Omnibus
BY IFOP

LA FONDATION NOTRE DAME
PORTEURS D'ESPÉRANCE
Reconnue d'utilité publique

Sondage auprès des aidants

« Tous AIDANTS. Tous écoutés. Tous compris. Tous formés. »

Contacts Ifop :
Lydie Guillot
Directrice de clientèle
lydie.guillot@ifop.com
+33 (0)1 45 84 14 44
+33 (0)6 68 76 24 87

Ludivine Bouchot
Cheffe de groupe
ludivine.bouchot@ifop.com
+33 (0)1 72 34 94 13

Préparé pour :
Marie-Caroline de MERLIS
mcdemerlis@fondationnotredame.fr

n°716091 – Septembre 2025

Sommaire

01. **Présentation de l’étude** **3**

02. **Synthèse des résultats** **6**

03. **Résultats de l’étude** **10**

- Profil et identification des aidants
- Vécu émotionnel et besoins exprimés
- Attentes et pistes d’action

04. **Annexes** **40**

01

Présentation de l’étude

Présentation de l’étude

CONTEXTE ET OBJECTIFS

La Fondation Notre Dame souhaite lancer son fonds « aidant » et un appel à projets pour mieux soutenir les personnes qui accompagnent un proche en perte d’autonomie, malade ou en souffrance. L’enjeu est de rendre visibles tous les profils d’aidants, y compris ceux souvent ignorés ou méconnus, afin de légitimer leur rôle et de sensibiliser la société à leurs besoins réels.

C’est dans ce contexte, que l’Ifop a été sollicité pour mener une étude visant à :

- ✓ Identifier les aidants « invisibles » et les différentes formes d’aidance.
- ✓ Mesurer leurs besoins en termes d’écoute, de formation et de reconnaissance.
- ✓ Documenter leur vécu pour orienter les futures actions et donner un fondement solide à la campagne #TousAidants.

MÉTHODOLOGIE

Omnibus online

Etude quantitative réalisée **en ligne et auto-administrée** dans le cadre de l’OMCAWI.

Les informations ont été recueillies auprès d’un échantillon national représentatif de **1012 individus âgés de 18 ans et plus** .

L’échantillon a été structuré selon la méthode des quotas (sexe, âge, profession de l’interviewé et du chef de ménage, région et catégorie d’agglomération).

DATES DE TERRAIN

Septembre 2025	Septembre 2025
3	5

Profil des répondants – Individus âgés de 18 ans et plus

Base = 1012

%

GENRE

48%

52%

%

AGE

• 18 à 24 ans	10%
• 25 à 34 ans	15%
• 35 à 49 ans	25%
• 50 à 64 ans	25%
• 65 ans et +	25%

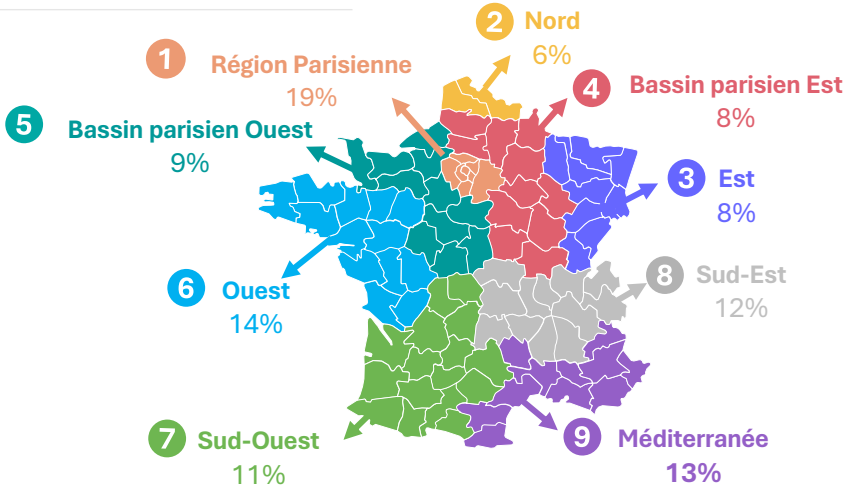
%

STATUT PROFESSIONNEL DU RÉPONDANT

• Agriculteur	1
• Artisan, commerçant	4
• Cadre et profession intellectuelle sup.	10
• Profession intermédiaire	15
• Employé	17
• Ouvrier	13
• Retraités	28
• Autres inactifs	13

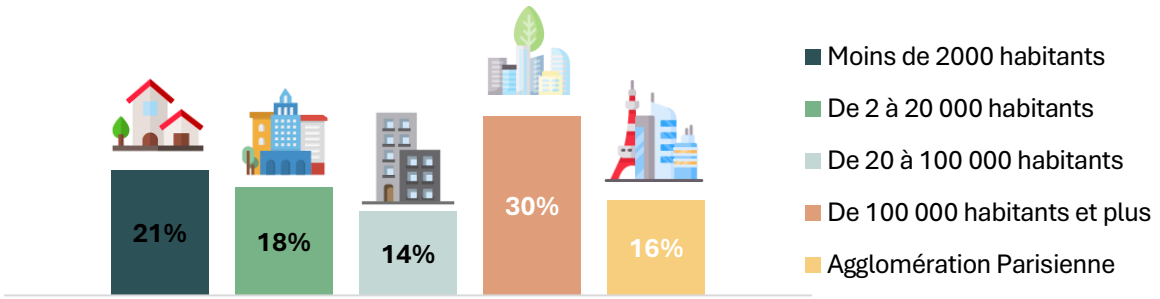
%

RÉGION UDA9



%

CATÉGORIE D'AGGLOMÉRATION



Cette structure a été réactualisée en fonction du recensement général de la population française, réalisé par l'INSEE en 2018.

02

Synthèse des résultats

Ce qu’il faut retenir….

Être aidant : un rôle bien plus répandu qu’on ne le croit… mais encore invisible

Plus d’1 Français sur 3 (38%) a déjà apporté une aide régulière à un proche en situation de dépendance.
Pourtant, **la moitié de ces aidants (51%) ne se reconnaissent pas comme tels**.
Deux profils se dessinent :

- D‘un coté les « **aidants déclarés** » (39%), plus souvent des hommes, des personnes qui accompagnent plus fréquemment des proches très dépendants (âgés ou en situation de handicap) et sont plus souvent engagés dans l’aidance depuis plus d’un an.
- Et de l’autre les « **aidants invisibles** » (51%), le plus souvent des femmes, des personnes travaillant dans des professions intermédiaires ou occupant des postes d'employés, et qui accompagnent généralement des proches moins dépendants, ce qui contribue à ce qu’ils ne se reconnaissent pas toujours comme aidants.

Une prise de conscience progressive et une parole difficile à poser

La majorité des aidants déclarés (66%) prennent conscience de leur rôle par eux-mêmes, plus rarement par l’intermédiaire du proche aidé (23%) ou d’un professionnel (21%). Mais ce rôle reste encore largement invisible : **seul un tiers (34%) en a parlé à son entourage**, et plus d’un sur deux (54%) n’en a jamais parlé, traduisant la difficulté à nommer et partager cette expérience.

Une expérience exigeante, source de fatigue et d’isolement

L’aidance est vécue comme **une charge lourde, tant physiquement que psychologiquement** : 85% évoquent du stress ou de l’anxiété, 81% des répercussions physiques, 72% un sentiment d’isolement.
Les moins de 50 ans apparaissent les plus sous tension (stress, fatigue, difficultés pro), tandis que les aidants de longue durée (5 ans et +) sont plus souvent non écoutés ou compris, signe d’usure avec le temps. Les hommes accèdent davantage aux soutiens (pairs et pros), alors que les femmes sont plus isolées.

Ce qu’il faut retenir….

…mais aussi une expérience enrichissante

Malgré ces difficultés, l’aidance est aussi une **expérience valorisante** : 83% disent qu’elle leur a permis de voir la vie différemment, 80% de se rapprocher du proche aidé, 76% d’avoir développé de nouvelles compétences, et 75% de renforcer leurs liens familiaux et amicaux.

Les aidants déclarés valorisent davantage ces bénéfices, tandis que les **aidants invisibles peinent à reconnaître leur engagement**, ce qui renforce leur sentiment d’isolement et de non-reconnaissance. Les moins de 35 ans, souvent confrontés à des situations d’aidance plus récentes, portent un regard plus positif, là où les plus anciens apparaissent plus désenchantés.

Des besoins massifs… mais encore peu couverts

Seuls **16% ont déjà suivi une formation ou un accompagnement**, bien que **80% sachent que ces dispositifs existent.**

Les attentes sont fortes et largement partagées. Cinq thématiques sont jugées indispensables : savoir faire face à la détresse psychologique du proche, apprendre à poser des limites et se préserver, trouver les aides (financières, administratives, médicales), comprendre l’évolution de la maladie et adapter son comportement avec le proche.

Ces besoins sont exprimés avec plus d’intensité par les aidants déclarés, tandis que les aidants invisibles restent en retrait, moins conscients de leurs fragilités mais pas nécessairement moins concernés. Les moins de 35 ans se distinguent par une demande plus forte encore de formation et de sensibilisation.

Des formes de soutien prioritaires identifiées

Les aidants souhaitent avant tout une information claire sur les aides disponibles (64%) et des formations adaptées (53%). Viennent ensuite des lieux de répit (42%) et une écoute psychologique (41%). Un tiers demande aussi des aménagements du travail, cités en priorité par les actifs et par les aidants vivant avec des enfants. Les aidants déclarés expriment davantage de besoins en répit, écoute et groupes de parole, traduisant une conscience plus aiguë de leur charge, tandis que les aidants invisibles apparaissent plus en retrait, parfois sans besoin exprimé.

ifop

Ce qu’il faut retenir….

En conclusion :

L’étude met en lumière une réalité paradoxale : des aidants essentiels mais encore invisibles, fatigués, isolés, peu soutenus… mais portés par un engagement porteur de sens. Reconnaître leur rôle, les écouter, les former et leur offrir du répit apparaît comme une priorité urgente. Par ailleurs, l’expérience de l’aidance n’est pas seulement une réalité actuelle : elle est aussi un horizon probable pour une large partie de la population, puisque près d’1 Français sur 2 qui n’a jamais eu à aider un proche pense qu’il sera amené à le faire un jour.

03

Résultats de l’étude

Lecture des légendes

Ecarts VS la population complémentaire

Les / / indiquent quand une population affiche des taux supérieurs ou inférieurs aux résultats obtenus auprès de la population complémentaire (au seuil de confiance 95%).

Exemple : Ici les hommes sont significativement plus nombreux que les femmes à préférer la couleur jaune (écart significatif 39% vs 32%)

	Homme	Femme
Base	*479*	*527*
Je préfère le jaune	39%	32%

Seuil de significativité

Les - - - indiquent les seuils de significativité (au seuil de confiance 95%).

Exemple : Ici le TOP 3 des couleurs préférées des Français.
La couleur jaune est la couleur préférée des Français, les couleurs verte et rouge arrivent en 2 positions (le 90% et le 87% sont statistiquement identiques). Enfin le bleu est la 3e couleur préférée des Français.

Je préfère le jaune	94%	**Top 1**
Je préfère le vert	90%	**Top 2**
Je préfère le rouge	87%	
Je préfère le bleu	66%	**Top 3**

Regroupements de la profession de l'interviewé

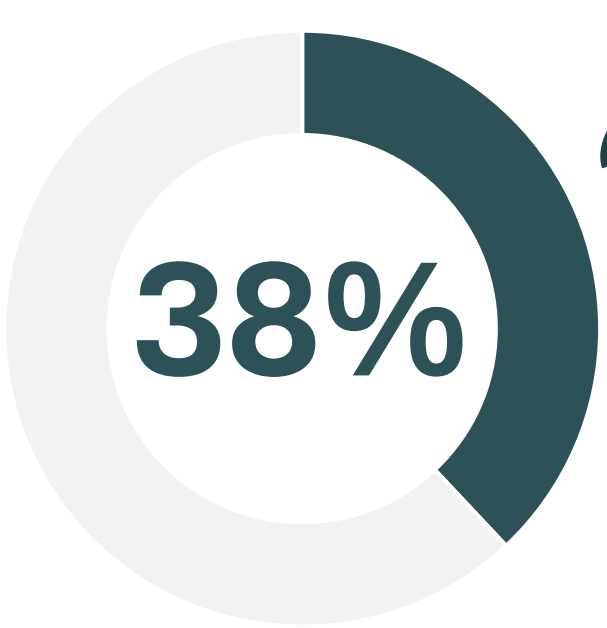
Total A : Agriculteurs / Artisans, commerçants / Cadres et professions intellectuelles sup.
Total B : Professions intermédiaires /Employés
Total C : Ouvriers
Total D : Retraité / Autres inactifs

