

**3<sup>e</sup>**  
édition

# Baromètre prospectif VYV

## Qualité de vie et santé des Français dans 10 ans : quelles craintes, quels espoirs ?

Avec le concours d'Ipsos



---

Décembre 2024

GROUPE  
**vyv**



# Sommaire

## QUALITÉ DE VIE DES FRANÇAIS, UN RESENTI CONTRASTÉ

- 05 — L'indice de mieux-vivre s'améliore légèrement dans un contexte toujours anxiogène
- 07 — Une majorité de Français satisfaits de leur qualité de vie actuelle
- 08 — Une perception polarisée de la qualité de vie dans les prochaines années

### FOCUS SUR...

- 10 — Le travail dans 10 ans, et son impact sur la qualité de vie globale
- 11 — Le logement dans 10 ans, encore plus central dans la vie des Français
- 12 — L'alimentation dans 10 ans, entre anticipation de changements et désillusion annoncée

## VERS UNE SANTÉ TOUJOURS PLUS SOUS TENSION

- 13 — Santé aujourd'hui, santé demain : l'opinion des Français
- 15 — L'avenir du système de santé, objet de vives préoccupations
- 16 — Dans 10 ans, plus d'exposition aux risques, moins de filets de protection sociale ?



**S'appuyant sur son observatoire prospectif, VYV a choisi de questionner pour la troisième édition de son baromètre prospectif les déterminants de l'état de santé général dans une perspective plus projective, pour comparer la perception qu'en ont les Français aujourd'hui et les évolutions qu'ils imaginent dans 10 ans, dans toutes les dimensions concourant à leur qualité de vie et leur santé : logement, alimentation, travail, vie sociale, etc.**

**Cette nouvelle édition s'intéresse aussi plus précisément à l'opinion des Français sur le système de santé à venir, aux perspectives d'évolution en matière de protection sociale : que redoutent-ils, que souhaitent-ils voir advenir ?**

Si le niveau de satisfaction de vie se stabilise en 2024, il ne retrouve toutefois pas celui de 2021 et des disparités importantes existent dans la vision qu'ont les Français de leur avenir. Perturbés par l'impression que le monde avance dans la mauvaise direction, ils se tournent prioritairement vers leur sphère privée et font le choix de concentrer leurs efforts dans des domaines dont ils ont davantage la maîtrise (cercle familial ou encore logement).

---

## MÉTHODOLOGIE

*Le Groupe VYV a travaillé avec Ipsos à la compréhension des dynamiques à l'œuvre au sein de la société autour de la qualité de vie et la projection de ses multiples composantes à horizon 10 ans.*

*Les chiffres et analyses statistiques présentés ci-après sont issus d'une enquête menée en ligne en mars 2024 auprès d'un panel représentatif de 2 000 Français âgés de 16 à 75 ans (représentativité assurée selon la méthode des quotas sur le sexe, l'âge, la catégorie socioprofessionnelle individuelle, la région et la communauté d'agglomération, avec un redressement sur ces mêmes critères).*

# Qualité de vie des Français, un ressenti contrasté

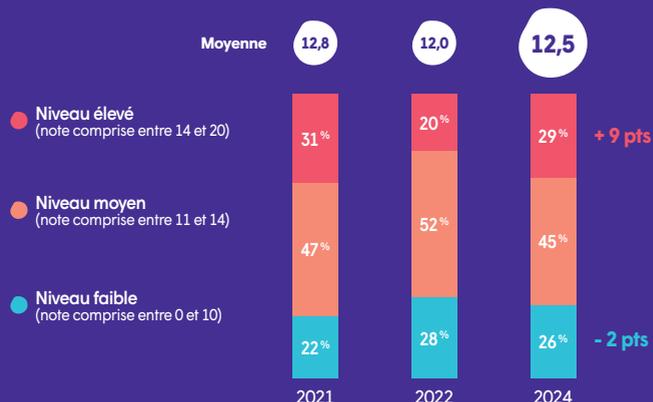
## L'INDICE DU MIEUX-VIVRE S'AMÉLIORE LÉGÈREMENT DANS UN CONTEXTE TOUJOURS ANXIOGÈNE

Méthodologie de construction de l'indice :

- L'indice du mieux-vivre mesure le présent et la projection personnelle en agrégeant plusieurs dimensions : satisfaction globale vis-à-vis de sa vie, confiance dans son avenir personnel, perception de sa qualité de vie actuelle et à venir, perception de son état de santé.
- Un score global est calculé puis ramené à une note sur 20.

