2026

BAROMÈTRE DU POUVOIR DE VIVRE

Ce que les chiffres disent, ce que les gens vivent

Fondation Jean Jaurès

PACTE DU POUVOIR DE VIVRE

Sommaire

Introduction 3

En synthèse 5

Focus thématiques 7

Vivre dignement 8

Travailler 10

Se loger 12

Se soigner 14

S'alimenter 16

Vivre dans un environnement sain 18

S'adapter au changement climatique 20

Se déplacer au quotidien 22

Accéder aux services publics 24

Prendre du temps pour soi 26

S'éduquer et se former 28

Vivre ensemble 30

Participer et agir 32

Se projeter dans l'avenir 34

Publication : novembre 2026

Baromètre réalisé par le Pacte du pouvoir de vivre et la Fondation Jean-Jaurès, en collaboration avec Ipsos-BVA

Coordination
- Jérémie Peltier et Antoine Bristielle pour la Fondation Jean-Jaurès
- Christophe Robert, Amandine Lebreton et Maëlys Bannier pour le Pacte du pouvoir de vivre

Graphisme : Solenn Marrel

INTRODUCTION

La France traverse aujourd'hui une période de tensions majeures. Aux crises qui se succèdent depuis plusieurs années — crise sanitaire, inflation, tensions géopolitiques, accélération du changement climatique — s'ajoutent une instabilité et une faiblesse politique persistantes, une inquiétude mortifère quant à la capacité de l'État à assurer encore la sécurité des biens et des personnes et des difficultés croissantes à dégager des réponses collectives. Dans le même temps, les mouvements sociaux qui traversent le pays fin 2026, à commencer par la mobilisation de la jeunesse autour des conditions d'éducation, mais aussi plus largement des conditions de vie et de l'avenir des nouvelles générations, témoignent de la persistance d'un profond malaise social. Derrière la diversité des revendications s'exprime une même interrogation sur la capacité de notre modèle économique et social à répondre aux besoins et aux aspirations de la population.

À quelques mois de l'élection présidentielle de 2027, la question des réponses politiques à apporter à ces tensions se pose avec une acuité particulière.

Comment répondre aux difficultés économiques et sociales rencontrées par les Françaises et les Français ? Comment concilier les impératifs budgétaires avec les besoins de protection et de solidarité ? Comment, plus largement, redonner des perspectives dans une société marquée par l'accumulation des crises et les incertitudes sur l'avenir ? Et enfin, quelles conditions et quelles politiques mettre en œuvre pour apaiser la société ? Pour répondre à ces interrogations, encore faut-il disposer d'un diagnostic précis de la situation sociale du pays.

Si les difficultés que traverse la France font l'objet d'un débat politique permanent, leur compréhension demeure souvent fragmentée. Les discussions se concentrent tour à tour sur le pouvoir d'achat, l'accès aux soins, les difficultés de logement, la dégradation des services publics, l'adaptation au changement climatique ou encore les inégalités territoriales. Chacun de ces sujets fait l'objet d'analyses spécifiques, mais ils sont plus rarement appréhendés dans leur ensemble, alors même qu'ils se cumulent et interagissent dans la vie quotidienne. Surtout, les indicateurs économiques et sociaux « traditionnels », aussi indispensables soient-ils, ne suffisent pas à rendre compte de la diversité des difficultés rencontrées. Ils font fi de la perception des réalités vécues par chaque individu, tout aussi structurantes pour comprendre notre société.

UN ÉTAT DES LIEUX DU POUVOIR DE VIVRE

C'est pour dépasser cette approche fragmentée et parfois déconnectée du réel que le Pacte du pouvoir de vivre et la Fondation Jean-Jaurès ont souhaité réaliser ce premier Baromètre du pouvoir de vivre. Notre ambition est de proposer un diagnostic aussi complet que possible des conditions de vie de la population en France, en partant d'une interrogation simple : dans quelle mesure nos concitoyen·nes disposent-ils réellement des moyens de vivre dignement et de construire leur avenir ?

