

opinionway,

— POUR —

nello

CA
CENTRE-EST

Être *salarié* *aidant* en France

Rapport d'étude | Septembre 2026





La méthodologie

opinionway

Crédits : dev-asongbam

La méthodologie

Toute publication totale ou partielle doit impérativement utiliser la mention complète suivante :

« Sondage OpinionWay pour le Crédit agricole Centre-Est et Nello »

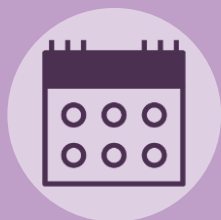
et aucune reprise de l'enquête ne pourra être dissociée de cet intitulé



Echantillon de **548 salariés aidants** (apportant une aide bénévole à un ou plusieurs proche(s), en raison de son âge, d'une maladie, d'une perte d'autonomie ou d'un handicap au moins une fois par mois) issu d'un **échantillon de 1562 personnes** représentatif de la population de salariés français âgés de 18 ans et plus.

L'échantillon a été constitué selon la méthode des quotas, au regard des critères de sexe, d'âge, de catégorie socioprofessionnelle, de catégorie d'agglomération et de région de résidence.

L'échantillon a été interrogé par **questionnaire auto-administré en ligne sur système CAWI** (Computer Assisted Web Interview).



Les interviews ont été réalisées **du 16 au 17 septembre 2026**. Pour les remercier de leur participation, les panélistes ont touché des incentives ou ont fait un don à l'association proposée de leur choix.

OpinionWay a réalisé cette enquête en appliquant les procédures et règles de la **norme ISO 20252**



Les résultats de ce sondage doivent être lus en tenant compte **des marges d'incertitude** : 1,8 à 4,2 points au plus pour un échantillon de 550 répondants.