L'indice de mieux-vivre connaît une hausse (+ 0,5 pts) par rapport à 2022 pour atteindre 12,5. Un rebond tout relatif puisqu'il reste cependant en-deçà du niveau de 2021, qui s'élevait à 12,8/20.

Un mouvement de polarisation se dessine, avec plus d'un quart des notes se situant à chacune des extrémités de l'échelle : 29 % se situent à un niveau élevé (+ 9 points vs 2022) et 26 % à un niveau faible.



---

### **L'état d'esprit des Français ne s'améliore que modérément**

En 2024, le moral des Français remonte légèrement par rapport à 2022, sans pour autant retrouver son niveau de 2021.

De manière identique, les Français témoignent d'un léger regain de confiance en l'avenir, comparé à 2022, mais celui-ci reste en-deçà de celui exprimé en 2021, et un quart d'entre eux craint même une dégradation de sa qualité de vie dans les 2 ans qui viennent.

---

### **Pour se protéger d'une pression externe qui s'intensifie, les Français se recentrent sur eux-mêmes**

Si le spectre de la pandémie s'est éloigné du cœur des préoccupations, d'autres sujets d'inquiétude ont pris le relais et le contexte de tensions qui règne en 2024 (instabilité géopolitique sur la scène internationale, avec la guerre en Ukraine et plus récemment la reprise du conflit israélo-palestinien, et inflation économique sur la scène nationale, sans oublier les bouleversements socio-écologiques à venir) fait peser sur les Français un sentiment de menace permanente qui se traduit par un comportement de repli.

Au risque climatique s'ajoute ainsi l'insécurité financière et sociale, et malgré l'éventuelle perspective d'une détente progressive de la situation économique, les Français projettent vers demain une société où le risque devient la norme.

Face à cette « société du risque », les Français, conscients de leurs vulnérabilités, font le choix de renforcer leur « bulle de protection » en se tournant prioritairement vers leur cercle le plus proche, objet de toutes leurs attentions : famille, logement...



## UNE MAJORITÉ DE FRANÇAIS SATISFAITS DE LEUR QUALITÉ DE VIE ACTUELLE

**Près de 6 Français sur 10 sont totalement satisfaits de leur qualité de vie. Un niveau de satisfaction toutefois moins élevé chez les 35-54 ans.**

C'est la sphère privée qui constitue la source principale de satisfaction : logement, lieu d'habitation, alimentation, vie de famille.

Une satisfaction plus modérée est exprimée en ce qui concerne la situation financière et la vie professionnelle.

Le lien social est quant à lui en recul, avec un repli sur le cercle le plus proche.

Les facteurs externes de qualité de vie (sur lesquels les Français ont moins de maîtrise directe) se révèlent sources d'inquiétudes, au premier chef desquels se trouve l'environnement. Une très grande majorité se dit particulièrement alarmée par la déforestation, la dégradation de la biodiversité et des océans (88 %), la pollution croissante (de l'air, de l'eau) et la raréfaction des ressources naturelles.

**Ces préoccupations transcendent les générations et témoignent d'une prise de conscience collective des enjeux environnementaux.**

Les Français n'ont par ailleurs que peu d'illusions quant à l'émergence d'un nouveau mode de vie plus local et durable.

Ils anticipent la persistance d'un modèle de croissance économique dominant, susceptible d'engendrer davantage de contraintes et de restrictions dans leur quotidien et 55 % d'entre eux comptent sur les avancées technologiques et l'intelligence artificielle pour apporter des solutions viables aux problèmes environnementaux.



# Une perception polarisée de la qualité de vie dans les prochaines années

## AMÉLIORATION POUR CERTAINS, DÉGRADATION POUR D'AUTRES...

**Un quart des Français craint une dégradation de sa qualité de vie dans les deux prochaines années.**

D'un côté les optimistes (29 %), très présents parmi les situations financières aisées, anticipent une amélioration de leurs conditions de vie et de leur état de santé général. De l'autre, les pessimistes (25 %) craignent une dégradation de leur qualité de vie portée principalement par des pressions externes (tensions internationales, économiques, environnementales).

## AVANT TOUT UNE QUESTION D'ÂGE ? ...

**La génération des 16-34 ans est la plus optimiste.**

Les projections dans l'avenir à court terme (horizon 2 ans) comme à plus long terme (horizon 10 ans) diffèrent davantage selon l'âge que selon la catégorie socio-professionnelle.

Les 55-75 ans apparaissent ainsi comme les plus pessimistes quant à leur avenir, tandis que les 16-34 ans sont plus confiants.