Profil et identification des aidants

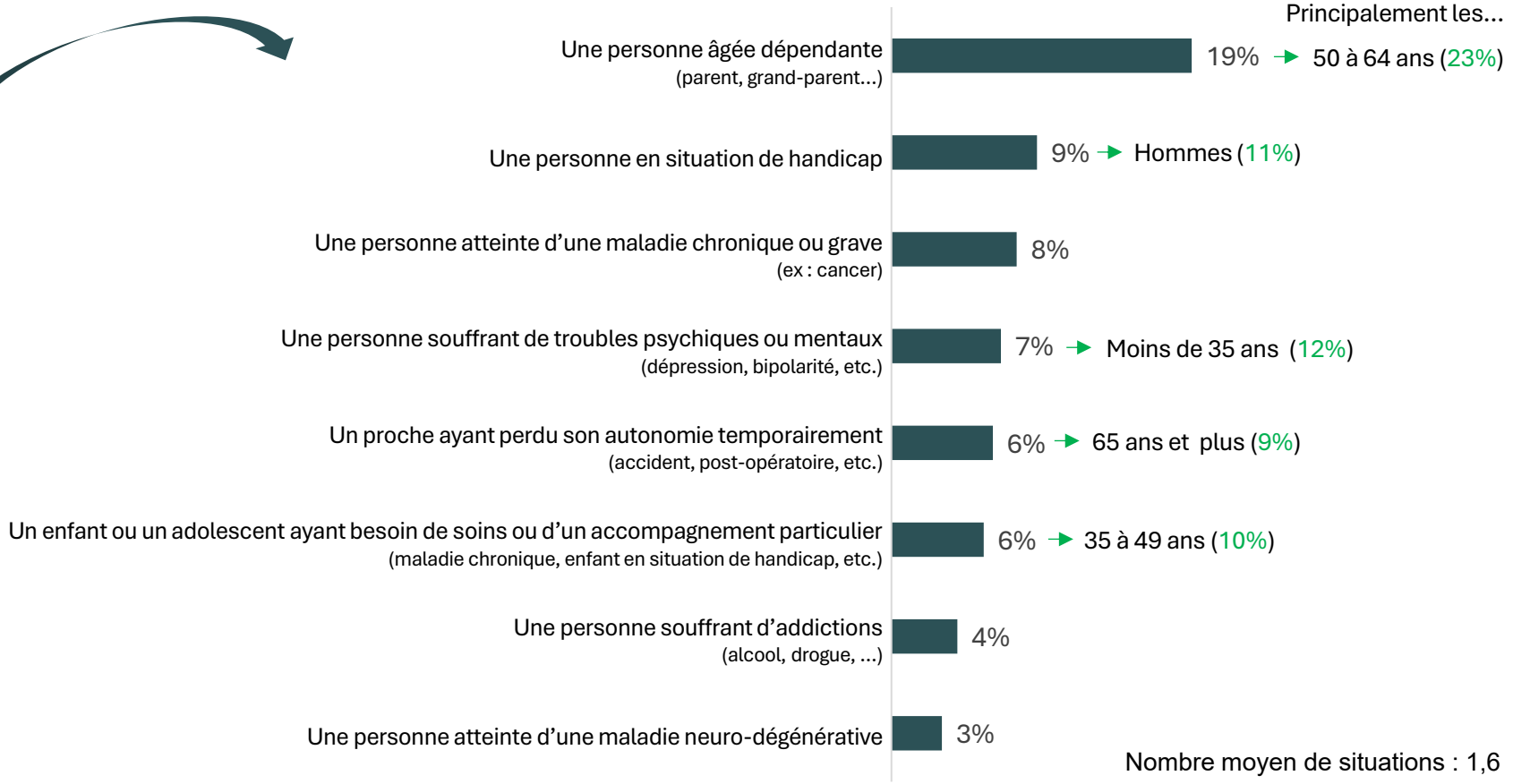
Identification des aidants

Plus d'1 Français sur 3 (38%) déclare avoir déjà apporté une aide régulière à un proche.
Cette aide concerne le plus souvent une personne âgée dépendante (19%), mais aussi d'autres situations comme le handicap (9%), la maladie chronique ou grave (8%) ou encore les troubles psychiques (7%).

Individus âgés de 18 ans et plus = 1012



Ont déjà apporté une aide régulière

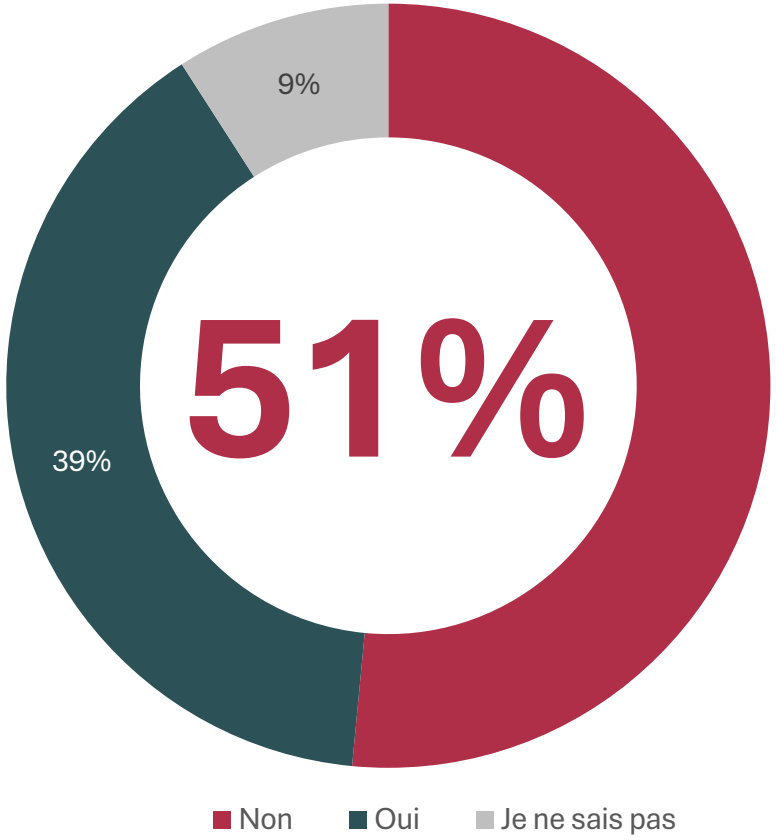


AID1. Avez-vous déjà apporté une aide régulière (au moins une fois par mois) pour des besoins physiques, psychologiques, administratifs, sociaux ou médicaux à un proche se trouvant dans une des situations suivantes ?

Reconnaissance en tant qu’aidant

Parmi ceux qui apportent une aide régulière, plus d’1 sur 2 ne se reconnaît pas comme “aidant”. Le rôle est donc bien présent mais reste encore largement invisibilisé.

Ensemble des aidants = 388

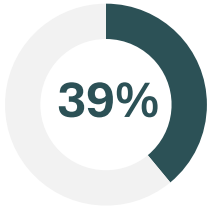


Ne s’identifient pas comme aidant

AID3. Vous considérez-vous comme "aidant" ?

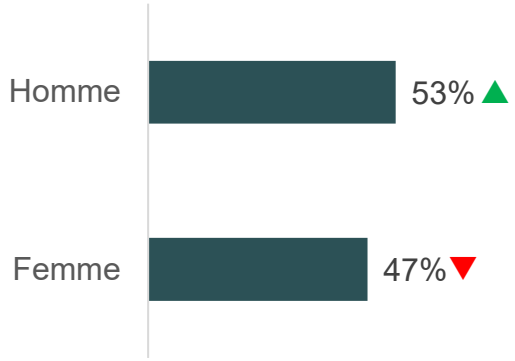
Qui sont les aidants déclarés ?

Résultats à prendre avec précaution en raison d'une base faible

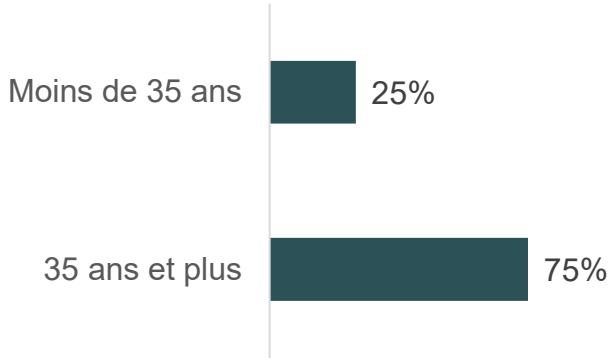


Des aidants se défissent comme « aidant »

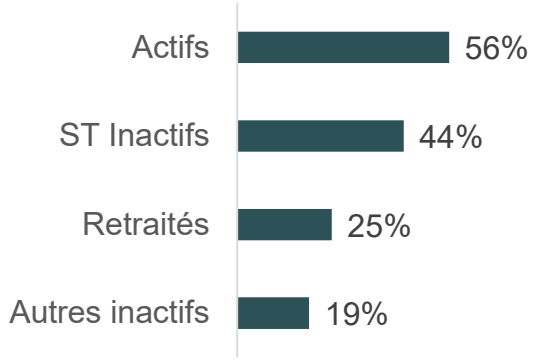
Sexe



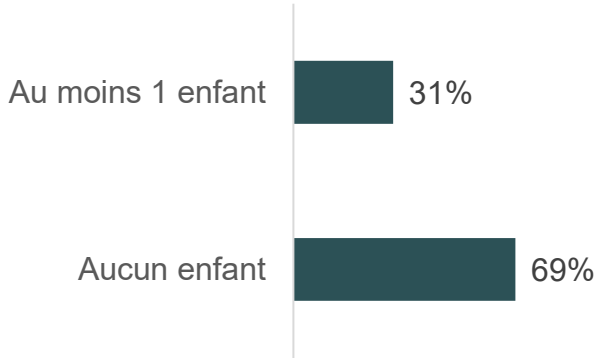
Age



CSP de l'interviewé



Présence d'enfants dans le foyer (- de 15 ans)

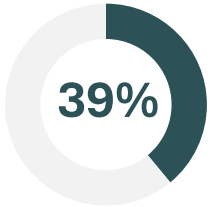


CSP A : Agriculteurs / Artisans, commerçants / Cadres et professions intellectuelles sup.
CSP B : Professions intermédiaires /Employés
CSP C : Ouvriers
CSP D : Retraité / Autres inactifs

▲▼ : Ecarts significatifs positifs / négatifs entre les aidants déclarés vs invisibles

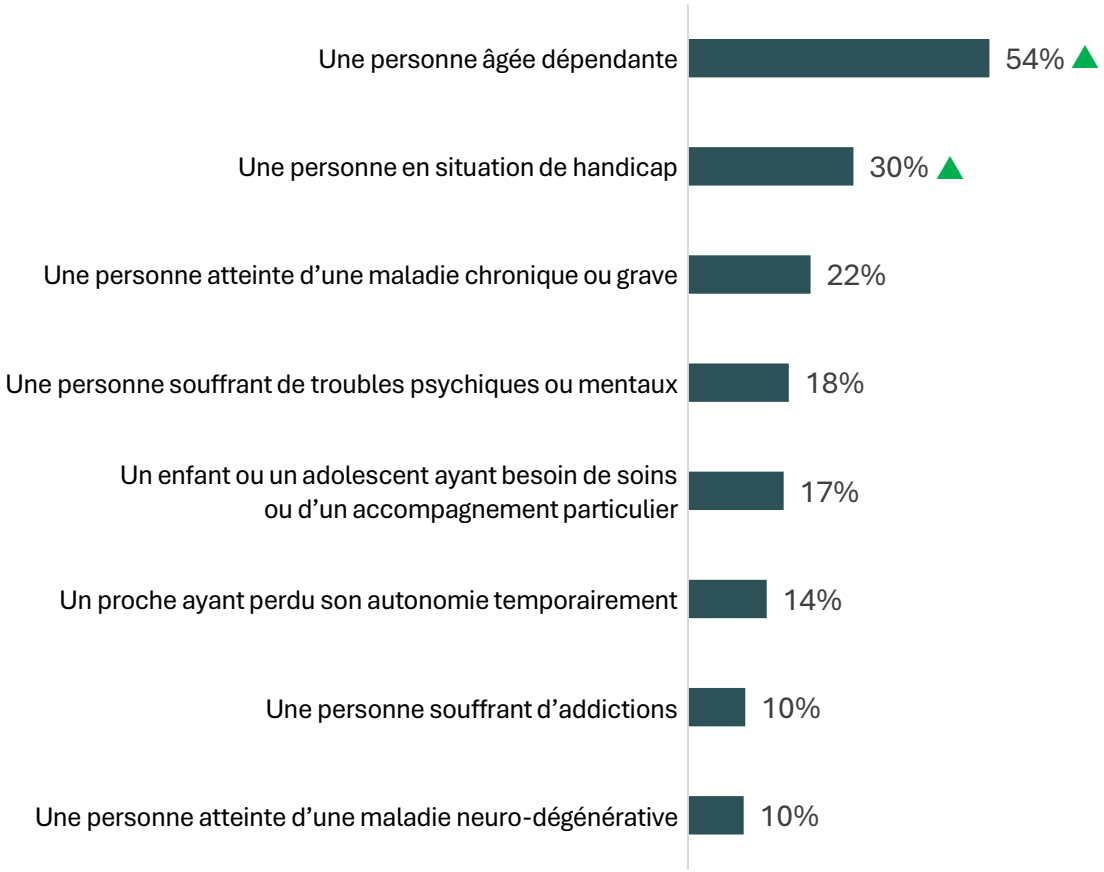
Qui sont les aidants déclarés ?

Résultats à prendre avec précaution en raison d'une base faible

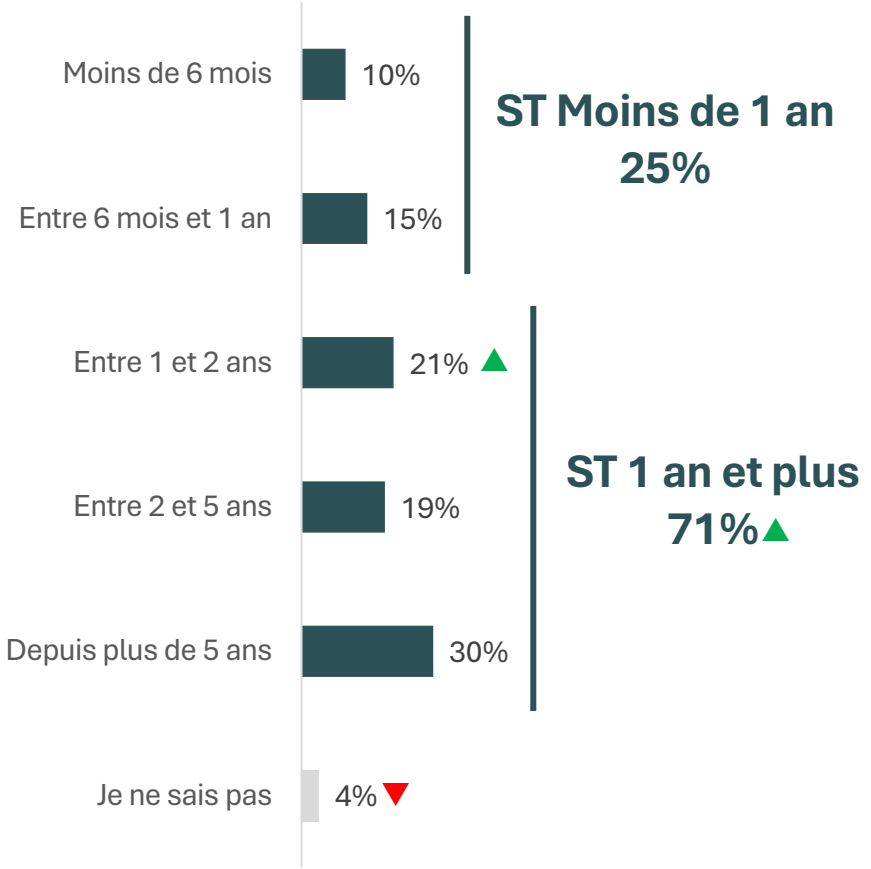


Des aidants se défissent comme « aidant »

Type de proche aidé



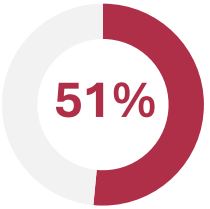
Durée de l'aidance



Les aidants qui se reconnaissent comme tels sont plus souvent des hommes. Ils accompagnent plus fréquemment des proches très dépendants (âgés ou en situation de handicap) et sont plus souvent engagés dans l'aidance depuis plus d'un an.

