

LES FRANÇAIS ET LE « BIEN VIEILLIR »

UNE ETUDE EXCLUSIVE GROUPE PREVOIR - IFOP

- 62% des Français pensent qu'il est difficile de bien vieillir
- 70% des Français déclarent que « bien vieillir c'est vieillir en bonne santé » ce qui demande une bonne hygiène de vie et un environnement social et culturel riche
- 72% des Français pensent que leur style de vie leur permettra de bien vieillir mais toutes les catégories socio-professionnelles ne sont pas égales devant le vieillissement

Paris le 1^{er} mars 2011 - Le Groupe Prévoir publie aujourd'hui les résultats de l'étude réalisée avec l'Ifop¹ sur les Français et le « bien vieillir ».

« L'espérance de vie des Français ne cesse d'augmenter. Pourtant, il n'est pas donné à tous les Français de vieillir dans de bonnes conditions. Notre étude montre à la fois les interrogations des Français et les réponses qu'ils apportent naturellement à leurs questionnements. Bien vieillir, c'est vieillir en bonne santé. Selon leurs catégories socioprofessionnelles les Français ne sont pas égaux devant le vieillissement. Depuis 1996, le Groupe Prévoir s'est attaché à concevoir des solutions adaptées au plus grand nombre pour favoriser la prise de conscience et anticiper les risques liés au vieillissement par des actions concrètes d'accompagnement santé, » souligne Sylvie Duffaud, Directrice générale des sociétés d'assurance du Groupe Prévoir.

« Les réponses des Français révèlent de nouveaux besoins en sécurité auxquels les édifices actuels de la protection sociale, bâtis après la Seconde guerre mondiale, ne sont pas à même de répondre. Désormais la sécurité des individus ne passe plus seulement par une indemnisation a posteriori de risques standards. La protection sociale doit être préventive et viser à sécuriser des trajectoires de vie désormais individualisées et incertaines, faites de ruptures multiples tout au long de l'existence et de va-et-vient entre formation, travail et inactivité. Il s'agit donc d'une sécurité attachée à l'individu et à son parcours spécifique. Cette nouvelle stratégie d'investissement social implique la mise en œuvre de nouveaux instruments définis comme des « politiques du cycle de vie ». L'offre d'une large gamme de services préserve les possibilités de choix pour couvrir des besoins désormais plus individualisés. » commente le Professeur Anne-Marie Guillemard, sociologue, Université Paris-Descartes Sorbonne

LES PERCEPTIONS DU « BIEN VIEILLIR » : VIEILLIR NATURELLEMENT ET EN BONNE SANTE, UN CHALLENGE POUR LA MAJORITE DES FRANÇAIS

La **majorité des personnes interrogées indique ainsi qu'il est «difficile» de bien vieillir (62%)**. Toutefois, cette perception semble davantage tenir d'une projection pessimiste que d'un constat puisque les personnes âgées de plus de 65 ans considèrent en majorité qu'il est facile de bien vieillir (57% contre 31% des moins de 25 ans). En moyenne, les Français établissent l'âge du basculement dans la vieillesse à 69 ans. Ils repoussent cette échéance, au fur et à mesure qu'ils s'en approchent : elle est estimée à 61 ans chez les moins de 25 ans et à 77 ans chez les plus de 65 ans.

En France, le vieillissement est aussi affaire de catégorie sociale. En témoigne l'écart de perception au sein de la population : dans les catégories populaires, chez les ouvriers (65 ans) et chez les personnes aux faibles revenus (66 ans), l'âge du vieillissement est largement anticipé en comparaison avec les catégories les plus aisées de la population (70 ans) chez les cadres supérieurs et 72 ans chez les personnes aux revenus les plus hauts).

Le « bien vieillir » repose presque exclusivement sur la notion de vieillissement en bonne santé (70%). Les autres représentations interviennent de manière secondaire : 14% des personnes interrogées considèrent que « bien vieillir » signifie avant tout vieillir actif, 8% sans soucis financiers, et 8% entouré.