## MICRO-MONDE RASSURANT VERSUS MACRO-MONDE ANGOISSANT...

### Se concentrer sur soi et ses proches pour échapper à des auspices peu favorables à l'échelle de la société et du monde ?

Un avenir plus radieux est attendu au sein de la sphère privée (logement, lieu d'habitation, alimentation) tandis que la menace d'un avenir plus sombre provient principalement d'une dégradation des conditions de vie imputée au durcissement des conditions climatiques.

Globalement, les Français sont ainsi plutôt confiants pour leur avenir personnel mais se disent inquiets de la trajectoire du monde.

Le poids des dysfonctionnements sociétaux et des défis mondiaux fait en effet planer l'ombre d'un avenir peu réjouissant.

Les Français s'attendent en particulier à une intensification des phénomènes climatiques qui pèserait plus lourdement sur leur bien-être, et déplorent un modèle de société qui resterait centré sur la croissance économique, synonyme de davantage de restrictions et de contraintes dans le quotidien.





## FOCUS

### Le travail dans 10 ans, et son impact sur la qualité de vie globale

---

**Les nouvelles technologies, en particulier l'intelligence artificielle, occuperont une place de plus en plus importante dans le travail.**

Les Français espèrent le développement de nouveaux métiers et de nouvelles compétences, pour partie en réponse aux problématiques environnementales croissantes, mais aussi du fait de l'automatisation des tâches et de l'avènement des intelligences artificielles. Ils redoutent toutefois que ces dernières occupent une place trop importante et craignent une frontière entre vie privée et vie professionnelle de plus en plus ténue.

---

**Les Français espèrent à une large majorité que les entreprises positionneront au cœur de leurs préoccupations leur impact sociétal, mais peu y croient en réalité.**

Bien que près de trois quart d'entre eux souhaitent de la part des entreprises une plus grande prise en compte de leur impact sociétal, qui primerait sur la réalisation des bénéfices, seul 1 Français sur 2 considère ce changement de priorité probable.

---

**Accentuer la prévention constitue un axe attendu pour préserver la santé au travail.**

Enfin, ils espèrent, et jugent probable, davantage de prévention en santé dans le cadre du travail.



## FOCUS

### Le logement dans 10 ans, encore plus central dans la vie des Français

#### Le coût du logement ternit la qualité de vie des Français.

Deux problématiques liées au logement pèsent sur la qualité de vie des Français : d'une part, le coût du logement (part du loyer ou du prêt immobilier sur le budget), et d'autre part, le manque de services et d'infrastructures de santé à proximité, difficulté particulièrement soulignée par les habitants de communes de moins de 20 000 habitants.



#### Le logement sera de plus en plus central dans la vie des Français et concentrera toutes les activités de la vie quotidienne : travail, loisirs, sport...

Le logement abrite toutes les dimensions de vie des Français : toutes les dimensions de vie des Français : au-delà de l'espace privé et familial, il est envisagé tout aussi bien comme lieu de travail qu'espace de vie sociale ou lieu de pratique des loisirs et des activités sportives. À ce titre, les Français aspirent à vivre dans un habitat modulable et fonctionnel, qui puisse s'adapter aux multiples usages qu'ils souhaitent en faire.

#### L'adaptation du logement aux enjeux climatiques constitue une priorité pour trois quarts des Français.

Si l'adaptation de leur logement pour faire face au durcissement des conditions climatiques est bien perçue comme une nécessité pour l'avenir, voire une priorité pour les trois quarts d'entre eux, les Français se refusent à un changement de type d'habitat : ils n'envisagent ni de partager un habitat collectif au détriment de la maison ou de l'appartement individuel, ni de se tourner vers un habitat dit « léger » avec une plus faible empreinte écologique (près d'1 Français sur deux estime que cette alternative au logement classique n'est ni probable ni souhaitable).

## FOCUS

# L'alimentation dans 10 ans, entre anticipation de changements et désillusion annoncée

**Mieux se nourrir constitue un enjeu largement partagé pour les Français, qui espèrent des modes de production plus durables.**

Les Français souhaitent majoritairement pouvoir bénéficier d'une alimentation plus saine à l'avenir (dont le coût en constitue le principal frein aujourd'hui). Cela passera tant par la culture de son propre potager, les courses en circuits courts, locaux et/ou bio issus de petites exploitations (souhaité par 76 % des Français), que par un enseignement dès l'école de ce que sont alimentation et cuisine saines (plébiscité par 81 % des Français).