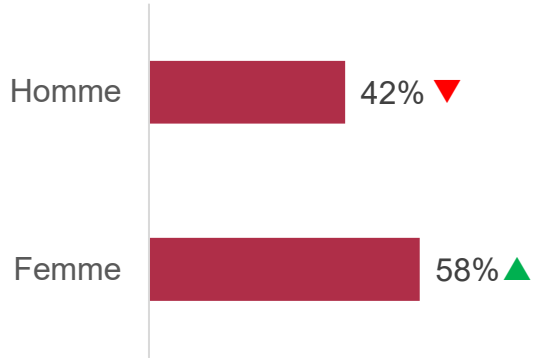
▲▼ : Ecarts significatifs positifs / négatifs entre les aidants déclarés vs invisibles

Qui sont les aidants invisibles ?

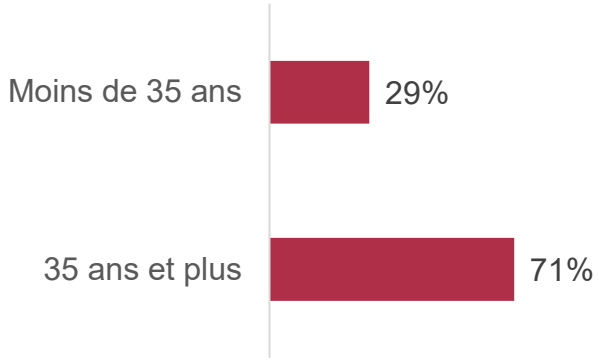


Des aidants ne s'identifient pas comme « aidant »

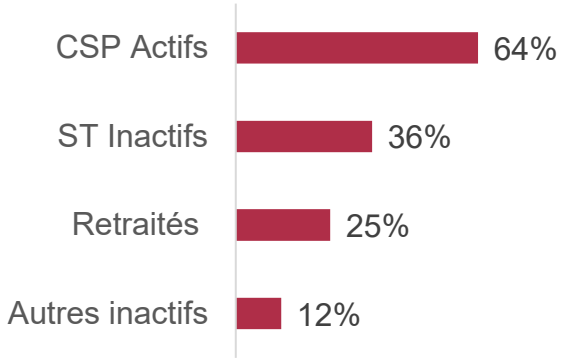
Sexe



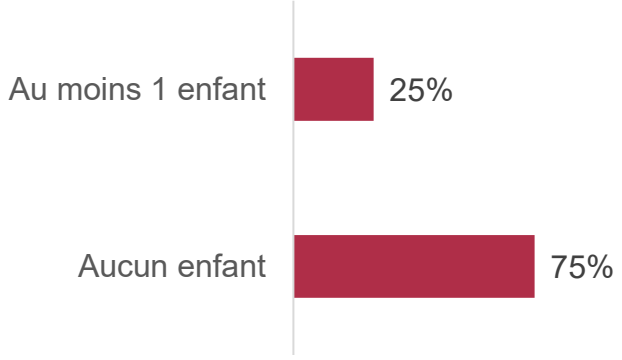
Age



CSP de l'interviewé



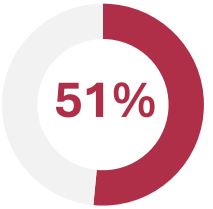
Présence d'enfants dans le foyer (- de 15 ans)



CSP A : Agriculteurs / Artisans, commerçants / Cadres et professions intellectuelles sup.
CSP B : Professions intermédiaires /Employés
CSP C : Ouvriers
CSP D : Retraité / Autres inactifs

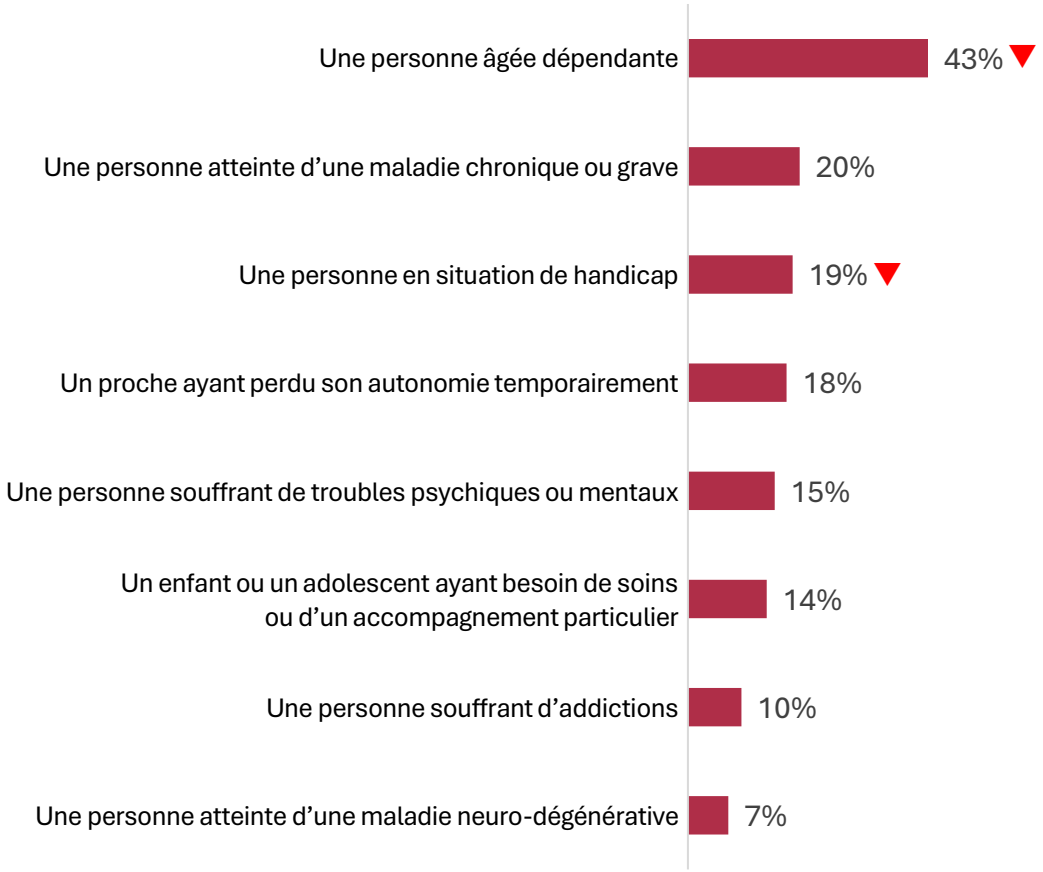
▲▼ : Ecarts significatifs positifs / négatifs entre les aidants déclarés vs invisibles

Qui sont les aidants invisibles ?

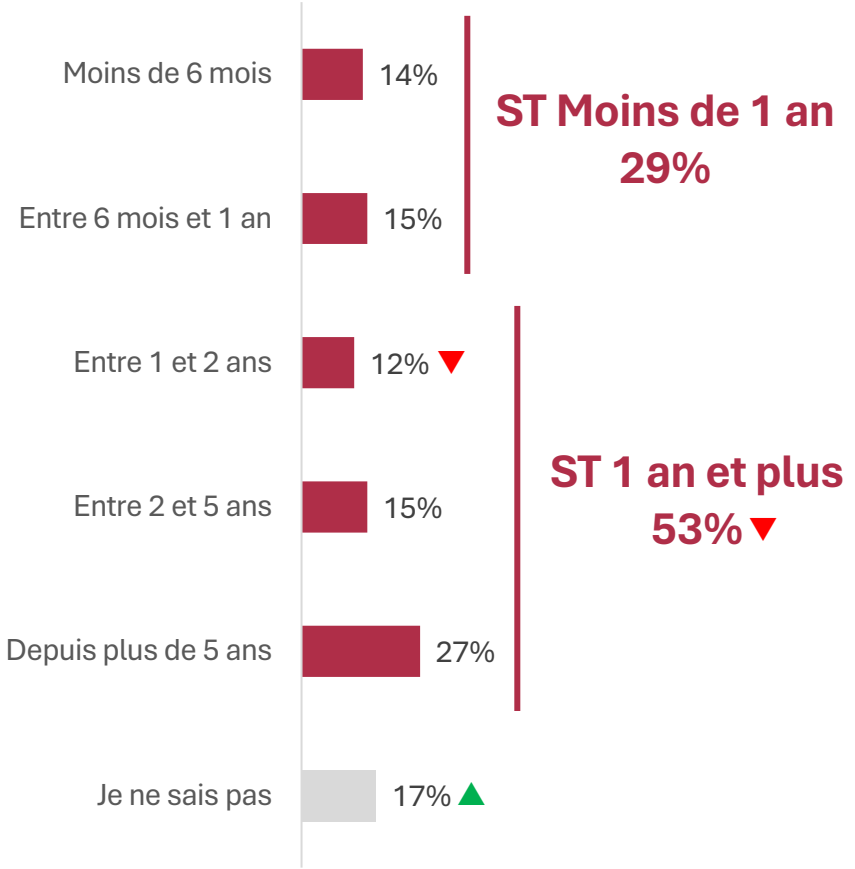


Des aidants ne s'identifient pas comme « aidant »

Type de proche aidé



Durée de l'aidance



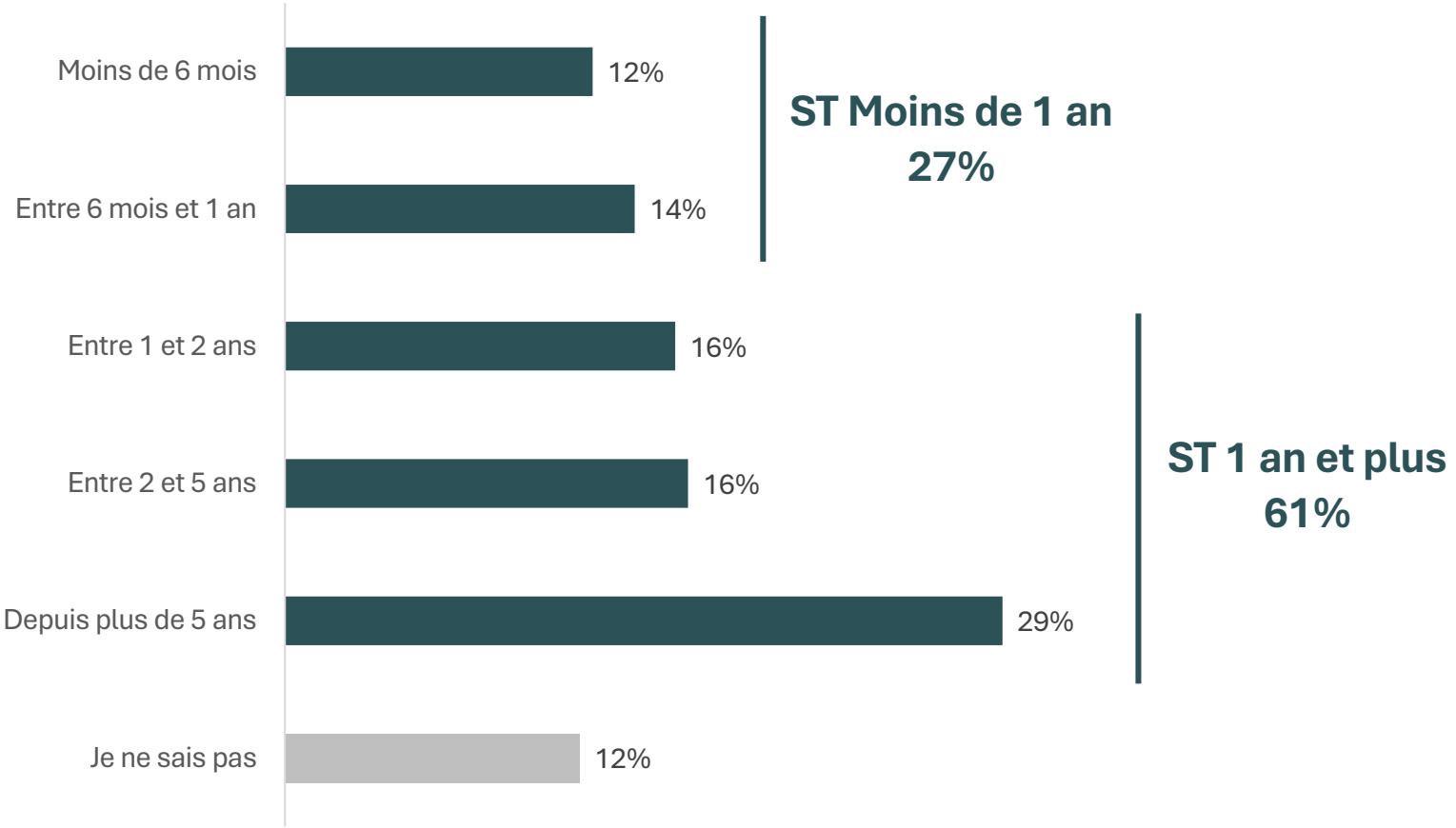
À l'inverse, les aidants invisibles sont plus souvent des femmes et des personnes qui accompagnent généralement des proches moins dépendants, ce qui contribue à ce qu'ils ne se reconnaissent pas toujours comme aidants.