Les résultats

opinionway

Crédits : adobe stock



1

L'impact du rôle d'aidant
sur la vie professionnelle

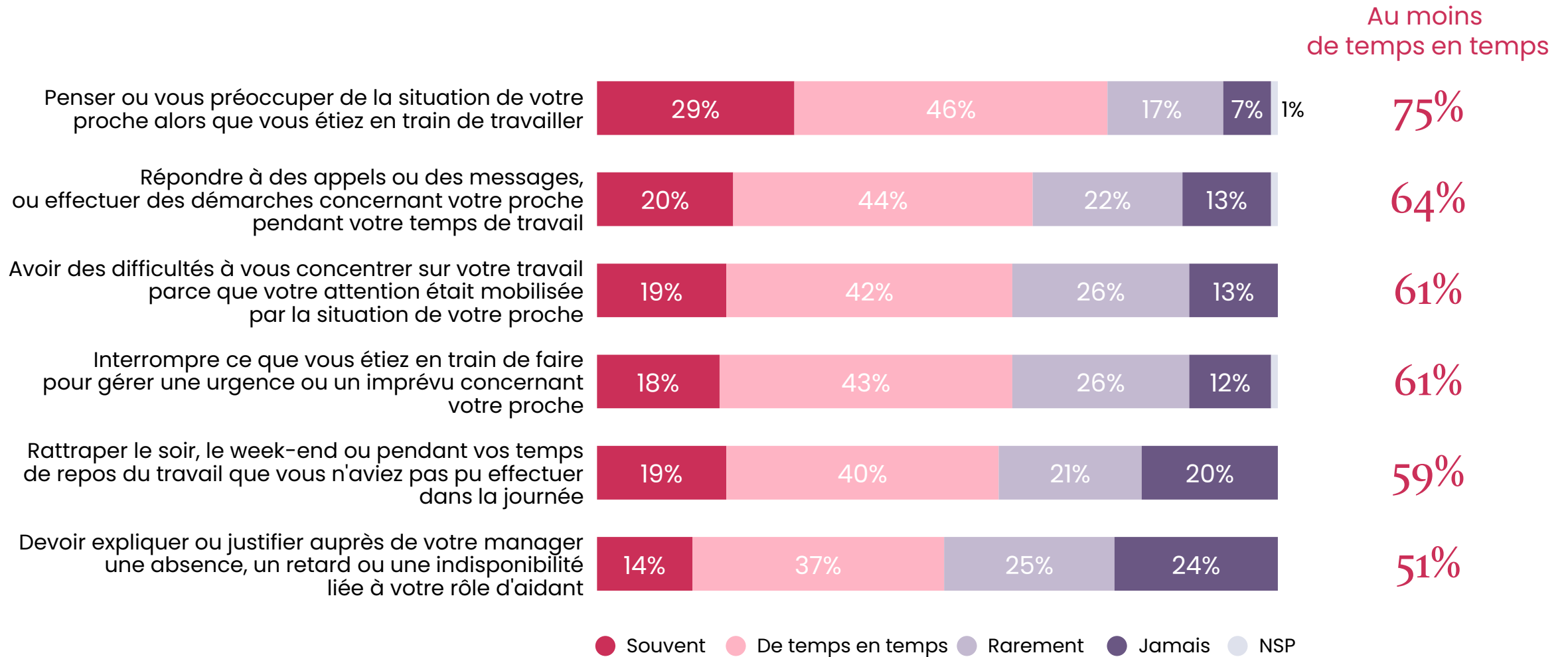


Les difficultés rencontrées en raison de l'aide apportée à un proche



548
aidant(e)s

Q. Au cours des derniers mois, vous est-il arrivé, en raison de l'aide apportée à votre proche, de... ?





Les difficultés rencontrées en raison de l'aide apportée à un proche



548
aidant(e)s

Q. Au cours des derniers mois, vous est-il arrivé, en raison de l'aide apportée à votre proche, de... ?

	% Au moins de temps en temps	SEXE		AGE			STATUT		FRÉQUENCE DE L'AIDE APPORTÉE			
		Homme	Femme	Moins de 35 ans	35-49 ans	50 ans et plus	CSP+	CSP-	Tous les jours ou presque	Plusieurs fois par semaine	Environ une fois par semaine	Une à trois fois par mois
Penser ou vous préoccuper de la situation de votre proche alors que vous étiez en train de travailler	75%	69%	80%	79%	74%	69%	74%	75%	89%	81%	67%	59%
Répondre à des appels ou des messages, ou effectuer des démarches concernant votre proche pendant votre temps de travail	64%	61%	68%	74%	61%	53%	66%	63%	79%	70%	55%	54%
Avoir des difficultés à vous concentrer sur votre travail parce que votre attention était mobilisée par la situation de votre proche	61%	54%	68%	73%	56%	49%	60%	62%	80%	65%	54%	48%
Interrompre ce que vous étiez en train de faire pour gérer une urgence ou un imprévu concernant votre proche	61%	56%	66%	72%	55%	51%	63%	59%	79%	69%	51%	46%
Rattraper le soir, le week-end ou pendant vos temps de repos du travail que vous n'aviez pas pu effectuer dans la journée	59%	55%	62%	70%	56%	42%	62%	55%	69%	68%	52%	41%
Devoir expliquer ou justifier auprès de votre manager une absence, un retard ou une indisponibilité liée à votre rôle d'aidant	51%	46%	56%	65%	46%	37%	54%	50%	68%	57%	46%	35%