Ils appellent également à 82 % les grandes entreprises à évoluer vers des modes de production plus durables et plus respectueux, mais ils craignent dans le même temps la domination des produits alimentaires industriels et l'entrée de nouveaux types d'aliments (aliments de synthèse par exemple) dans les habitudes de consommation.

**Près de 8 Français sur 10 s'attendent à connaître des pénuries alimentaires d'ici 10 ans, y compris sur des produits de première nécessité.**

Par ailleurs, 79 % d'entre eux considèrent qu'il faudra faire face à des pénuries alimentaires, y compris sur des produits de première nécessité, du fait d'une production rendue difficile par le climat et le manque d'eau.

**6 Français sur 10 souhaiteraient la mise en place d'une sécurité sociale de l'alimentation pour faire face à ces difficultés.**

Face à ces risques, ils sont 60 % à plébisciter une protection sociale de l'alimentation, garantissant à chacun de pouvoir se nourrir.



# Vers une santé toujours plus sous tension

## SANTÉ AUJOURD'HUI, SANTÉ DEMAIN : L'OPINION DES FRANÇAIS

**La proportion de Français s'estimant en bonne santé (65 %) remonte légèrement par rapport à 2022 (+ 3 points), sans atteindre toutefois le niveau de 2021 (69 %).**

Unaniment, améliorer sa santé physique est le premier levier identifié pour agir sur son état de santé général : les Français aspirent à faire davantage de sport ou pratiquer une activité physique plus régulièrement, à dormir suffisamment, etc. pour se sentir mieux. Être plus vigilant sur les produits consommés ou utilisés au quotidien constitue le second levier identifié pour améliorer sa santé globale, devant l'attention à accorder à son bien-être psychologique et le contrôle régulier de son état de santé. La santé, pourtant perçue par les Français comme un ensemble relevant de plusieurs dimensions (physique, psychologique, sociale et financière), passe donc toujours avant tout par le niveau de forme physique.

**Plus d'1 Français sur 2 compte d'abord sur lui-même pour se soigner mais déplore la difficulté à savoir ce qui est bon ou mauvais pour sa santé.**

La majorité des Français (72 %) dit avoir confiance dans la médecine officielle, les vaccins, les médicaments, les produits pharmaceutiques. Plus de la moitié d'entre eux (55 %) comptent en revanche principalement sur eux-mêmes pour se soigner, alors même qu'ils affirment avoir du mal à savoir ce qui est bon ou mauvais pour leur santé (52 %).

Pour l'avenir, les inquiétudes en matière de santé sont de deux ordres : l'impact des transformations climatiques et écologiques sur la santé d'une part, et l'impact des nouvelles technologies d'autre part (écrans, réseaux sociaux, sentiment de saturation de l'information...). L'augmentation des maladies chroniques est également fortement redoutée.



---

### Les Français se méfient de certains usages des nouvelles technologies en santé.

Globalement, l'attrait des Français pour l'utilisation du numérique en santé reste faible. Si le partage de données personnelles avec les médecins est bien accepté, les Français refusent en revanche de confier leurs données de santé à des entreprises privées pour pouvoir surveiller leur santé au quotidien. Ils redoutent également une virtualisation des rendez-vous médicaux : si 71 % d'entre eux jugent probable que les rendez-vous médicaux se tiennent principalement à distance dans 10 ans, ils ne sont qu'un quart à le souhaiter.

Enfin, ils ne montrent que peu d'intérêt pour les technologies visant à augmenter les capacités physiques ou cognitives.

Ils sont prêts à l'avenir à pratiquer des bilans de santé réguliers pour bénéficier de programmes de santé plus personnalisés, ainsi qu'à inscrire dans leurs habitudes la prise de produits adaptés pour renforcer leur organisme (compléments alimentaires, vitamines). Une majorité d'entre eux (65 %) souhaitent par ailleurs une plus grande implication de l'employeur dans la santé des salariés.



## L'AVENIR DU SYSTÈME DE SANTÉ, OBJET DE VIVES PRÉOCCUPATIONS

**9 Français sur 10 inquiets face à la pénurie de soignants, 60 % se disent très préoccupés par le manque de budget alloué aux hôpitaux et plus d'1 sur 2 par les délais d'attente et les conditions d'accueil des patients.**

Les Français redoutent une fragilisation du système de santé, l'émergence de nouvelles inégalités et une déshumanisation des pratiques.

