LES CHIFFRES CLÉS DE L'AIDANCE

Repères chiffrés sur les aidants

Note RSE, dossier CODIR, projet associatif ou appel à projets : **les données sourcées pour appuyer votre argumentaire.**

1 L'ampleur du phénomène

9,3 millions

de personnes déclarent aider régulièrement un proche en situation de handicap ou de perte d'autonomie, soit **1 adulte sur 6**.

DREES, 2023 (données 2021)[1]

58 %

des proches aidants sont **des femmes**. Ils ont en moyenne près de 53 ans.

DREES, déc. 2025[2]

0,5 million

de **mineurs** de 5 ans ou plus sont aidants. Chez les 16–25 ans, **1 jeune sur 10** serait aidant, soit 700 000 à 1 million.

DREES, 2023[1] · CREDOC / Macif, 2023[8]

2 Une santé mise à l'épreuve

47 %

des proches aidants de seniors déclarent au moins **une conséquence de l'aide sur leur santé** (37 % sur leur santé mentale).

DREES, 2024[4]

≈ 1 sur 2

salarié aidant se dit en difficulté sur le plan de la **santé mentale**, contre 25 % des salariés en général.

OCIRP / Viavoice, 2026[5]

68 %

des salariés aidants se sont déjà sentis **épuisés mentalement** au cours des 12 derniers mois.

OCIRP / Viavoice, 2026[5]

3 Aidance et emploi

≈ 1 salarié sur 5

est aidant, soit **4,4 à 5 millions** de personnes. La DREES projette **1 actif sur 4** en 2030.

OCIRP / Viavoice, 2024[6] · DREES[9]

78 %

des aidants d'âge actif travaillent, cherchent un emploi ou font des études.

DREES, déc. 2025[2]

32 ans

âge moyen d'entrée dans l'aidance. Les salariés aidants ont **41 ans** en moyenne : **pas qu'un sujet de seniors**.

OCIRP / Viavoice, 2026[5]

POURQUOI LES CHIFFRES VARIENT-ILS ?

On lit souvent « 8 à 11 millions d'aidants ». Les écarts tiennent aux définitions et aux méthodes. Les **9,3 millions** de la DREES reposent sur la déclaration des aidants eux-mêmes, soutien moral compris. Les **5,3 millions**[3] de 2022 ne comptent que l'aide à la vie quotidienne, déclarée par les personnes aidées. Le chiffre de **11 millions** provient d'enquêtes par sondage, comme le baromètre de la Fondation April.

Notre conseil : privilégiez la statistique publique (DREES) pour poser le cadre, et les enquêtes pour éclairer le vécu.

4 Le vécu des salariés aidants

34 % seulement des salariés aidants ont **informé leur employeur** de leur situation.
OCIRP / Viavoice, 2026[5]

55 % sont présents au travail mais l'esprit accaparé par leur rôle d'aidant : **le poids du présentéisme**.
OCIRP / Viavoice, 2026[5]

1 sur 3 se dit **en difficulté professionnelle** du fait de sa situation, et 20 % craignent de devoir quitter leur emploi.
OCIRP / Viavoice, 2025[7]

59 % des DRH considèrent que l'aidance reste **un sujet tabou** dans leur entreprise.
OCIRP / Viavoice, 2025[7]

5 Le coût de l'inaction

24-31 Md€ / an de **coûts cachés chaque année** pour les entreprises françaises, liés à l'absentéisme et au présentéisme des salariés aidants. Une facture qui pourrait augmenter de **125 % d'ici 2060** avec le vieillissement de la population.
N. Chusseau, 2023 et 2025[10]

6 Agir : ce qui fait levier

60 % des salariés aidants « invisibles » **se déclareraient** si un dispositif de soutien existait dans leur entreprise.
OCIRP / Viavoice, 2026[5]

79 % des DRH estiment qu'il **coûte moins cher d'agir** pour les aidants que de ne rien faire.
OCIRP / Viavoice, 2024[6]

69 à 88 % des aidants, DRH et managers approuvent **la sensibilisation et la formation** comme réponse prioritaire.
OCIRP / Viavoice, 2026[5]

80 à 90 % des DRH et managers jugent que le soutien aux aidants doit être **un critère de RSE**.
OCIRP / Viavoice, 2026[5]

Derrière chaque chiffre, des situations singulières. Agir juste commence par les connaître.

Haltemis accompagne les employeurs et les organisations qui travaillent auprès des aidants : **identifier, structurer, outiller, ancrer**.

Sources

1. **DREES**, « 9,3 millions de personnes déclarent apporter une aide régulière à un proche en situation de handicap ou de perte d'autonomie », *Études et Résultats* n°1255, février 2023.
2. **DREES**, « Trois aidants sur dix accompagnent seuls leur proche, six sur dix sont en activité ou étudiants », *Études et Résultats* n°1358, décembre 2025 (enquête Autonomie-Ménages 2022).
3. **DREES**, « Le nombre de proches aidants à la vie quotidienne baisse de 6 % entre 2008 et 2022, et l'aide apportée s'intensifie », *Études et Résultats* n°1377, juin 2026.
4. **DREES**, « Perte d'autonomie : quels effets sur la santé des proches aidants ? », *Les Dossiers de la DREES* n°122, octobre 2024.
5. **OCIRP / Viavoice**, Observatoire Salariés aidants, 6e édition, octobre 2026 (2 981 salariés du privé, 200 DRH, 200 managers).
6. **OCIRP / Viavoice**, « Salariés aidants : quelles réponses ? », 4e édition, octobre 2024 (part des salariés aidants citée d'après le baromètre Interfacia 2020).
7. **OCIRP / Viavoice**, « Salariés aidants et dialogue social », 5e édition, octobre 2025 (2 929 salariés du privé, 200 DRH, 200 managers).
8. **CREDOC / Macif**, « 1 jeune sur 10, entre 16 et 25 ans, aidant d'un proche âgé, malade ou en situation de handicap », note de synthèse n°38, octobre 2023.
9. **DREES**, projection « 1 actif sur 4 aidant en 2030 ».
10. **N. Chusseau** (Université de Lille, LEM-CNRS), « Les coûts cachés des aidants pour l'entreprise », note de synthèse, juillet 2025 (projections 2023–2060).