▲▼ : Ecarts significatifs positifs / négatifs entre les aidants déclarés vs invisibles

Durée de l’aidance

L’aidance s’installe le plus souvent dans la durée : 61% aident depuis au moins un an, dont près de 3 sur 10 depuis plus de 5 ans.

Ensemble des aidants = 388



Durée de l’aidance

Les aidants de moins de 35 ans sont plus souvent dans une situation d’aidance récente (36% depuis moins d’un an).
Tandis que les aidants de 35 ans et plus sont plus fréquemment installés dans la durée, avec 66% en aidance depuis plus d’un an.
Cela suggère que l’ancienneté dans le rôle d’aidant augmente avec l’âge.

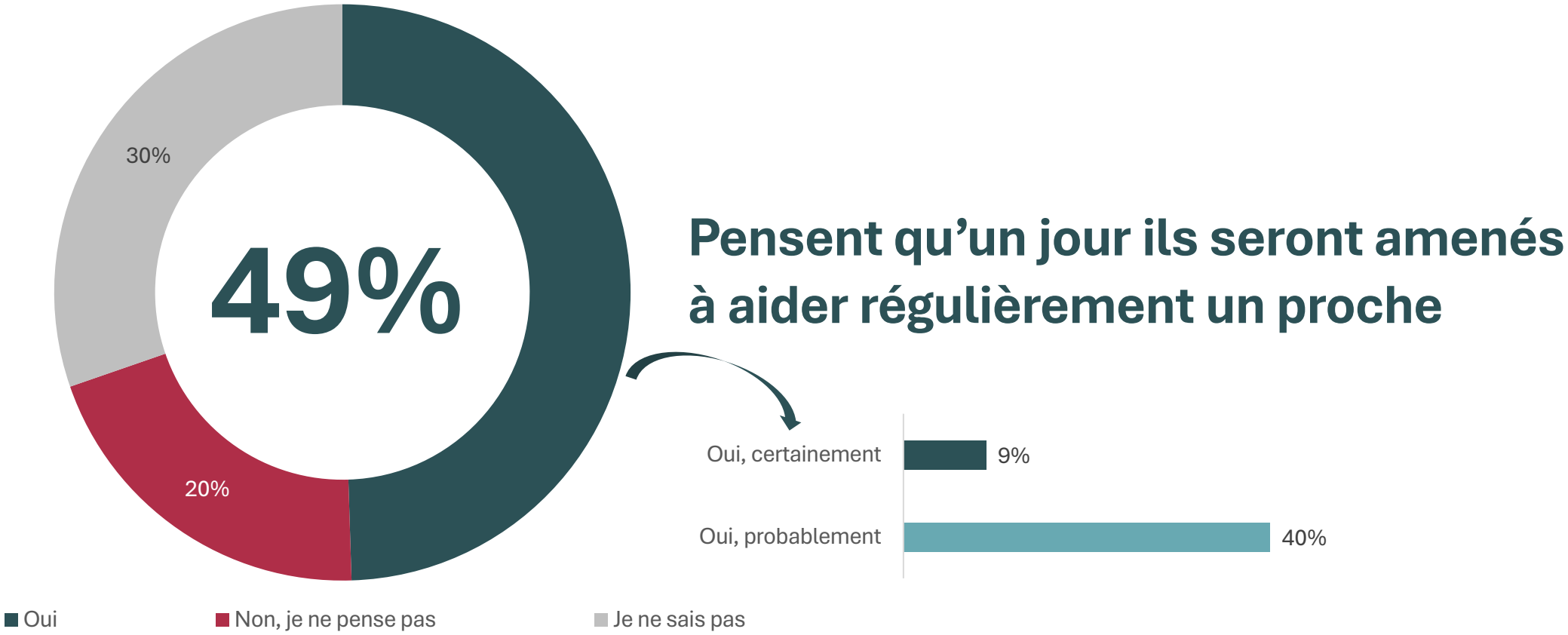
	Total	Age de l'interviewé				
		ST Moins de 35 ans	ST 35 ans et plus	De 35 à 49 ans	De 50 à 64 ans	65 ans et plus
	388	104	285	91	106	88
ST Moins de 1 an	**27%**	**36%**	**23%**	**30%**	**21%**	**19%**
Moins de 6 mois	12%	15%	11%	8%	13%	13%
Entre 6 mois et 1 an	14%	20%	12%	22%	8%	7%
ST Plus de 1 an	**61%**	**49%**	**66%**	**65%**	**66%**	**67%**
ST Entre 1 et 5 ans	**32%**	**30%**	**33%**	**33%**	**34%**	**31%**
Entre 1 et 2 ans	16%	18%	15%	20%	15%	11%
Entre 2 et 5 ans	16%	13%	18%	13%	20%	20%
Depuis plus de 5 ans	29%	18%	33%	31%	32%	36%
Je ne sais pas	**12%**	**16%**	**11%**	**5%**	**13%**	**14%**

AID3B. Depuis combien de temps apportez-vous une aide régulière à votre proche en situation de dépendance ?

Projections futures d'aidance

Parmi ceux qui n'ont jamais eu à aider régulièrement un proche, près de la moitié pense qu'ils seront amenés à le faire un jour.

N'ont jamais été aidant = 624



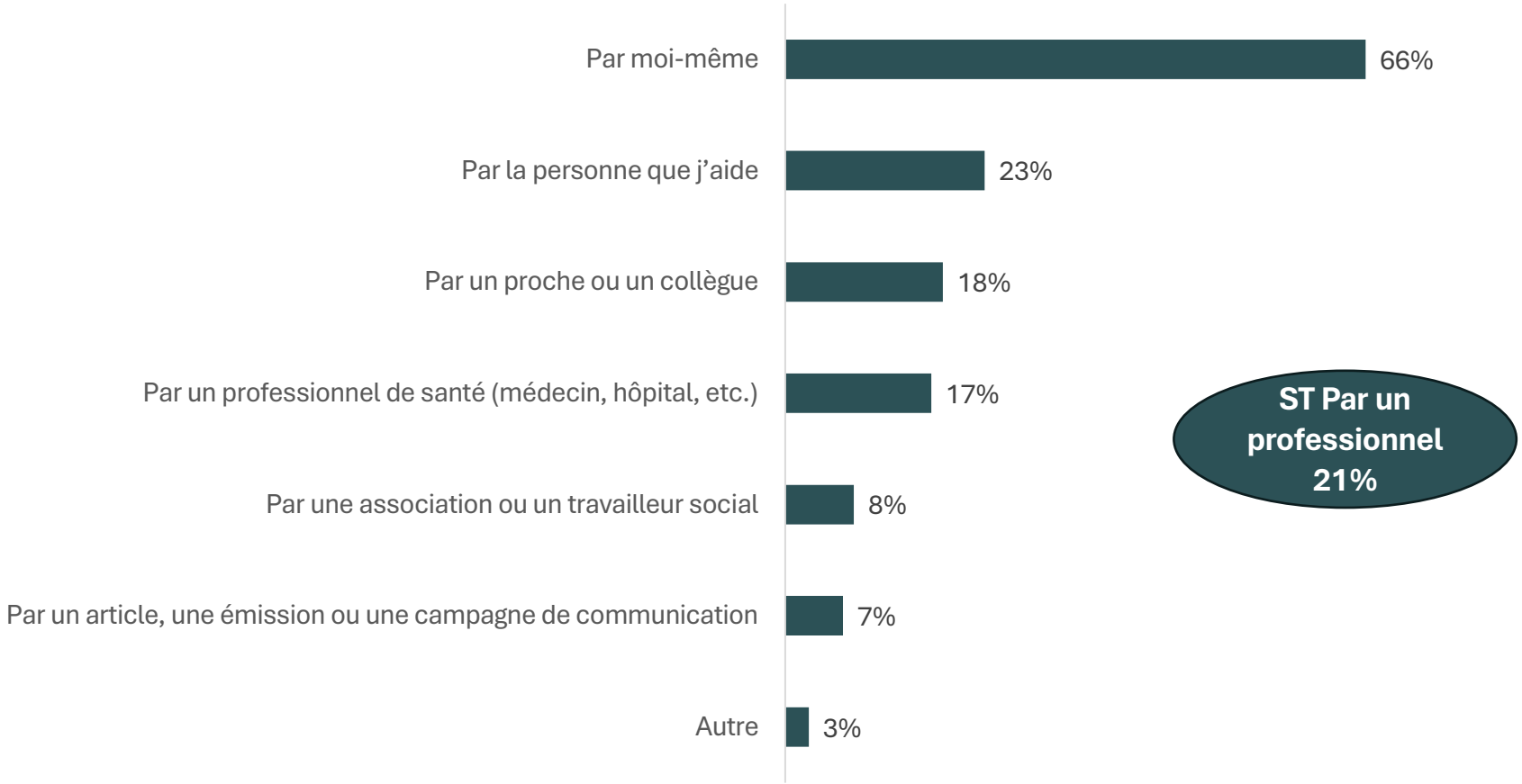
AID2. Pensez-vous qu'un jour vous serez amené(e) à apporter une aide régulière (au moins une fois par mois) à un proche pour des besoins physiques, psychologiques, administratifs, sociaux ou médicaux liés à une maladie ou une perte d'autonomie ?

Vécu émotionnel et besoins exprimés

Prise de conscience du rôle d’aidant

La majorité des aidants (66%) ont pris conscience de leur rôle par eux-mêmes.
Dans 23% des cas, c’est la personne aidée qui leur a fait prendre conscience de ce rôle, et dans 21% des cas un professionnel.

Aidants déclarés = 152



ST Par un professionnel 21%

AID4. Comment avez-vous pris conscience que vous étiez aidant ?

Parler de son rôle d’aidant

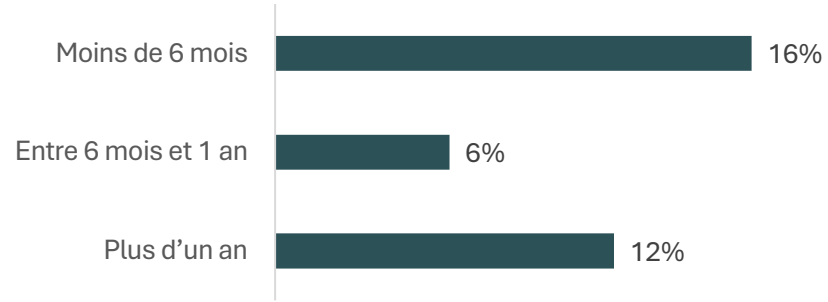
Seul un tiers des aidants (34%) a parlé de son rôle à son entourage, le plus souvent après plusieurs mois.
À l’inverse, près d’1/4 n’en a jamais parlé.

Aidants déclarés = 152

34%

En ont parlé à leur entourage

Au bout de …



Je n’en ai jamais parlé
23%

Je n’ai jamais eu besoin d’en parler
32%

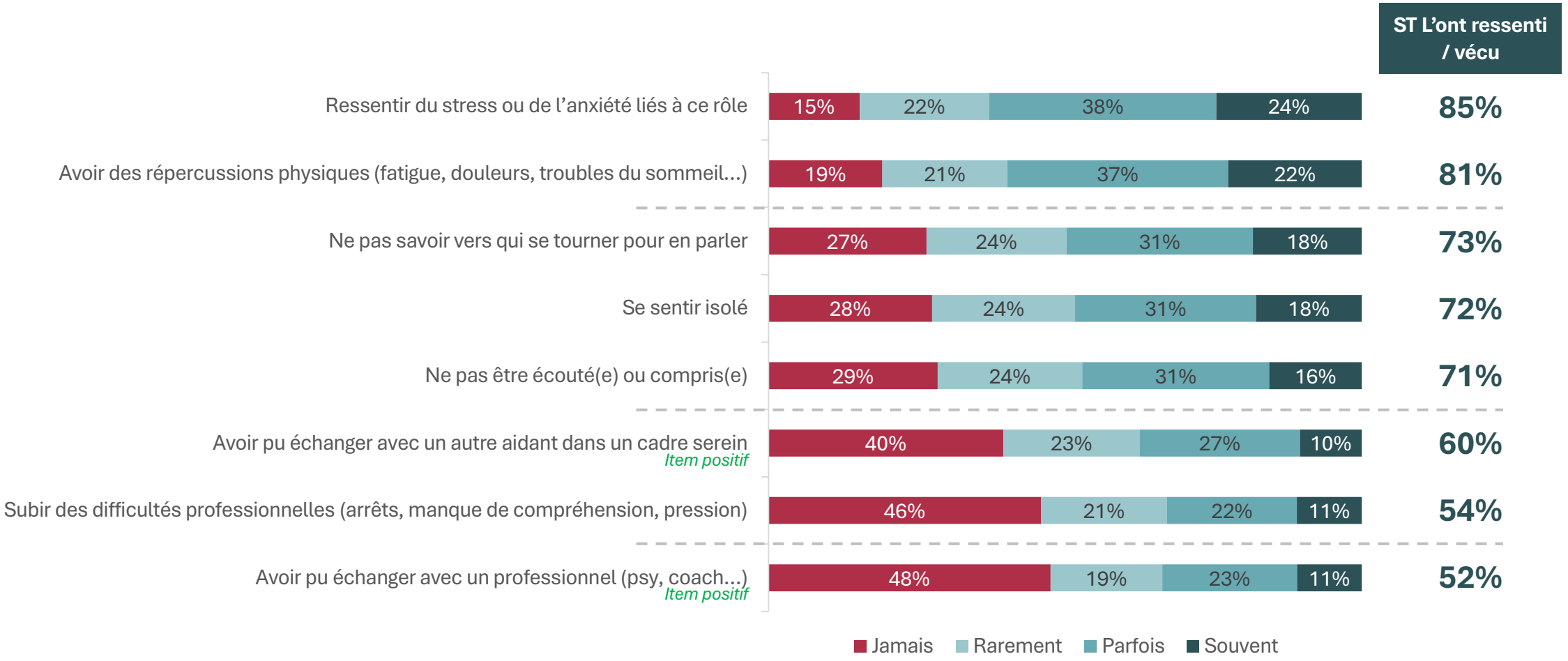
Je ne sais pas : 12%

AID5. Combien de temps s’est écoulé entre le début de votre rôle d’aidant et le moment où vous en avez parlé à votre entourage (famille, amis, collègues) ?