**Si plus de 8 Français sur 10 espèrent une répartition des médecins à même de couvrir l'ensemble du territoire, ils sont moins d'1 sur 2 à considérer cela probable d'ici 10 ans.**

Le caractère incontournable des nouvelles technologies et intelligences artificielles offre une perspective en demi-teinte, entre opportunités (personnalisation des traitements) et risque de fragilisation du lien humain (plus de rendez-vous médicaux à distance, automatisation et recours aux nouvelles technologies pour pallier la pénurie des soignants).

**En santé, déplacer le centre de gravité pour aller vers plus de prévention est une nécessité !**

Dans cette société à venir dominée par le risque, les Français plaident pour davantage de prévention et de proactivité, notamment en matière de santé.

Près de 3 Français sur 4 estiment ainsi probable et souhaitable l'instauration d'une médecine plus préventive et la systématisation de cours dispensés à l'école en matière de prévention en santé.



## DANS 10 ANS, PLUS D'EXPOSITION AUX RISQUES, MOINS DE FILETS DE PROTECTION SOCIALE ?

### **La montée des risques socio-écologiques se traduit par de nouveaux besoins.**

Une majorité de Français se prononce en faveur d'une assurance-assistance pour financer les conséquences du changement climatique. Plus de 6 sur 10 estiment souhaitable que tout le monde dispose de cette protection.

Les Français redoutent les conséquences d'un étiollement des systèmes de protection actuels et plaident pour une protection sociale globale.

Le spectre d'une érosion des filets de protection sociale fait craindre une accentuation des inégalités, en particulier en matière de santé : crainte d'un transfert progressif de la prise en charge financière vers les individus (73 %) et inquiétude de la hausse de cotisations des mutuelles (54 % très préoccupés).

### **Les Français redoutent un renoncement à s'assurer si ce n'est pas obligatoire (78 % pensent cela probable mais seuls 18 % le souhaitent).**

Ils sont également préoccupés par leur capacité à faire face à l'avenir, qu'il s'agisse d'épargner pour préparer sa retraite ou d'affronter les conséquences financières d'un aléa grave.

Un fort plébiscite est ainsi exprimé (75 % des Français) en faveur d'une protection sociale plus globale, qui couvrirait l'ensemble des besoins de protection tout au long de la vie.



L'ensemble des résultats  
de ce baromètre  
est disponible sur l'espace presse  
de la page groupe-vyv.fr



# Le Groupe VYV, engagé pour le droit à la santé !



Premier acteur mutualiste de santé et de protection sociale en France, le Groupe VYV agit pour rendre la santé accessible à tous.

Parce qu'il considère la santé comme un tout, il agit sur la majorité des facteurs qui impactent la santé. Pour ce faire, il est le seul groupe à associer trois métiers complémentaires : assurances & retraite, soins & accompagnement, logement.

Son réseau d'agences et d'établissements, déployé sur l'ensemble du territoire, lui permet d'accompagner au plus près de leurs besoins employeurs publics et privés et de protéger **11 millions de personnes**.

Fortes de l'action de leurs **10 000 élus locaux et militants dans les territoires** et de leurs 45 000 collaborateurs, les mutuelles et entités du Groupe VYV s'engagent à favoriser, dans toutes leurs solutions, la co-construction et le dialogue avec leurs publics, l'accessibilité pour toutes et tous, l'ancrage local et l'éco-responsabilité.

**Il est le groupe de référence de la santé et de la protection sociale**, incarnant un projet de performance solidaire pour demain.



Pour plus de renseignements,  
contactez l'équipe prospective :

✉ [prospective@groupe-vyv.fr](mailto:prospective@groupe-vyv.fr)

# POUR UNE SANTÉ ACCESSIBLE À TOUS

[www.groupe-vyv.fr](http://www.groupe-vyv.fr)



SANTÉ ASSURANCES & RETRAITE - SOINS & ACCOMPAGNEMENT - LOGEMENT

GRUPE  
**vyv**

POUR UNE SANTÉ  
ACCESSIBLE À TOUS



Groupe VYV, Union Mutualiste de Groupe soumise aux dispositions du Code de la mutualité, immatriculée au répertoire Siren sous le numéro Siren 532 661 832, numéro LEI 969500E06R1LL4U/F62. Siège social : 62-68 rue Jeanne-d'Arc 75013 Paris. Réalisation : Isabelle Bomey - @Gettyimages - 05/2023. Imprimé sur du papier issu de forêts gérées durablement par L'imprimerie Solidaire, une imprimerie française inclusive qui a pour mission de favoriser l'intégration de travailleurs en situation de handicap.



0334-0125