

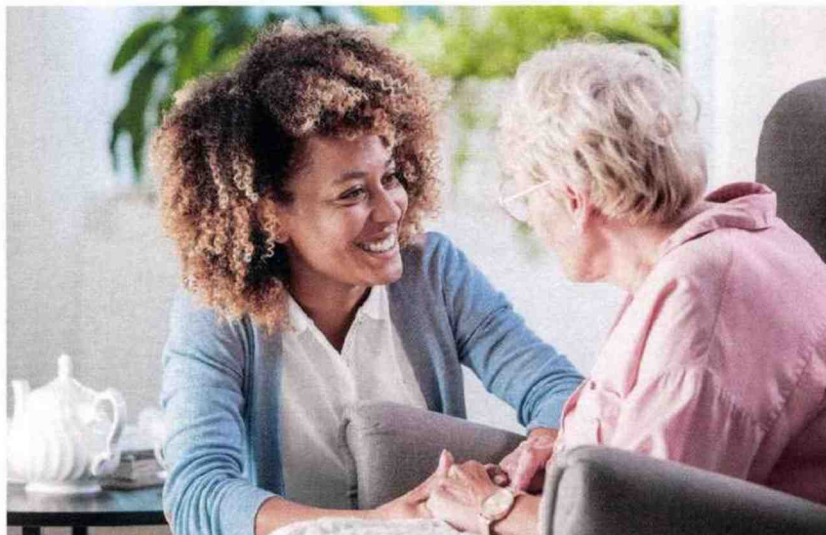
EN BREF

1291 €

C'est ce qu'on dépense en moyenne par mois à partir de 65 ans, et pendant trente ans, pour bien vieillir à domicile (+ 2,4 % en un an). Ce coût comptabilise les frais de transport, de santé, puis des services à domicile et des équipements médicaux. **G. L. N.**
Source: baromètre Silver Alliance 2025.

Ça fait du bien UNE BONNE MARCHÉ

La marche, c'est excellent, autant pour les jambes que pour la tête! Mais inutile de chercher à accomplir les 10 000 pas quotidiens, soit 7,5 kilomètres, un moment prescrits. Plutôt intimidante, cette injonction n'était d'ailleurs issue que d'une campagne de marketing d'une marque japonaise de podomètres. Selon des recherches en épidémiologie de 2023, 7 000 pas réduisent déjà significativement le risque de développer une demi-douzaine de maladies, une amélioration apparaissant dès 2 800 pas, soit moins de 2 kilomètres. Mais il faut essayer de faire une longue sortie plutôt que plusieurs petites promenades de cinq minutes, ont constaté plus récemment des chercheurs australiens et espagnols auprès de 33 000 personnes suivies pendant huit ans. Selon leur étude parue en octobre dernier dans une revue médicale internationale, des sessions d'au moins un quart d'heure pour 1 500 pas sont déjà efficaces pour réduire les risques cardio-vasculaires. **G. L. N.**



Aide à domicile: miser sur un secteur d'avenir

Alors que l'idée d'un plan grand âge revient dans les débats, les aides à domicile sont regardées de près, que ses acteurs interviennent directement chez les particuliers employeurs ou par le biais d'un service autonomie à domicile. Les maires notamment voient tout l'intérêt du secteur des particuliers employeurs, d'abord pour le maintien chez elles des personnes âgées, selon 54 % des édiles*, et aussi pour le dynamisme de leur commune. En effet, 6 maires sur 10 y voient une mine d'emplois locaux et un gage de lien social. Et ils anticipent une augmentation massive de la demande dans leur commune (70 %). Mais les professionnels craignent, eux un recul des financements. Adédom, une fédération de professionnels du domicile, et l'Ocirp (union d'institutions de prévoyance) ont évalué les effets d'une baisse des financements publics dans une étude économique en novembre dernier: selon les départements et pour l'accompagnement des personnes âgées, un euro investi en moins dans l'aide à domicile conduit à 3,50 € de surcoûts induits par cette baisse (liés à la dégradation de la santé du bénéficiaire, à son entrée plus précoce en Ehpad, aux difficultés d'emploi de l'aïdant...). Ces dépenses se répartissent ainsi: 1,75 € pour la personne âgée et son aidant, 1,55 € pour les pouvoirs publics, 0,20 € pour les autres acteurs (complémentaire, employeur de l'aïdant...). Un dossier stratégique et sensible, à suivre de près. **G. L. N.**
*Enquête Ifop, novembre, 2025.