Ressenti et vécu des aidants

Les difficultés sont très présentes : 85% disent avoir ressenti du stress ou de l'anxiété liés à leur rôle, 81% des répercussions physiques et 72% un sentiment d'isolement. En parallèle, seuls 52% déclarent avoir pu échanger avec un professionnel et 60% avec un autre aidant

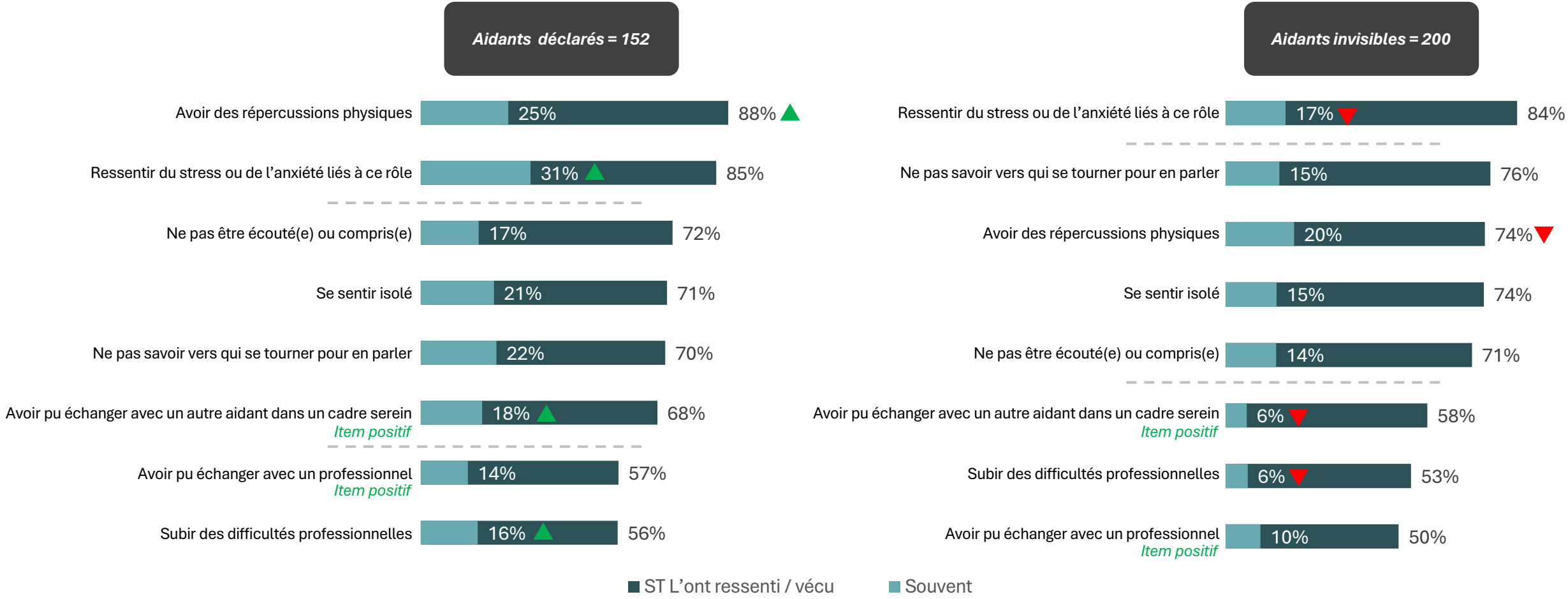
Ensemble des aidants = 388



AID6. Au cours de votre expérience d'aide régulière à un proche, à quelle fréquence avez-vous ressenti / vécu les situations suivantes ?

Ressenti et vécu des aidants

Les deux groupes vivent l'aidance comme une expérience éprouvante, avec un niveau élevé de stress et d'isolement.
Toutefois, les aidants déclarés rapportent plus souvent des répercussions physiques (88% vs 74%) et un stress fréquent (31% vs17 %). Ils sont également plus enclins à chercher du soutien auprès d'autres aidants (18% vs 6%). Et ils subissent plus souvent des difficultés professionnelles (16% vs 6%).
À l'inverse, les aidants invisibles apparaissent plus en retrait, avec une plus forte tendance à ne pas savoir vers qui se tourner (76% vs 70%) et une moindre participation aux échanges collectifs, ce qui peut renforcer leur sentiment de solitude et de non-reconnaissance.



AID6. Au cours de votre expérience d'aide régulière à un proche, à quelle fréquence avez-vous ressenti / vécu les situations suivantes ?

Ressenti et vécu des aidants

Les femmes se distinguent par un moindre accès aux soutiens, déclarant moins souvent avoir pu échanger avec d'autres aidants ou avec des professionnels. Les aidants de moins de 50 ans apparaissent les plus en tension, exprimant davantage de stress, de répercussions physiques et professionnelles, et disant plus souvent ne pas savoir vers qui se tourner. Enfin, les aidants de longue durée (5 ans et +) se disent plus souvent non écoutés ou compris, traduisant une usure liée à l'ancienneté du rôle.

	ST L'ont ressenti / vécu										
		Sexe		Age de l'interviewé					Durée de l'aidance		
	Total	Un homme	Une femme	ST Moins de 35 ans	ST 35 ans et plus	De 35 à 49 ans	De 50 à 64 ans	65 ans et plus	ST Moins de 1 an	ST Entre 1 et 5 ans	Depuis plus de 5 ans
	388	177	212	104	285	91	106	88	104	125	113
ST Au moins un	**95%**	**94%**	**96%**	**96%**	**95%**	**98%**	**91%**	**97%**	**99%**	**96%**	**94%**
Ressentir du stress ou de l'anxiété liés à ce rôle	85%	81%	88%	85%	85%	92%	78%	84%	89%	83%	85%
Avoir des répercussions physiques	81%	81%	81%	82%	81%	89%	79%	74%	88%	83%	81%
Ne pas savoir vers qui se tourner pour en parler	73%	76%	71%	83%	70%	78%	66%	66%	82%	70%	77%
Se sentir isolé	72%	73%	72%	77%	71%	75%	68%	70%	74%	75%	72%
Ne pas être écouté(e) ou compris(e)	71%	70%	73%	73%	71%	83%	68%	62%	74%	65%	79%
Avoir pu échanger avec un autre aidant dans un cadre serein	60%	67%	55%	70%	57%	70%	52%	49%	71%	63%	54%
Subir des difficultés professionnelles	54%	59%	50%	72%	47%	64%	44%	35%	58%	52%	55%
Avoir pu échanger avec un professionnel	52%	60%	46%	66%	47%	56%	45%	42%	68%	54%	41%
Aucun	**5%**	**6%**	**4%**	**4%**	**5%**	**2%**	**9%**	**3%**	**1%**	**4%**	**6%**
Nombre moyen	***5,8***	***6,0***	***5,5***	***6,3***	***5,6***	***6,2***	***5,5***	***5,0***	***6,1***	***5,7***	***5,8***

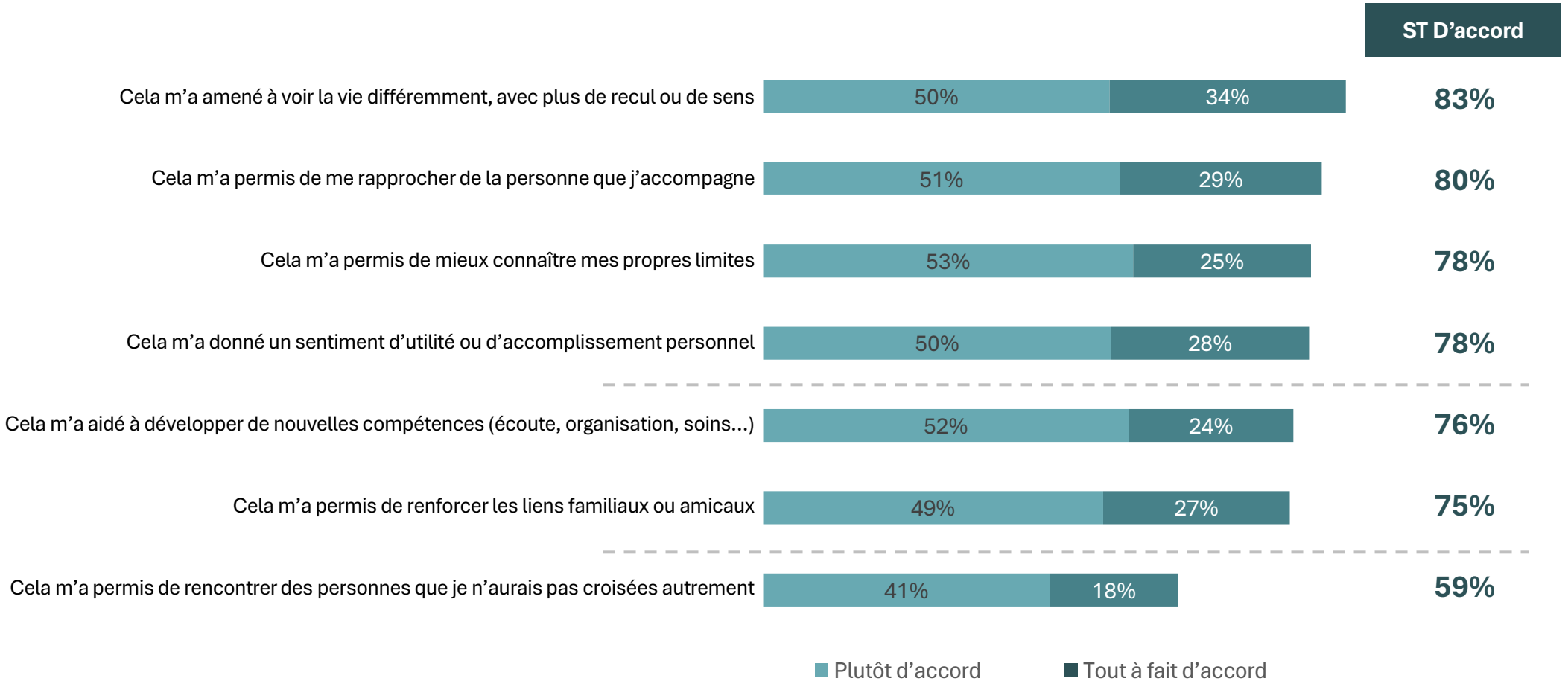
	Souvent										
		Sexe		Age de l'interviewé					Durée de l'aidance		
	Total	Un homme	Une femme	ST Moins de 35 ans	ST 35 ans et plus	De 35 à 49 ans	De 50 à 64 ans	65 ans et plus	ST Moins de 1 an	ST Entre 1 et 5 ans	Depuis plus de 5 ans
	388	177	212	104	285	91	106	88	104	125	113
ST Au moins un	**51%**	**54%**	**48%**	**51%**	**51%**	**53%**	**49%**	**52%**	**51%**	**50%**	**56%**
Ressentir du stress ou de l'anxiété liés à ce rôle	24%	22%	26%	20%	26%	31%	22%	26%	24%	21%	32%
Avoir des répercussions physiques	22%	22%	23%	24%	22%	22%	21%	22%	17%	26%	25%
Ne pas savoir vers qui se tourner pour en parler	18%	22%	16%	19%	18%	19%	16%	19%	15%	12%	30%
Se sentir isolé	18%	19%	16%	20%	17%	18%	13%	21%	15%	16%	24%
Ne pas être écouté(e) ou compris(e)	16%	15%	16%	17%	15%	17%	15%	13%	11%	11%	22%
Subir des difficultés professionnelles)	11%	11%	11%	21%	7%	12%	7%	4%	10%	11%	14%
Avoir pu échanger avec un professionnel	11%	14%	8%	13%	10%	14%	10%	6%	12%	11%	10%
Avoir pu échanger avec un autre aidant dans un cadre serein	10%	11%	10%	16%	8%	12%	9%	4%	14%	13%	6%
Aucun	**49%**	**46%**	**52%**	**49%**	**49%**	**47%**	**51%**	**48%**	**49%**	**50%**	**44%**
Nombre moyen	***2,6***	***2,5***	***2,6***	***3,0***	***2,4***	***2,7***	***2,3***	***2,2***	***2,3***	***2,4***	***2,9***

AID6. Au cours de votre expérience d'aide régulière à un proche, à quelle fréquence avez-vous ressenti / vécu les situations suivantes ?

Aspects positifs de l'aidance

Au-delà des difficultés, une large majorité d'aidants identifient aussi des aspects positifs dans leur expérience : 83% disent que cela leur a permis de voir la vie différemment, 80% de se rapprocher de la personne accompagnée et 78% de mieux connaître leurs propres limites ou de trouver un sentiment d'utilité. 3 sur 4 estiment également avoir développé de nouvelles compétences (76%) ou renforcé leurs liens familiaux et amicaux (75%).