La notion de « pouvoir de vivre » invite précisément à dépasser la seule question du pouvoir d'achat pour s'intéresser plus largement à la capacité des individus à mener la vie qu'ils souhaitent. « Pouvoir de vivre », c'est disposer de ressources suffisantes, mais c'est également pouvoir se loger convenablement, accéder aux soins, se nourrir correctement, se déplacer, bénéficier de conditions de travail satisfaisantes ou encore vivre dans un environnement sain et sûr. C'est aussi être en capacité de participer pleinement à la vie sociale et citoyenne, de prendre part à la construction et à la mise en œuvre des politiques publiques, et de contribuer ainsi aux choix collectifs qui façonnent la société. Cela constitue autant de dimensions qui, prises ensemble, déterminent la capacité de chacun à vivre dignement dans un monde habitable et d'avoir une véritable maîtrise de son existence.

UNE DOUBLE APPROCHE : CE QUE LES CHIFFRES DISENT ET CE QUE LES GENS VIVENT

Pour appréhender cette réalité, le Baromètre articule deux approches complémentaires : les données brutes et le sensible. La première consiste à mobiliser les données statistiques disponibles, majoritairement issues des données publiques, afin de dresser un état des lieux objectif des conditions de vie en France, à hauteur du quotidien. La seconde repose sur une enquête d'opinion, réalisée par l'Institut Ipsos du 3 au 10 septembre 2026 sur un échantillon de 12 000 Françaises et Français représentatifs de la population, destinée à comprendre comment ces réalités sont vécues par la population, les difficultés qu'elle rencontre et les inquiétudes qu'elle exprime pour l'avenir. Cette confrontation entre indicateurs objectifs et perceptions subjectives permet de mieux saisir l'ampleur des fragilités sociales, mais également les éventuels décalages entre les situations mesurées et la manière dont elles sont ressenties.

Ce baromètre offre par ailleurs deux niveaux de lecture du pouvoir de vivre de notre société :

- **Une lecture thématique**, à travers les enjeux qui structurent le pouvoir de vivre au quotidien ;

- **Une lecture transverse** des résultats, et plus généralement des enseignements sur les conditions politiques et sociales qui permettront d'apaiser la société.

NOURRIR LE DÉBAT PRÉSIDENTIEL DE 2027

Un certain nombre de tensions qui traversent notre pays prennent en grande partie leur source dans des difficultés sociales et économiques qui s'enkystent depuis des années et qui se mêlent à un manque d'écoute et de considération, terreau de frustrations croissantes qui nourrissent la colère.

Dans ce contexte, chaque candidat a le devoir de regarder de près ce que vit la population. Ce baromètre est une contribution de la Fondation Jean-Jaurès et du Pacte du pouvoir de vivre, fort de la diversité des organisations qui le composent, qui mettent à disposition du débat public leur lecture fine des enjeux actuels et leur expertise proche du terrain et de nos concitoyen·nes. **Le Pacte du pouvoir de vivre et la Fondation Jean-Jaurès souhaitent ainsi partager une grille de lecture du pouvoir de vivre en France, afin de permettre aux acteurs de la vie démocratique et aux responsables politiques, notamment aux candidats et candidates à l'élection présidentielle, de construire des réponses à la hauteur de ce que vit notre pays et des attentes des citoyen·nes.**

EN SYNTHÈSE

LA MOITIÉ DES FRANÇAISES ET DES FRANÇAIS A LE SENTIMENT DE S'EN SORTIR DIFFICILEMENT

Alors que plus de **15%** de nos concitoyens vivent sous le seuil de pauvreté, auxquels s'ajoutent 8% de ménages situés dans son « halo », c'est-à-dire juste au-dessus du seuil, **notre enquête révèle qu'un Français sur deux déclare aujourd'hui s'en sortir difficilement pour vivre correctement et dignement.** Le sentiment de fragilité économique dépasse donc très largement les seules populations considérées comme pauvres ou proches de la pauvreté.