IZA HABUR / E+ / GETTY IMAGES - STOCK.ADOBE.COM



Ça nous agace DES AIDES AUX TRAVAUX... QUI SE PAYENT À LA POMPE

De 4 à 6 centimes de plus au litre: l'Union française des industries pétrolières a annoncé le coup de bambou à la pompe dès ce mois de janvier. En cause, selon les fournisseurs d'énergie: l'augmentation du nombre des certificats d'économie d'énergie (CEE) qui leur est imposée par le gouvernement cette année. Ce dispositif de 2005 contraint les fournisseurs à financer des actions de réduction de la consommation et d'amélioration de l'efficacité énergétique, par exemple sur le logement des particuliers. Les prix des carburants n'étant pas encadrés, les entreprises concernées vont répercuter les effets de cette hausse des CEE sur le prix à la pompe, arguant que leur marge n'est déjà que de 1 ou 2 centimes d'euro au litre. Les prix du gaz devraient aussi gonfler. Aider certains propriétaires immobiliers à réduire leur consommation tout en plombant celle des automobilistes qui n'ont pas encore pu passer à l'électrique: pas sûr que cette logique plaise à tout le monde. G. L. N.



KASPERS GRINVALDS / STOCK.ADOBE.COM
- JEAN-LOUIS CARLI

PAR GUILLAUME LE NAGARD, VÉRONIQUE JULIA ET MARIE AUFFRET

Le champ libre de Serge Guérin



Les raisons de la dénatalité

En 2025, pour la première fois depuis quatre-vingts ans, on compte plus de décès que de naissances. Le nombre de naissances en France chute depuis 2011 et le taux de fécondité (1,62) des femmes se retrouve au niveau de 1918. Ce déclin des naissances met en péril notre pacte social comme nos capacités de travail et de développement. Ainsi, selon l'enquête du cercle de réflexion Fondapol, 59 % des Français s'inquiètent de la dénatalité (63 % des plus de 50 ans et 57 % des moins de 35 ans). Cette tendance s'explique par de multiples phénomènes: craintes économiques, manque d'implication de l'État, écoanxiété, souhait de préserver la planète, coût du logement, pénurie de crèches, peur de l'avenir, pluralité des formes de famille, baisse de la fertilité, fuite devant les responsabilités, individualisme croissant, évolution dans les représentations d'une vie réussie... Mais aucun de ces faits sociaux n'apparaît déterminant. Ainsi l'opinion selon laquelle « avoir un enfant, c'est mettre en péril l'avenir de la planète » n'est défendue que par 20 % des Français et 31 % des moins de 35 ans, selon cette étude. Pour autant le désir d'enfant est-il en voie de disparition? Toujours selon l'étude, 70 % des moins de 35 ans qui n'ont pas d'enfant souhaitent en avoir. Rappelons qu'au début des années 1950, le nombre d'enfants par femme était de 2,95, avant d'évoluer autour de 2,75 dans les années 1960 et début 1970. Il passera en dessous de 2, à la suite du premier choc pétrolier pour tomber jusqu'à 1,66 en 1994. Le taux remontera ensuite jusqu'à 2 en 2011, avant une nouvelle chute. Sans vouloir inquiéter, en 2031 débutera la croissance du nombre des plus de 85 ans issus du baby-boom, et les premières classes creuses de jeunes arriveront en même temps sur le marché du travail...

Serge Guérin, sociologue et professeur à l'Insee GE.