¹ Échantillon de **1007** personnes, représentatif de la population française âgée de 18 ans et plus. La représentativité de l'échantillon a été assurée par la méthode des quotas (sexe, âge, profession de la personne interrogée) après stratification par région et catégorie d'agglomération. Les interviews ont eu lieu par questionnaire auto-administré en ligne (CAWI-Computer Assisted Web Interviewing). Du 1^{er} au 3 février 2011.

Si bien vieillir apparaît comme quelque chose de difficile, il n'est nul besoin, selon les Français, d'utiliser des artifices (crème, teinture, chirurgie...) pour y parvenir. Le vieillissement peut tout à fait être réalisé naturellement (89%) et peu de Français semblent être convaincus de la nécessité d'avoir recours aux soins esthétiques (11%, dont 17% de femmes et seulement 4% d'hommes).

Attachés à un vieillissement naturel, les Français fixent assez tard le moment où, selon eux, il devient nécessaire de commencer à se soucier de bien vieillir : ils l'établissent en moyenne à 49 ans.

LES PRATIQUES DU « BIEN VIEILLIR » : UN MODE DE VIE EN ADEQUATION AVEC CE QUI, SELON LES FRANÇAIS, LEUR PERMETTRAIT DE BIEN VIEILLIR, MAIS DES INEGALITES FLAGRANTES ENTRE LES DIFFERENTES CATEGORIES DE LA POPULATION

Pour les Français, la garantie de « bien vieillir » repose avant tout sur deux piliers : une bonne hygiène de vie et un environnement social et culturel riche. 72% des personnes interrogées estiment que leur style de vie leur permettra de bien vieillir. Les personnes âgées entre 25 et 34 ans (56%), les ouvriers (55%) et les employés (56%) ont en revanche un regard plus critique sur leur mode de vie actuel qu'ils jugent moins en phase avec la notion de « bien vieillir ».

Face au vieillissement, les différentes catégories de la population ne sont pas à armes égales : les personnes évoluant dans un contexte socio-professionnel aisé (cadres supérieurs, personnes aux revenus élevés) décrivent davantage un mode de vie en adéquation avec les recommandations pour bien vieillir que les personnes évoluant dans un contexte plus défavorisé (ouvriers, personnes aux faibles revenus). Que ce soit sur le plan de la santé physique (manger sainement, faire du sport, etc.) ou sur le plan de la santé psychique (se cultiver, voyager), elles prennent davantage soin d'elles-mêmes dans l'optique de s'assurer une bonne vieillesse.

Par ailleurs, lorsqu'elles n'adoptent pas les résolutions qui leur permettraient d'envisager sereinement le vieillissement, les personnes interrogées invoquent en premier lieu un manque de moyens financiers (33%). 22% évoquent un manque de temps, 16% de volonté, 2% d'équipement et 1% d'information.

TROIS LEVIERS DU BIEN VIEILLIR : ALIMENTATION, VIE SOCIALE ET EXERCICE PHYSIQUE

Dans la quête du bien vieillir, les Français apparaissent dans l'ensemble comme conscients des risques et des bonnes pratiques : leur mode de vie semble réellement s'accorder avec celui qu'ils dessinent comme un idéal pour bien vieillir.

- Afin de bien vieillir, il leur paraît avant tout essentiel de manger sainement (58%), d'avoir une vie sociale importante (48%), et de faire du sport et de l'exercice (47%).
- Des écarts à noter entre les connaissances et les pratiques : pour environ un quart de la population, il apparaît essentiel pour réussir son vieillissement de se cultiver (27% ; et 38% le pratiquent, soit un écart de 11 points), de ne pas fumer (25%, soit un écart de 17 points) et de s'épanouir dans une relation amoureuse (23%, +8 points).
- Moins de 20% des personnes interrogées soulignent l'importance de voyager (18%, +13 points), de travailler (12%, +14 points), de ne pas boire d'alcool (11%, +12 points) et enfin de fréquenter des personnes plus jeunes (9%, +7 points).