L'inflation, liée entre autres à l'augmentation du prix de l'énergie, du carburant et de l'alimentation, est vraisemblablement au cœur de ce sentiment partagé par la moitié de la population française. Mais elle n'explique probablement pas tout : elle s'ajoute aux tensions vécues sur le logement, les salaires, la précarisation du travail...

Si les dépenses du quotidien pèsent sur le présent, elles sont aussi une source d'inquiétude pour l'avenir. **Une majorité de Françaises et de Français s'inquiète de leur capacité à faire face aux dépenses du quotidien dans les prochaines années, et à l'impact de celles-ci sur leur niveau de vie.** Les répondants citent leur inquiétude liée au prix de l'énergie à **59%**, suivie par les dépenses de mobilité (carburant, transports en commun) à **45%**, l'alimentation à **44%** et la santé à **38%**.

En complément, **notre enquête met en évidence que plusieurs renoncements structurent le quotidien** et peuvent contribuer à « une vie rétrécie » :

- **50% des répondants déclarent avoir régulièrement ou parfois renoncé, pour des raisons financières, à la qualité des aliments qu'ils auraient souhaité acheter au cours des six derniers mois,** et 19% ont dû renoncer, au moins ponctuellement, à certains repas.

- **20% des répondants renoncent à leurs droits, de manière consciente, en ne faisant pas appel aux aides auxquelles ils ont droit notamment à cause de la complexité administrative ou d'un montant d'aide trop faible au regard des démarches à effectuer.**

- **20% des parents ont dû renoncer à des souhaits de scolarité ou de formation pour leurs enfants pour des raisons financières ou encore de formations adaptées à proximité du domicile.**

- **19% ne disposent pas de temps pour eux-mêmes,** une réalité qui concerne 27 et 28% des ouvriers et employés.

Ces renoncements ne traduisent pas seulement la contrainte budgétaire : ils racontent une vie qui se rétrécit, des aspirations auxquelles il faut renoncer et un avenir qui devient plus difficile à envisager. Ils illustrent le sentiment de déclassement, pour une partie croissante de la population, qui voit ses conditions de vie se dégrader. Lorsque se nourrir correctement, se loger, se déplacer, ou encore se soigner impose des arbitrages permanents, le sentiment de pouvoir sur sa vie s'érode.

DES CONDITIONS CONCRÈTES D'EXISTENCE DÉGRADÉES

Le deuxième enseignement tient au fait que les difficultés des Françaises et des Français ne se limitent pas à la question des revenus mais concernent plus largement les conditions concrètes d'existence. Parmi les actifs travaillant depuis au moins cinq ans, **44% considèrent ainsi que leurs conditions de travail se sont dégradées au cours des cinq dernières années,** contre seulement **11%** qui estiment qu'elles se sont améliorées.

En matière de santé, 54% des sondés se disent préoccupés par l'état dégradé de l'hôpital public et 51% par les délais trop longs pour obtenir un rendez-vous médical ou un soin. Ces résultats montrent combien le pouvoir de vivre dépend aussi de la qualité des emplois, de l'accès aux services essentiels et, plus généralement, de l'environnement dans lequel évoluent les individus.

L'impact du changement climatique sur la vie quotidienne pèse sur les conditions de vie et se cumule à ces ressentis. Notre enquête montre que **les Français considèrent que les lieux de la vie quotidienne sont globalement peu adaptés au changement climatique, un chiffre particulièrement haut pour les services de santé, à hauteur de 62%**. Le lieu de travail, la ville ou la commune, ou encore l'école sont par ailleurs identifiés par près de la moitié des répondants comme peu adaptés à la crise climatique.

COMPTER SUR QUI, COMPTER SUR QUOI ?

