter de plus de 40 % d'ici 2050. En cause : la hausse du nombre et des besoins des personnes accompagnées dans leur autonomie.

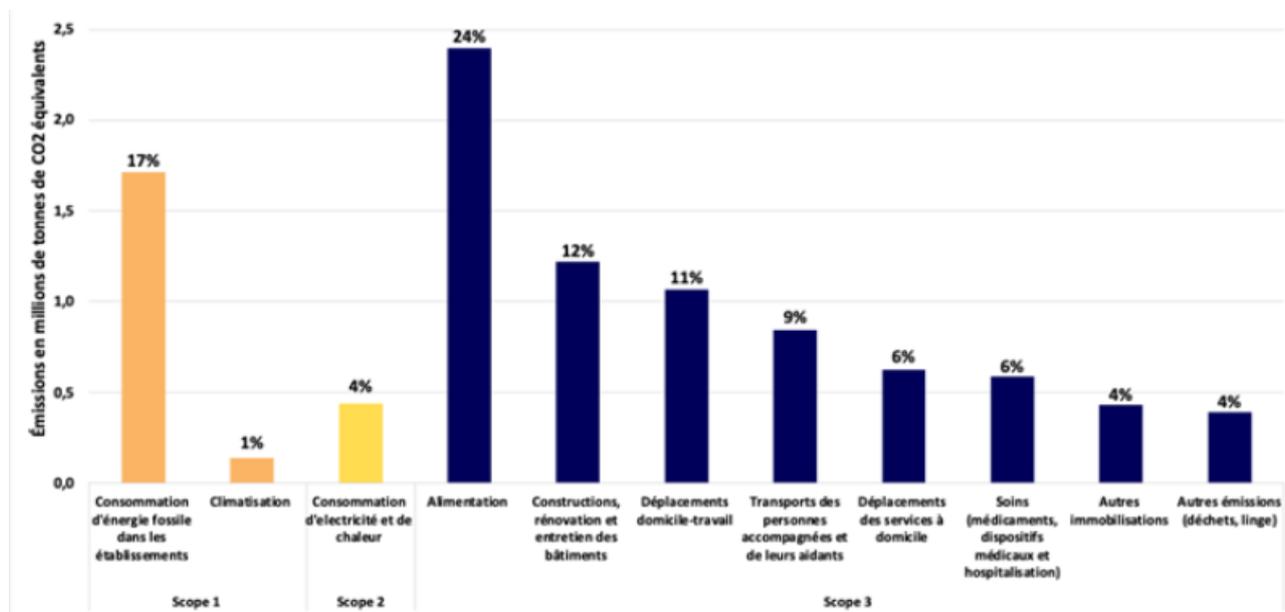
Les calculs montrent que les émissions de gaz à effet de serre proviennent à 26 % de la mobilité (déplacements des services à domicile, déplacements domicile-travail, personnes accompagnées et visiteurs), à 24 % de l'alimentation dans les espaces de restauration collective et à 22 % de la consommation d'énergie des bâtiments.

Avec le vieillissement de la population, l'augmentation des taux d'accompagnement des seniors et l'augmentation de la prise en charge des personnes en situation de handicap, l'activité du secteur de

¹¹² The Shift Project, « Décarbonons le secteur de l'autonomie », op.cit.

l'autonomie, et donc les besoins en ressources matérielles et énergétiques, risque d'augmenter fortement d'ici 2050. Ainsi, si aucune politique publique n'est mise en place pour sortir des énergies fossiles, les émissions du secteur de l'autonomie pourraient augmenter de plus de 40 % d'ici 2050.

Graphique 48 | Répartition des émissions de gaz à effet de serre du secteur de l'Autonomie par poste



Source : The Shift Project, 2024.

Le secteur de l'autonomie peut toutefois devenir résilient et réduire ses émissions d'au moins 65 % d'ici à 2050, soit atteindre moins de 3,3 millions de tonnes d'équivalent CO₂ par an (graphique 49).

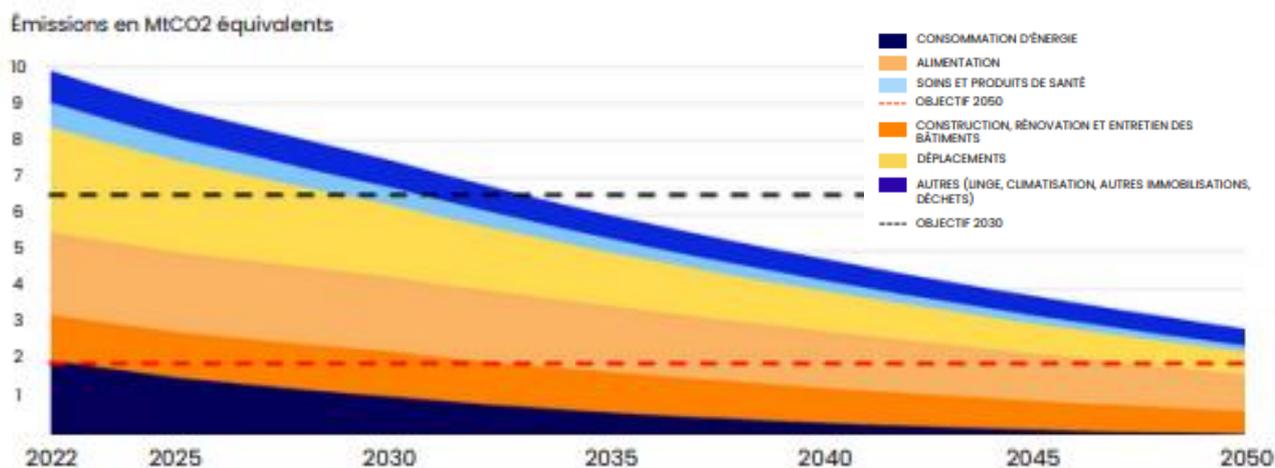
À ce stade, la CNSA et ses partenaires ont identifié une série de leviers d'actions dont les apports respectifs à une trajectoire de décarbonation sont quantifiés autour de deux variantes : une variante intégrant l'évolution démographique uniquement et une variante tenant compte d'un approfondissement de l'accompagnement à domicile.