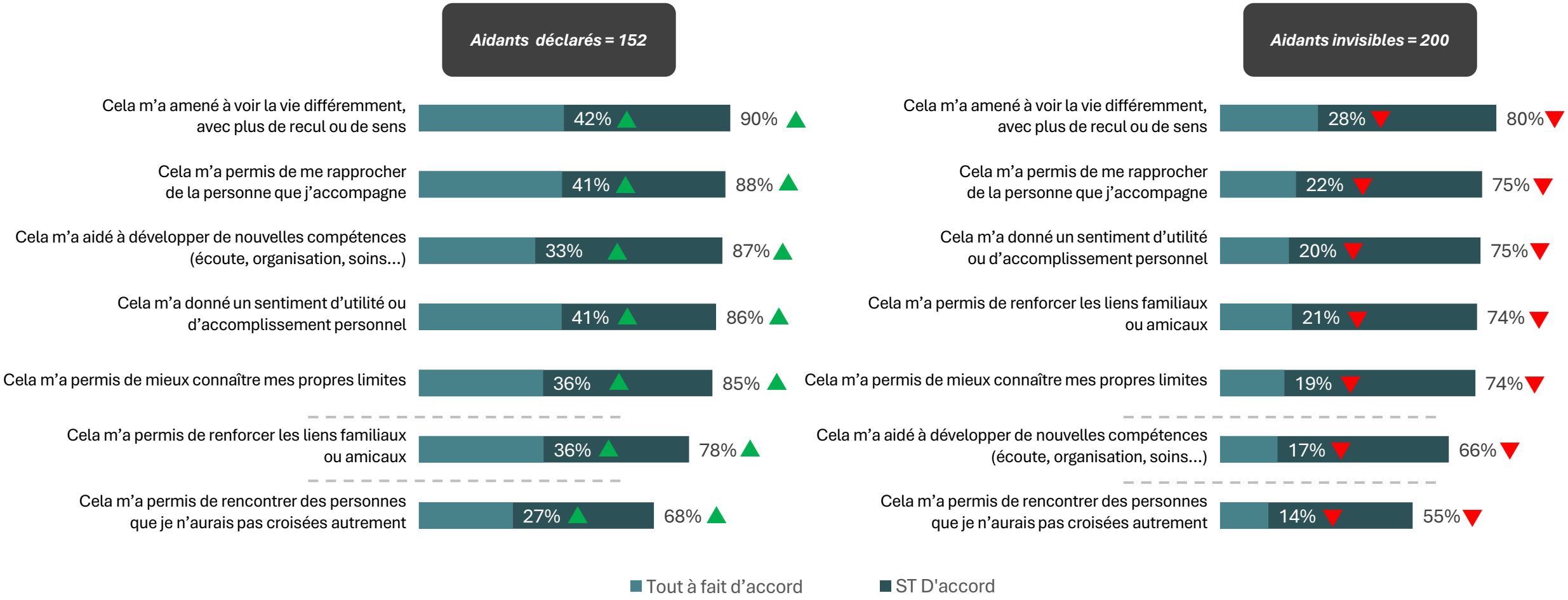
Ensemble des aidants = 388



AID10. Au-delà des difficultés que peut représenter le fait d'apporter une aide régulière à un proche, diriez-vous que cette expérience vous a également apporté certains aspects positifs ?

Aspects positifs de l'aidance

L'aidance est vécue comme une expérience enrichissante, mais de manière plus marquée par les aidants qui se déclarent : ils reconnaissent davantage les bénéfices personnels, relationnels et en compétences. À l'inverse, les aidants invisibles valorisent moins leur rôle, ce qui peut renforcer leur sentiment d'isolement et de manque de reconnaissance.



AID10. Au-delà des difficultés que peut représenter le fait d'apporter une aide régulière à un proche, diriez-vous que cette expérience vous a également apporté certains aspects positifs ?

Aspects positifs de l'aidance

Malgré les difficultés associées à leur rôle, la grande majorité des aidants perçoivent des effets positifs de l'aidance. Les moins de 35 ans se distinguent particulièrement, valorisant davantage le fait d'avoir développé de nouvelles compétences, d'avoir mieux connu leurs limites et d'avoir rencontré de nouvelles personnes.
À l'inverse, les aidants les plus âgés (65 ans et +) et ceux engagés depuis plus de 5 ans expriment moins souvent ces bénéfices

	ST D'accord										
		Sexe		Age de l'interviewé					Durée de l'aidance		
	Total	Un homme	Une femme	ST Moins de 35 ans	ST 35 ans et plus	De 35 à 49 ans	De 50 à 64 ans	65 ans et plus	ST Moins de 1 an	ST Entre 1 et 5 ans	Depuis plus de 5 ans
	388	177	212	104	285	91	106	88	104	125	113
ST Au moins un	**98%**	**99%**	**98%**	**100%**	**98%**	**98%**	**98%**	**98%**	**100%**	**98%**	**98%**
Cela m'a amené à voir la vie différemment, avec plus de recul ou de sens	83%	84%	82%	87%	82%	80%	87%	79%	87%	84%	82%
Cela m'a permis de me rapprocher de la personne que j'accompagne	80%	83%	77%	76%	81%	84%	81%	78%	85%	81%	77%
Cela m'a permis de mieux connaître mes propres limites	78%	81%	76%	87%	75%	76%	79%	69%	83%	79%	76%
Cela m'a donné un sentiment d'utilité ou d'accomplissement personnel	78%	80%	76%	71%	80%	86%	78%	78%	83%	78%	74%
Cela m'a aidé à développer de nouvelles compétences	76%	76%	75%	86%	72%	78%	73%	64%	79%	78%	75%
Cela m'a permis de renforcer les liens familiaux ou amicaux	75%	77%	74%	77%	74%	77%	76%	70%	77%	81%	65%
Cela m'a permis de rencontrer des personnes que je n'aurais pas croisées autrement	59%	65%	54%	66%	57%	63%	61%	46%	66%	64%	46%
Aucun	**2%**	**1%**	**2%**	**-**	**2%**	**2%**	**2%**	**2%**	**-**	**2%**	**2%**
Nombre moyen	***5,4***	***5,5***	***5,2***	***5,5***	***5,3***	***5,6***	***5,4***	***5,0***	***5,6***	***5,5***	***5,0***

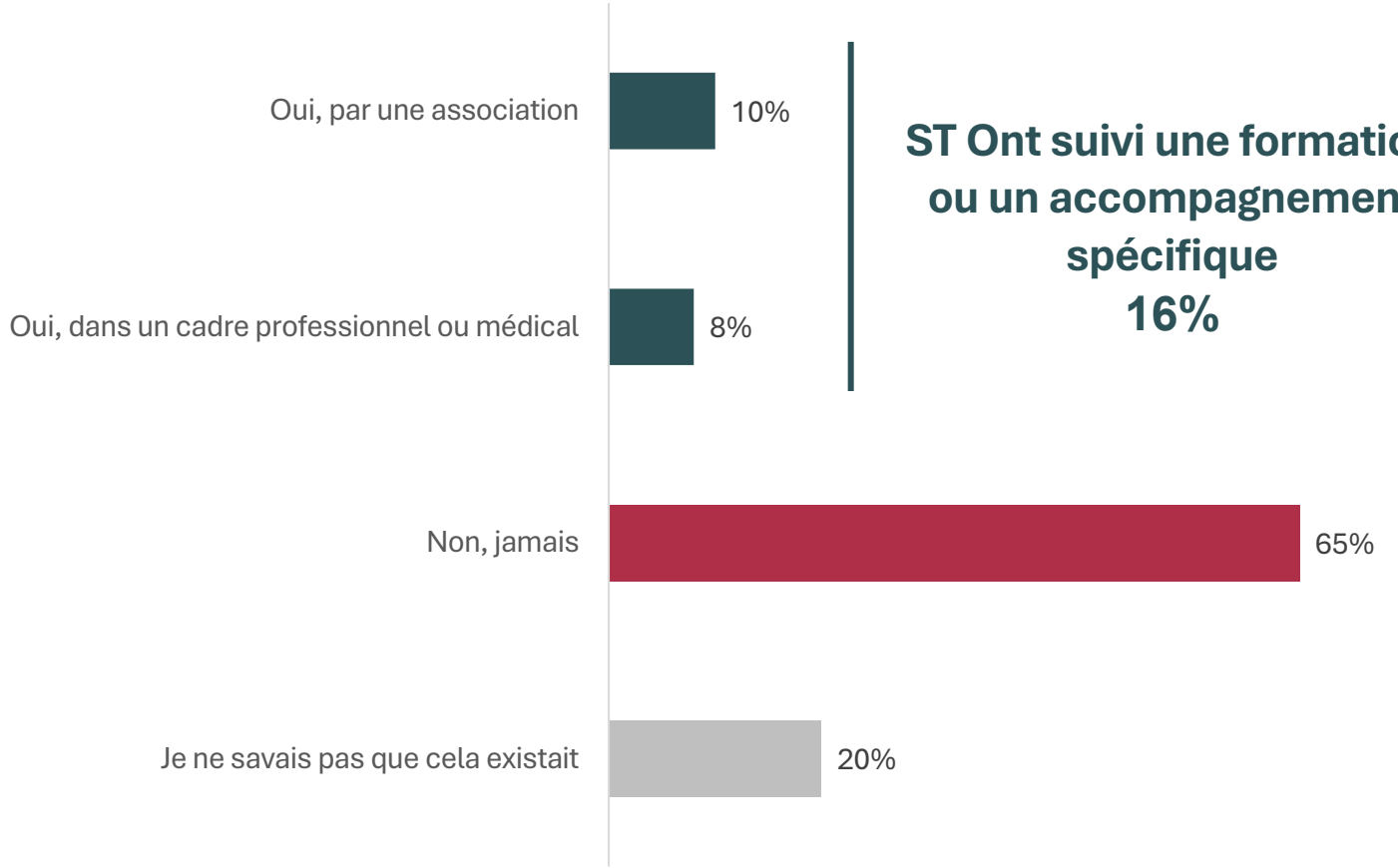
	Tout à fait d'accord										
		Sexe		Age de l'interviewé					Durée de l'aidance		
	Total	Un homme	Une femme	ST Moins de 35 ans	ST 35 ans et plus	De 35 à 49 ans	De 50 à 64 ans	65 ans et plus	ST Moins de 1 an	ST Entre 1 et 5 ans	Depuis plus de 5 ans
	388	177	212	104	285	91	106	88	104	125	113
ST Au moins un	**58%**	**59%**	**56%**	**67%**	**54%**	**64%**	**53%**	**47%**	**69%**	**54%**	**58%**
Cela m'a amené à voir la vie différemment, avec plus de recul ou de sens	34%	35%	32%	38%	32%	39%	34%	24%	40%	32%	32%
Cela m'a permis de me rapprocher de la personne que j'accompagne	29%	31%	27%	31%	28%	31%	28%	24%	33%	26%	31%
Cela m'a donné un sentiment d'utilité ou d'accomplissement personnel	28%	31%	26%	25%	29%	33%	31%	24%	28%	24%	34%
Cela m'a permis de renforcer les liens familiaux ou amicaux	27%	29%	25%	30%	25%	27%	25%	24%	34%	26%	22%
Cela m'a permis de mieux connaître mes propres limites	25%	30%	22%	30%	24%	28%	24%	18%	27%	25%	26%
Cela m'a aidé à développer de nouvelles compétences	24%	24%	23%	27%	22%	33%	20%	13%	24%	24%	25%
Cela m'a permis de rencontrer des personnes que je n'aurais pas croisées autrement	18%	22%	15%	27%	15%	17%	17%	11%	22%	18%	14%
Aucun	**42%**	**41%**	**44%**	**33%**	**46%**	**36%**	**47%**	**53%**	**31%**	**46%**	**42%**
Nombre moyen	***3,2***	***3,4***	***3,0***	***3,1***	***3,2***	***3,3***	***3,4***	***3,0***	***3,0***	***3,2***	***3,2***

Attentes et pistes d’action

Formations et accompagnements reçus

Seuls 16% des aidants ont déjà suivi une formation ou un accompagnement spécifique, bien que 80% sachent que de tels dispositifs existent.

Ensemble des aidants = 388



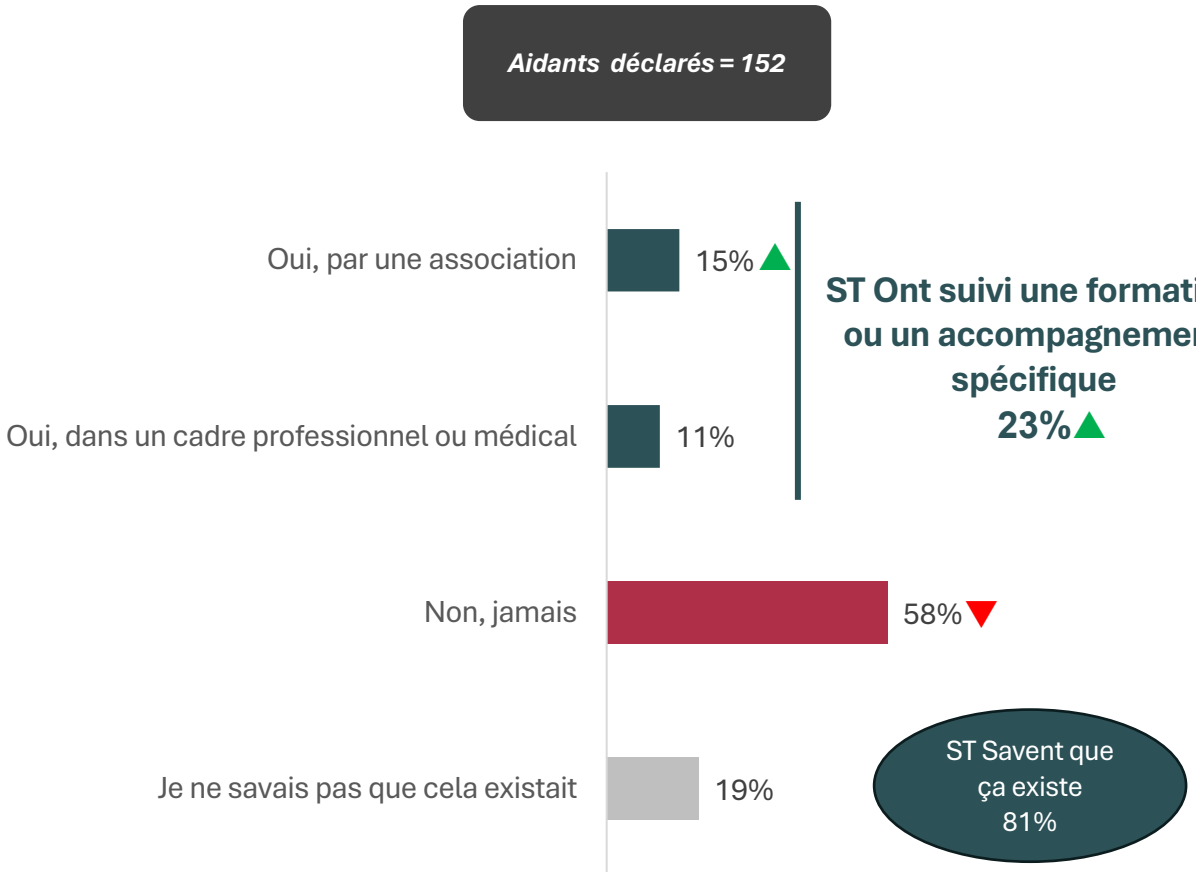
ST Ont suivi une formation ou un accompagnement spécifique 16%