1 Français sur 3 dit n'avoir personne ou presque sur qui compter en cas de coup dur et 38% d'entre eux déclarent ne pas pouvoir compter sur un héritage.

35% des Françaises et des Français déclarent ne pas pouvoir compter sur suffisamment de personnes en cas de coup dur, pour une aide financière, matérielle ou morale. Ce chiffre met en lumière l'isolement et la vulnérabilité de millions de personnes qui, en cas d'accident de la vie, de période difficile, craignent de basculer dans la pauvreté. En regard, ce chiffre pointe le besoin de solidarité et de maillage à construire autour de chaque individu, avec le rôle essentiel des dispositifs de solidarité collective en relais, et parfois en compensation, voire en substitution aux solidarités familiales et personnelles. C'est précisément lorsque l'entourage fait défaut que les solidarités collectives prennent le relais, qu'elles émanent de l'État, à travers la protection sociale par exemple, ou des maillages territoriaux, par le biais des associations et des solidarités locales. Leur rôle est essentiel pour éviter que l'isolement ne se transforme en précarité.

Au-delà du sentiment d'isolement, la perspective de ressources patrimoniales est très inégale selon les personnes, ce qui conditionne la capacité à faire face au quotidien et à préparer l'avenir : **38%** des Français déclarent ne pas pouvoir compter sur un héritage de la part de leur famille. Cette proportion atteint **49%** chez les ouvriers. Au-delà de la question patrimoniale, cela nous invite à regarder ceux qui ne disposent pas de cette ressource et la manière dont cela influe sur leurs perspectives d'avenir, les projets qu'il leur est possible d'envisager, et la capacité à absorber une inflation et des contraintes budgétaires toujours plus fortes.

ÂGES, LIEUX DE VIE, STATUT DE LOGEMENT : DES LIGNES DE DIVERGENCE

Notre étude souligne la diversité des situations sociales et territoriales qui se cachent derrière les moyennes nationales et l'importance d'analyser les parcours de vie pour trouver des réponses politiques adaptées.

Les contraintes, ressentis ou inquiétudes ne sont pas les mêmes selon l'âge, la catégorie sociale ou le lieu de résidence. Ainsi, **93%** des habitants des communes de moins de 2 000 habitants se déclarent dépendants de leur voiture pour leurs déplacements quotidiens, contre seulement **35%** dans l'agglomération parisienne. De même, les dépenses de logement suscitent des inquiétudes beaucoup plus fortes chez les jeunes et les locataires.

Ces différences rappellent qu'il n'existe pas une expérience uniforme des difficultés sociales, mais une diversité de situations appelant des réponses ajustées.

DAVANTAGE DE SÉCURITÉ ET MOINS D'INÉGALITÉS POUR APAISER LA SOCIÉTÉ

95% des Françaises et des Français considèrent vivre dans une société conflictuelle. Ce chiffre résonne plus que jamais avec les tensions sociales et les dégradations et violences survenues les 17 et 18 octobre 2026. Pour retrouver le chemin de l'apaisement et réduire les divisions, il importe d'entendre la diversité des expériences vécues, les colères et les inquiétudes et, d'y apporter des réponses à la hauteur des réalités vécues.

Notre enquête met en évidence que l'insécurité et les incivilités sont la première cause de tension : **59%** des Français considèrent que ce sont l'insécurité et les incivilités qui contribuent le plus aux tensions de la société française aujourd'hui. Suivent les inégalités économiques et sociales (**42%**) et le sentiment d'injustice (**32%**) qui font partie, pour les répondant·es, des quatre premières causes de tensions dans la société.

Par conséquent, quand on les interroge sur les éléments les plus importants pour construire une société apaisée, **42%** des Français citent la sécurité des personnes et des biens, **39%** une justice perçue comme équitable, **39%** le respect des règles communes, et **31%** la réduction des inégalités.