



## Enquête Clariane x OpinionWay : comment les Français se préparent à bien vieillir ?

À l'occasion des premières Rencontres des gérosiences, organisées le 14 janvier 2026, Clariane publie avec OpinionWay, une étude consacrée au rapport des Français au vieillissement<sup>1</sup>. L'enquête met en lumière la manière dont ils anticipent leur avancée en âge, entre inquiétudes, représentations et démarches concrètes.

### Un sujet de préoccupation majeur

Le vieillissement occupe une place centrale dans les préoccupations des Français :

- 9 sur 10 estiment que le bien vieillir devrait être une grande cause nationale.
- Si 69 % jugent que le vieillissement est mieux accompagné qu'il y a vingt ans, seuls 30 % considèrent que la société est aujourd'hui prête à y faire face.

Le regard porté sur la vieillesse demeure marqué : 74 % estiment que les personnes âgées sont dévalorisées et 59 % jugent le sujet encore tabou.

### Âge ressenti, représentations et inquiétudes

Les Français tendent à se sentir plus jeunes que leur âge réel : 65 % déclarent un âge ressenti différent de leur âge officiel, dont 44 % se sentent plus jeunes en moyenne de huit ans.

Pour autant, 57 % se disent inquiets à l'égard de leur propre vieillissement. Ces inquiétudes portent d'abord sur la santé (92 %, notamment la perte d'autonomie), mais aussi sur l'évolution du mode de vie (79 %) et le risque de solitude (60 %).

### Une préparation anticipée et progressive du bien vieillir

L'adoption d'une bonne hygiène de vie commence dès la trentaine (29 ans en moyenne), la constitution d'une épargne autour de 35 ans, puis la mise en place d'un suivi médical régulier vers 46 ans.

Avec l'avancée en âge, certaines démarches deviennent plus fréquentes, notamment chez les 65 ans et plus : rédaction de directives anticipées, adaptation du logement ou changement de domicile, bien que ces pratiques restent minoritaires.

### S'appuyer d'abord sur les proches

Pour envisager leur vieillesse, les Français comptent principalement sur leur entourage : 71 % citent leur famille, en particulier leurs enfants (49 %) et leur conjoint (48 %).

Dans le même temps, 67 % redoutent de devenir une charge pour leurs proches. Le recours à des structures extérieures demeure limité (26 %), tandis qu'un Français sur cinq déclare ne pouvoir compter que sur lui-même.

### Les gérosiences : un levier puissant encore méconnu

Les Français reconnaissent largement le rôle de la science et des innovations pour mieux vivre (84 %) et retarder les effets du vieillissement (71 %).

Les gérosiences restent toutefois peu connues : 73 % des Français n'en ont jamais entendu parler. Une fois expliquées, elles sont perçues comme contribuant à la prévention des maladies liées à l'âge, à l'amélioration de la qualité de vie et à l'allongement de l'espérance de vie en bonne santé.

<sup>1</sup> Enquête « Le rapport des Français au vieillissement », réalisée par OpinionWay pour Clariane auprès de 2 530 personnes représentatives de la population française âgée de 18 ans et plus, interrogées en ligne du 18 au 25 novembre 2025.

### **À propos de Clariane**

Clariane est la première communauté européenne de soin dans les moments de fragilité. Elle est présente dans six pays : Allemagne, Belgique, Espagne, France, Italie et Pays-Bas.

Avec leurs différentes expertises, les 63 000 collaborateurs du Groupe travaillent chaque année au service de près de 900 000 personnes accompagnées et soignées dans trois grands domaines d'activités : les maisons de retraite médicalisées (Korian, Seniors Residencias...), les établissements et services de santé spécialisés (Inicea, Ita, Grupo 5...) ainsi que les domiciles et habitats partagés (Ages & Vie...).

Clariane est devenue en juin 2023 société à mission et a inscrit dans ses statuts une nouvelle raison d'être, commune à toutes ses activités : « Prendre soin de l'humanité de chacun dans les moments de fragilité ».

#### **Florian Bachelet**

Responsable des relations médias

06 79 86 78 23

[florian.bachelet@clariane.com](mailto:florian.bachelet@clariane.com)

#### **Mélie Boissonnet**

Chargée des relations médias

07 63 34 61 60

[melie.boissonnet@clariane.com](mailto:melie.boissonnet@clariane.com)