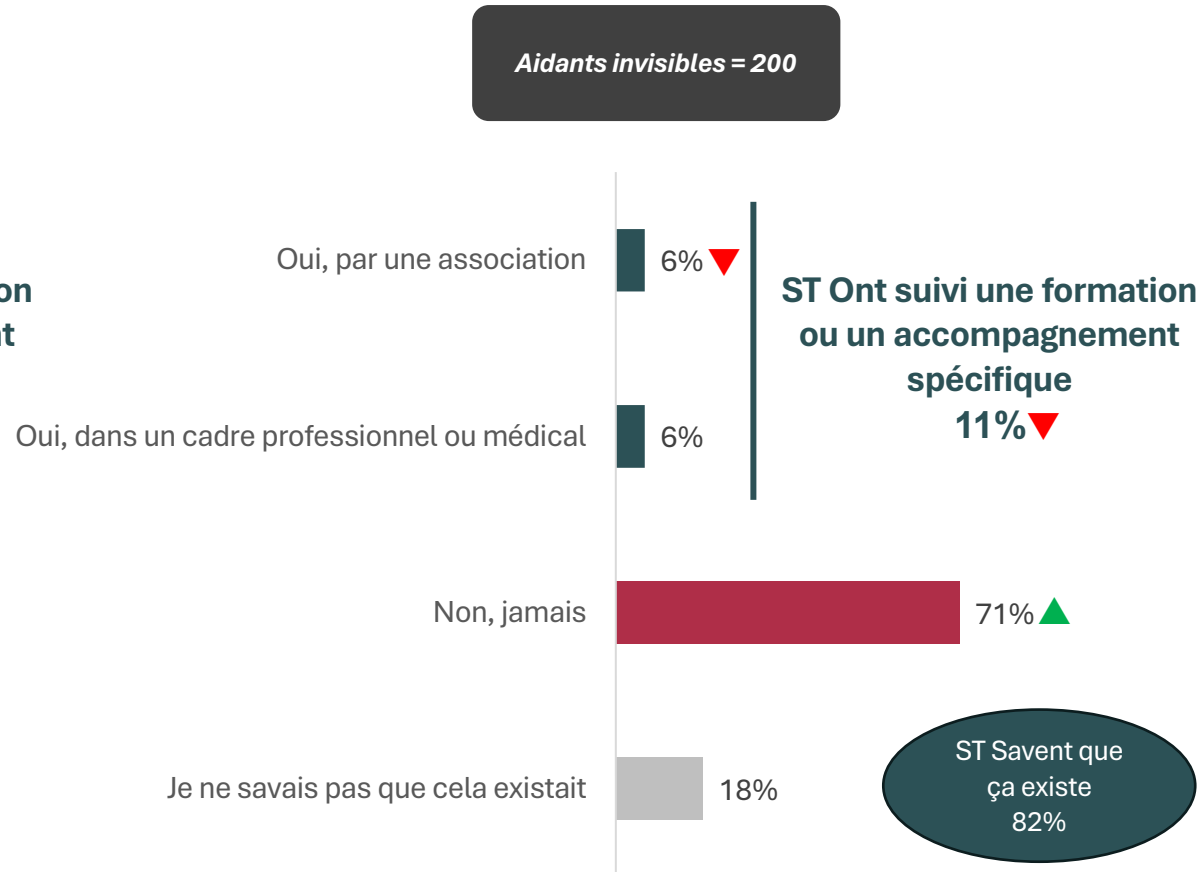
ST Savent que ça existe 80%

AID7. Avez-vous déjà reçu une formation (atelier pratique, atelier de sensibilisation) ou un accompagnement spécifique en tant qu'aidant ?

Formations et accompagnements reçus

Les aidants qui se déclarent comme tels sont plus nombreux à bénéficier de formations et accompagnements (23% vs 11%), principalement via les associations. À l'inverse, les aidants invisibles restent en retrait, avec une majorité (71%) n'ayant jamais eu accès à aucun dispositif.

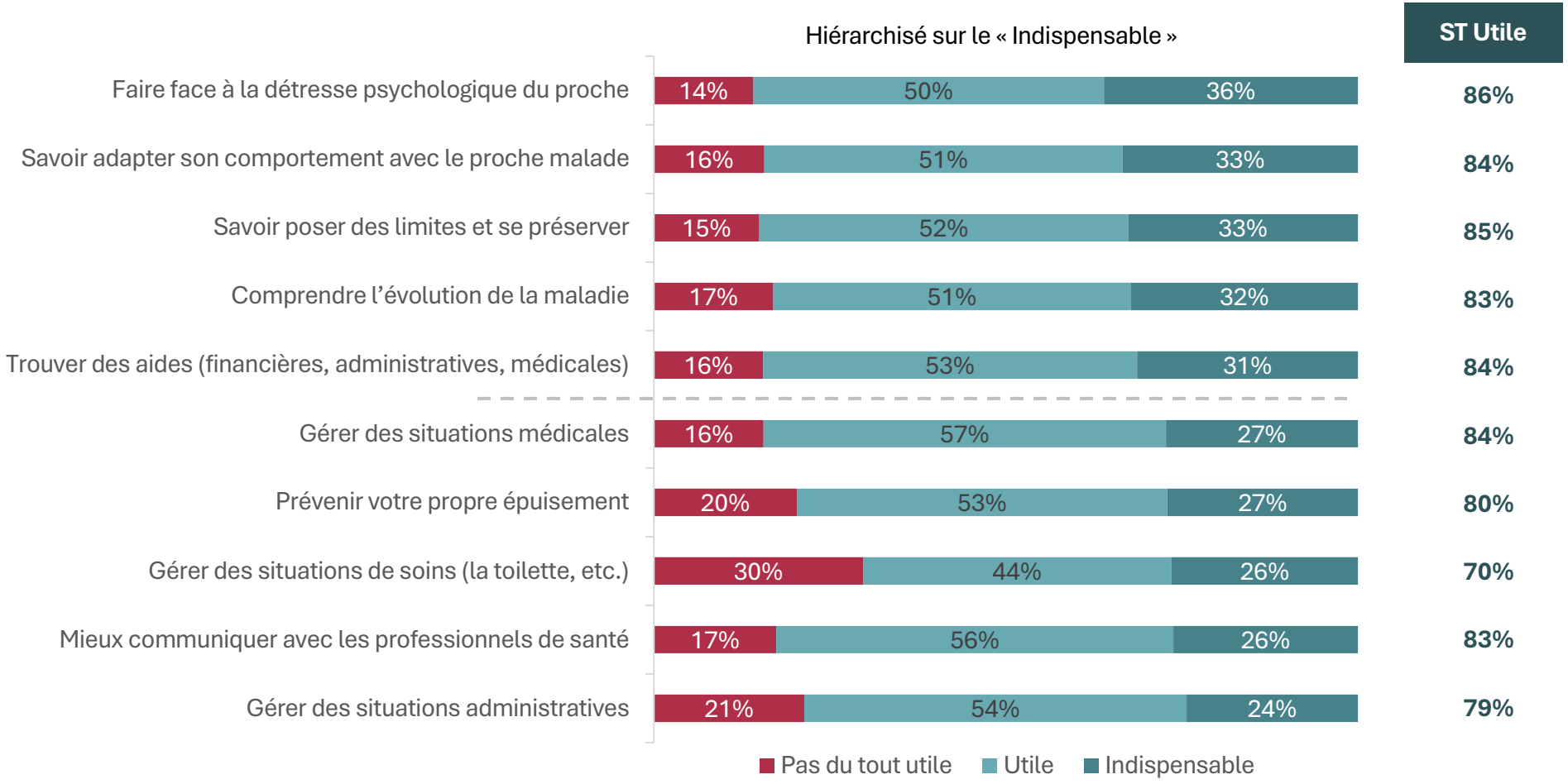




Besoins de formation et de sensibilisation

Les aidants expriment des attentes très fortes en matière de formation : 5 thèmes sur 10 ressortent comme indispensables. Il s'agit de savoir faire face à la détresse psychologique du proche, poser des limites et se préserver, trouver des aides (financières, administratives, médicales), comprendre l'évolution de la maladie et adapter son comportement avec le proche malade.

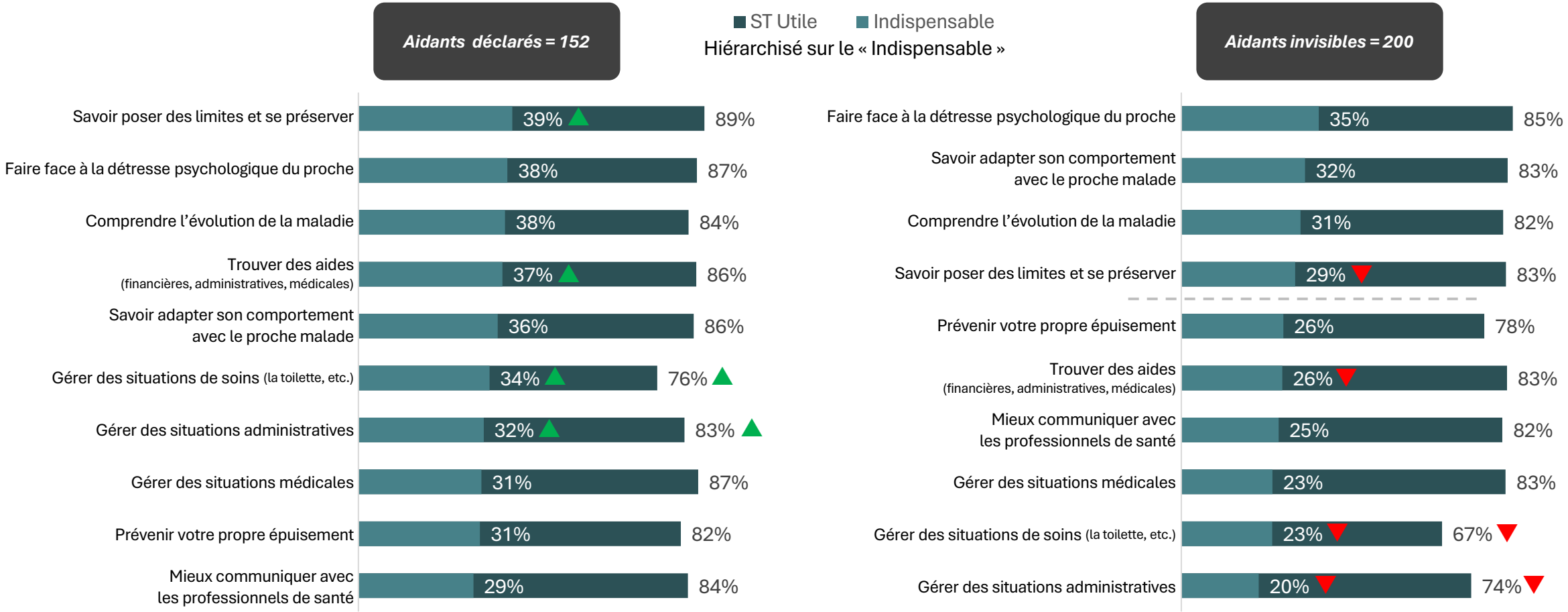
Ensemble des aidants = 388



AID8. Si vous aviez accès à une formation sur le rôle d'aidant ou à une sensibilisation, à quel point cela vous serait-il utile pour…

Besoins de formation et de sensibilisation

Les besoins de formation et de sensibilisation apparaissent massifs et largement partagés par l'ensemble des aidants. Toutefois, ceux qui se reconnaissent comme aidants expriment plus fortement leurs attentes, en particulier sur la gestion des soins, des démarches administratives ou encore la préservation de soi. L'invisibilité, en revanche, tend à atténuer la perception de ces besoins, sans pour autant en diminuer la réalité.



AID8. Si vous aviez accès à une formation sur le rôle d'aidant ou à une sensibilisation, à quel point cela vous serait-il utile pour…

Besoins de formation et de sensibilisation

Les moins de 35 ans expriment des besoins plus forts.