Les leviers à activer sont très similaires pour ces deux pistes¹¹³, c'est le poids respectif de chacun qui peut varier. Ils impliquent dans tous les cas plus de 2 Md€ de charges et plus de 10 Md€ d'investissement cumulés entre 2023 et 2030.

Dans la variante « Avec virage domiciliaire » (comparativement à « Sans virage domiciliaire »), les émissions annuelles du secteur de l'autonomie baisseraient de 24 % (20 %) d'ici 2030 et de 70 % (63 %) d'ici 2050 pour atteindre une empreinte annuelle de 2,9 MtCO₂e (3,7 MtCO₂e). 83 % de la baisse des émissions proviennent de leviers dont l'activation implique totalement ou en partie le secteur de l'autonomie, mais il ne parviendrait pas totalement à atteindre les objectifs de 34 % de baisse d'ici 2030 et de 80 % de baisse d'ici 2050.

¹¹³ Rénover thermiquement les bâtiments ; remplacer les systèmes de chauffage au fioul et au gaz par des chauffages bas carbone (réseaux de chaleur, électricité, biomasse, pompes à chaleur) ; équiper les services à domicile en véhicules électriques légers et / ou aider les personnels des services domicile à recourir à des véhicules électriques et /ou des mobilités douces ; diminuer les protéines animales et favoriser les protéines d'origine végétale dans l'alimentation des personnes accompagnées, dans le respect des besoins nutritionnels des personnes accompagnées ; favoriser un approvisionnement alimentaire bas carbone de qualité.

Graphique 49 | Évolution des émissions de GES du secteur de l'autonomie entre 2022 et 2050 avec mise en place des leviers de décarbonation (variante « avec virage domiciliaire »)



Source : The Shift Project, 2024.

Ces enjeux sont intergénérationnels : le niveau global d'engagement pour le climat est similaire entre les générations et les seniors, majoritairement les femmes, y sont sensibles pour eux et les générations futures¹¹⁴.

- ▶ **Le Conseil de l'âge rappelle que pour les 20 prochaines années, la conciliation entre transition démographique, transition écologique et transition numérique sera un défi majeur, mais aussi une opportunité pour construire une société durable et inclusive, qui réponde aux besoins d'une population vieillissante tout en réduisant notre impact environnemental et en tirant parti des opportunités offertes par le numérique.**
- ▶ **L'enjeu est de créer un écosystème où ces trois transitions se renforcent mutuellement et naturellement, permettant aux seniors de bénéficier des avantages du numérique pour rester autonomes et connectés, tout en favorisant des modes de vie plus durables (regroupés ou collectifs – voir *supra*) et en limitant les impacts négatifs du vieillissement de la population sur l'environnement.**
- ▶ **La mise en œuvre de ces solutions nécessite une collaboration étroite entre les acteurs publics, privés et associatifs. L'accompagnement des seniors dans l'appropriation des nouvelles technologies est donc crucial pour développer des politiques publiques et permettre des débouchés aux investissements dans la recherche et l'innovation.**
- ▶ **C'est dans cette perspective que la demande du Conseil de l'âge d'une démarche de planification et de programmation, qui pourrait bénéficier au renforcement de la participation sociale des seniors et d'une contribution plus importante à la transition écologique, prend tout son sens.**

¹¹⁴ ILVV, « Participation et citoyenneté à tous les (ét)âges », op.cit.



Le Haut Conseil de la famille, de l'enfance et de l'âge est placé auprès du Premier ministre. Il est chargé de rendre des avis et de formuler des recommandations sur les objectifs prioritaires des politiques de la famille, de l'enfance, des personnes âgées et des personnes retraitées, et de la prévention et de l'accompagnement de la perte d'autonomie.

Le HCFEA a pour mission d'animer le débat public et d'apporter aux pouvoirs publics une expertise prospective et transversale sur les questions liées à la famille et à l'enfance, à l'avancée en âge, à l'adaptation de la société au vieillissement et à la bienveillance, dans une approche intergénérationnelle.

Retrouvez nos dernières actualités sur :

www.hcfea.fr



Le HCFEA est membre du réseau du Haut-commissariat à la Stratégie et au Plan

<https://www.strategie-plan.gouv.fr/>

Adresse : 78-84 rue Olivier de Serres, Tour Olivier de Serres, 75015 PARIS

Adresse postale : 78-84 rue Olivier de Serres, Tour Olivier de Serres, CS 59234, 75739 PARIS cedex