ST Utile

	Total	Sexe		Age de l'interviewé					Durée de l'aidance		
		Un homme	Une femme	ST Moins de 35 ans	ST 35 ans et plus	De 35 à 49 ans	De 50 à 64 ans	65 ans et plus	ST Moins de 1 an	ST Entre 1 et 5 ans	Depuis plus de 5 ans
	388	177	212	104	285	91	106	88	104	125	113
ST Au moins un	**96%**	**95%**	**96%**	**99%**	**94%**	**98%**	**91%**	**94%**	**98%**	**97%**	**94%**
Faire face à la détresse psychologique du proche	86%	85%	86%	93%	83%	92%	78%	81%	91%	90%	81%
Savoir poser des limites et se préserver	85%	84%	86%	90%	83%	92%	77%	81%	90%	83%	87%
Trouver des aides (financières, administratives, médicales)	84%	87%	82%	92%	82%	88%	75%	84%	89%	83%	84%
Gérer des situations médicales	84%	85%	84%	91%	82%	87%	77%	83%	91%	83%	83%
Savoir adapter son comportement avec le proche malade	84%	86%	83%	91%	82%	85%	79%	81%	86%	88%	80%
Comprendre l'évolution de la maladie	83%	83%	83%	88%	81%	82%	80%	81%	89%	79%	83%
Mieux communiquer avec les professionnels de santé	83%	82%	83%	92%	79%	86%	72%	82%	92%	78%	81%
Prévenir votre propre épuisement	80%	78%	81%	87%	77%	85%	72%	75%	85%	77%	81%
Gérer des situations administratives	79%	79%	78%	87%	76%	87%	68%	73%	81%	79%	79%
Gérer des situations de soins (la toilette, etc.)	70%	75%	66%	85%	65%	71%	60%	64%	78%	69%	64%
Aucun	**4%**	**5%**	**4%**	**1%**	**6%**	**2%**	**9%**	**6%**	**2%**	**3%**	**6%**
Nombre moyen	***8,5***	***8,7***	***8,4***	***9,0***	***8,4***	***8,7***	***8,1***	***8,4***	***8,9***	***8,3***	***8,5***

Indispensable

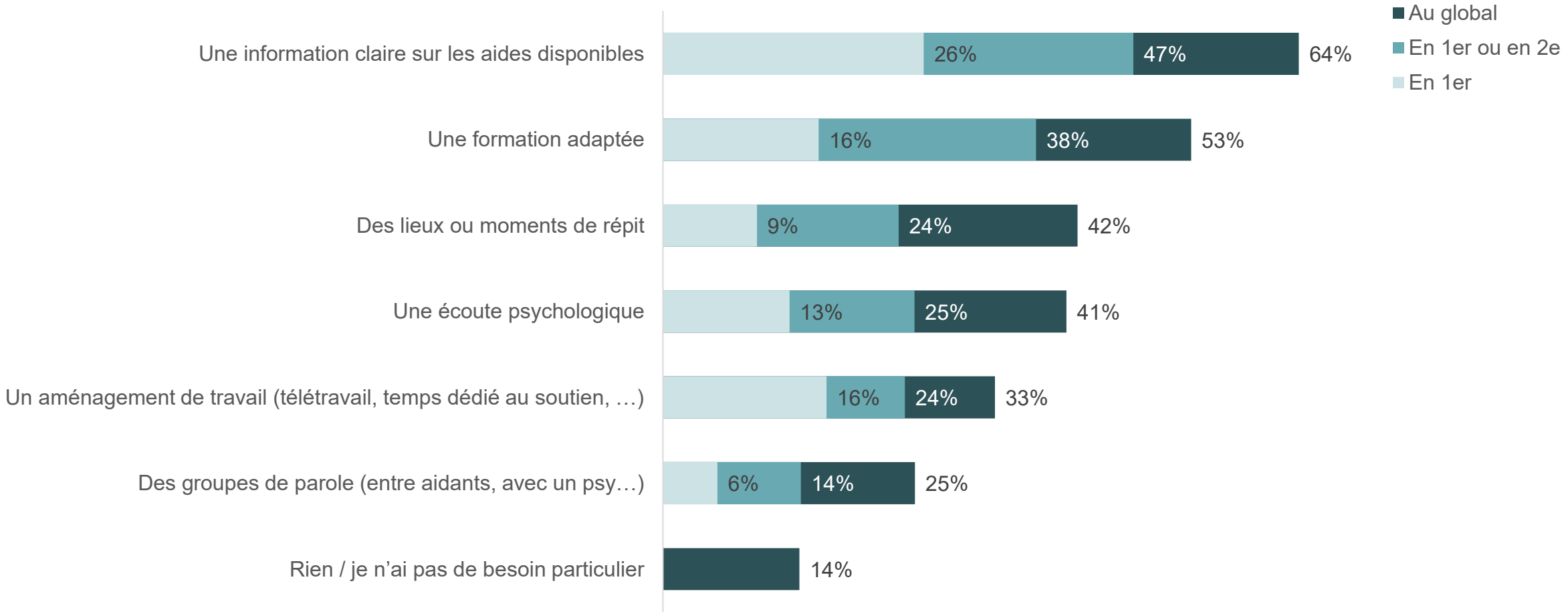
	Total	Sexe		Age de l'interviewé					Durée de l'aidance		
		Un homme	Une femme	ST Moins de 35 ans	ST 35 ans et plus	De 35 à 49 ans	De 50 à 64 ans	65 ans et plus	ST Moins de 1 an	ST Entre 1 et 5 ans	Depuis plus de 5 ans
	388	177	212	104	285	91	106	88	104	125	113
ST Au moins un	**64%**	**66%**	**62%**	**72%**	**61%**	**59%**	**62%**	**62%**	**72%**	**59%**	**64%**
Faire face à la détresse psychologique du proche	36%	36%	36%	47%	32%	29%	39%	28%	38%	32%	36%
Savoir adapter son comportement avec le proche malade	33%	32%	35%	43%	30%	30%	28%	33%	38%	26%	33%
Savoir poser des limites et se préserver	33%	31%	34%	46%	28%	26%	30%	27%	38%	30%	29%
Comprendre l'évolution de la maladie	32%	32%	33%	42%	29%	32%	31%	23%	43%	30%	27%
Trouver des aides (financières, administratives, médicales)	31%	32%	31%	34%	30%	32%	35%	23%	28%	34%	27%
Gérer des situations médicales	27%	30%	25%	34%	25%	20%	25%	29%	30%	23%	28%
Prévenir votre propre épuisement	27%	27%	27%	30%	26%	30%	25%	23%	27%	24%	27%
Gérer des situations de soins (la toilette, etc.)	26%	27%	26%	33%	24%	22%	28%	22%	29%	25%	24%
Mieux communiquer avec les professionnels de santé	26%	23%	29%	34%	23%	22%	23%	25%	32%	18%	28%
Gérer des situations administratives	24%	26%	23%	27%	23%	24%	22%	24%	28%	17%	28%
Aucun	**36%**	**34%**	**38%**	**28%**	**39%**	**41%**	**38%**	**38%**	**28%**	**41%**	**36%**
Nombre moyen	***4,6***	***4,5***	***4,8***	***5,1***	***4,4***	***4,5***	***4,6***	***4,2***	***4,6***	***4,3***	***4,5***

AID8. Si vous aviez accès à une formation sur le rôle d'aidant ou à une sensibilisation, à quel point cela vous serait-il utile pour...

Formes de soutien prioritaires

En priorité, les aidants souhaitent avant tout une information claire sur les aides disponibles (64%) et des formations adaptées (53%). Viennent ensuite des lieux de répit (42%) et une écoute psychologique (41%). Enfin, un aménagement de travail est également jugé prioritaire par un tiers des répondants, et 16% le placent en premier choix.

Ensemble des aidants = 388

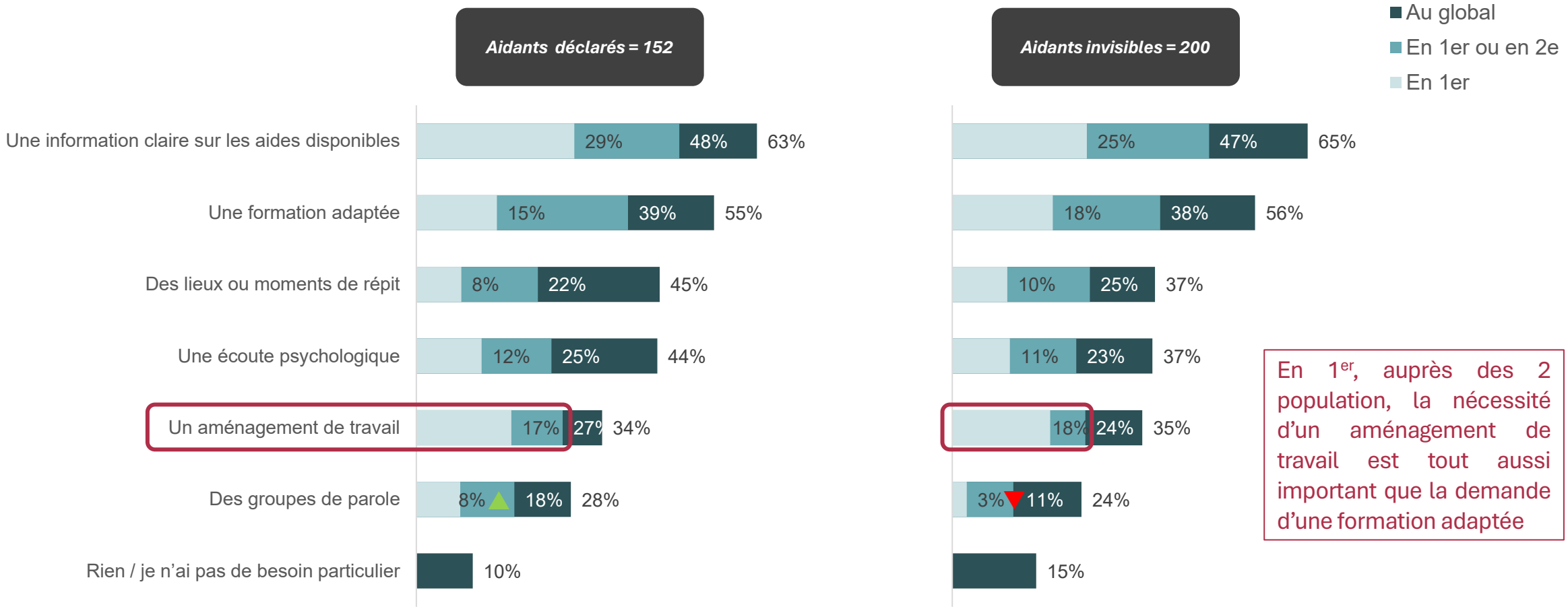


AID9ABC. Parmi les formes de soutien suivantes, lesquelles souhaiteriez-vous en priorité ? En premier ? En deuxième ? En troisième ?

Formes de soutien prioritaires

Les deux groupes partagent la même hiérarchie des besoins : En priorité l'accès à une information claire sur les aides disponibles, suivi par la demande de formation adaptée. Cependant, les aidants déclarés expriment davantage (en tendance) de besoins en répit, écoute psychologique et groupes de parole, traduisant une prise de conscience plus forte de leur charge.

Les aidants invisibles apparaissent plus en retrait, avec une part tendanciellement plus importante sans besoin exprimé.



En 1er, auprès des 2 population, la nécessité d'un aménagement de travail est tout aussi important que la demande d'une formation adaptée

AID9ABC. Parmi les formes de soutien suivantes, lesquelles souhaiteriez-vous en priorité ? En premier ? En deuxième ? En troisième ?

Formes de soutien prioritaires

Les moins de 35 ans se distinguent par un besoin plus marqué d'aménagement du travail et une demande d'écoute psychologique. Les aidants vivant avec au moins un enfant expriment davantage le besoin de groupes de paroles et d'un aménagement du travail , traduisant une pression organisationnelle plus forte.

En 1er

	Total	Sexe		Age de l'interviewé					Taille du foyer			Présence d'enfants de moins de 15 ans dans le foyer	
		Un homme	Une femme	ST Moins de 35 ans	ST 35 ans et plus	De 35 à 49 ans	De 50 à 64 ans	65 ans et plus	1 personne	2 personnes	3 personnes ou plus	ST Au moins un	Aucun
	388	177	212	104	285	91	106	88	79	126	183	99	290
Une information claire sur les aides disponibles	26%	28%	25%	12%	31%	30%	31%	33%	22%	30%	26%	29%	25%
Une formation adaptée	16%	19%	13%	16%	16%	13%	12%	22%	23%	17%	11%	8%	18%
Des lieux ou moments de répit	9%	8%	11%	10%	9%	12%	8%	9%	11%	9%	9%	9%	10%
Une écoute psychologique	13%	12%	13%	20%	10%	12%	10%	7%	15%	12%	12%	4%	16%
Un aménagement de travail	16%	14%	18%	26%	13%	15%	20%	2%	13%	10%	22%	29%	12%
Des groupes de parole	6%	5%	6%	6%	5%	9%	4%	3%	2%	2%	9%	13%	3%
Rien / je n'ai pas de besoin particulier	**14%**	**14%**	**14%**	**8%**	**16%**	**10%**	**14%**	**23%**	**15%**	**19%**	**9%**	**8%**	**16%**

Au global

	Total	Sexe		Age de l'interviewé					Présence d'enfants de moins de 15 ans dans le foyer	
		Un homme	Une femme	ST Moins de 35 ans	ST 35 ans et plus	De 35 à 49 ans	De 50 à 64 ans	65 ans et plus	ST Au moins un	Aucun
	388	177	212	104	285	91	106	88	99	290
Une information claire sur les aides disponibles	64%	62%	66%	58%	66%	66%	66%	67%	58%	66%
Une formation adaptée	53%	59%	48%	58%	52%	56%	43%	58%	56%	52%
Des lieux ou moments de répit	42%	40%	43%	41%	42%	38%	46%	42%	43%	41%
Une écoute psychologique	41%	39%	42%	45%	39%	36%	43%	37%	34%	43%
Un aménagement de travail	33%	34%	33%	47%	28%	41%	35%	8%	52%	27%
Des groupes de parole	25%	25%	26%	26%	25%	33%	24%	18%	33%	23%
Rien / je n'ai pas de besoin particulier	**14%**	**14%**	**14%**	**8%**	**16%**	**10%**	**14%**	**23%**	**8%**	**16%**

AID9ABC. Parmi les formes de soutien suivantes, lesquelles souhaiteriez-vous en priorité ? En premier ? En deuxième ? En troisième ?

04

Annexes

Questionnaire

Pour afficher le questionnaire, merci de bien vouloir cliquer sur l'icône ci-dessous :

Questionnaire -
ndation Notre Dar

ifop
GROUP
ifop
sociovision
Ifop group
occurrence
Ifop group
deepopinion
Ifop group
brainvalue
Ifop group
Everything starts with people