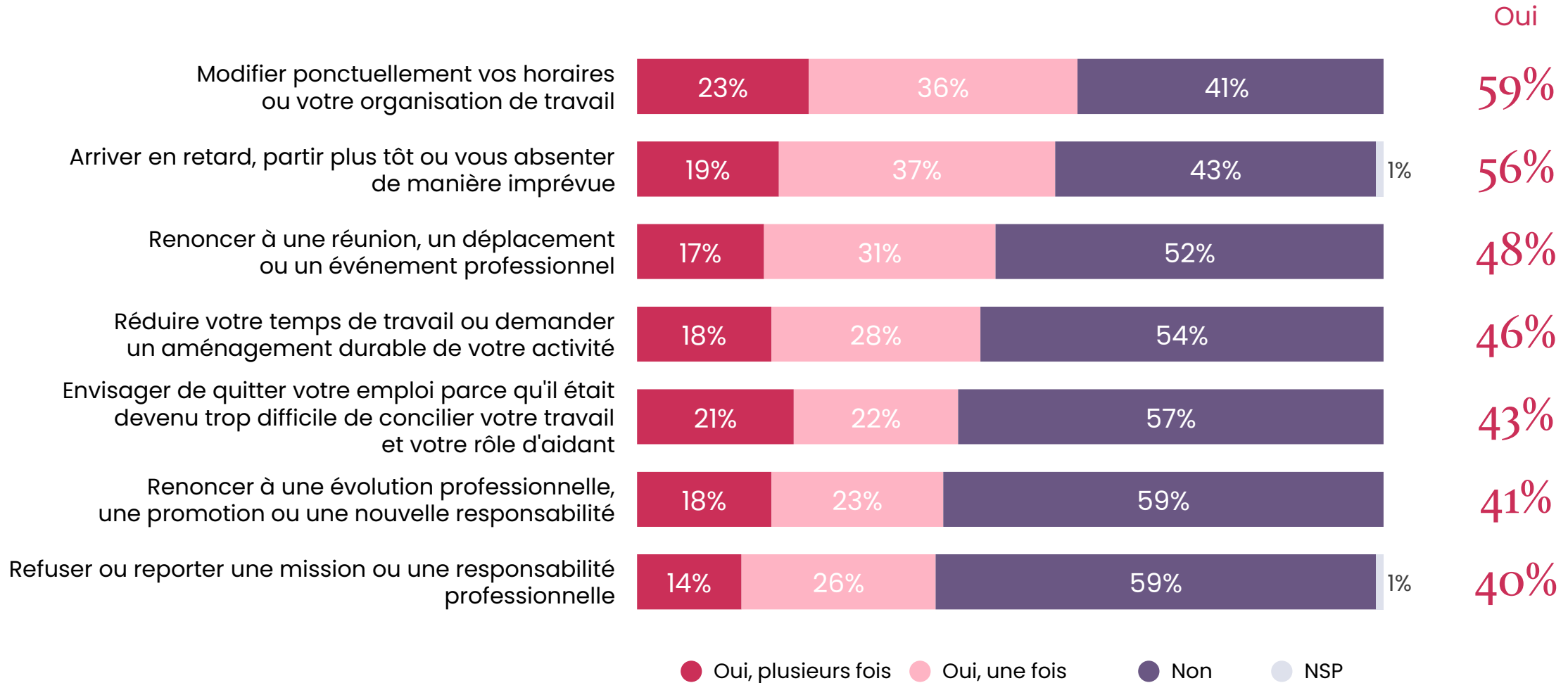


L'impact du rôle de proche aidant *sur la vie professionnelle*



548
aidant(e)s

Q. Toujours au cours des derniers mois, vous est-il arrivé, en raison de votre rôle auprès de votre proche, de...





L'impact du rôle de proche aidant *sur la vie professionnelle*



548
aidant(e)s

Q. Toujours au cours des derniers mois, vous est-il arrivé, en raison de votre rôle auprès de votre proche, de...

	% Oui	SEXE		AGE			STATUT		FRÉQUENCE DE L'AIDE APPORTÉE			
		Homme	Femme	Moins de 35 ans	35-49 ans	50 ans et plus	CSP+	CSP-	Tous les jours ou presque	Plusieurs fois par semaine	Environ une fois par semaine	Une à trois fois par mois
Modifier ponctuellement vos horaires ou votre organisation de travail	59%	57%	62%	67%	58%	46%	62%	55%	69%	64%	55%	45%
Arriver en retard, partir plus tôt ou vous absenter de manière imprévue	56%	56%	57%	66%	54%	44%	59%	54%	56%	63%	52%	52%
Renoncer à une réunion, un déplacement ou un événement professionnel	48%	47%	48%	64%	43%	26%	52%	44%	61%	51%	44%	34%
Réduire votre temps de travail ou demander un aménagement durable de votre activité	46%	44%	47%	58%	43%	27%	49%	42%	55%	55%	39%	30%
Envisager de quitter votre emploi parce qu'il était devenu trop difficile de concilier votre travail et votre rôle d'aidant	43%	43%	42%	58%	38%	22%	44%	42%	49%	46%	40%	34%
Renoncer à une évolution professionnelle, une promotion ou une nouvelle responsabilité	41%	39%	43%	53%	41%	21%	43%	39%	53%	42%	40%	29%
Refuser ou reporter une mission ou une responsabilité professionnelle	40%	37%	44%	54%	39%	20%	41%	40%	46%	46%	39%	27%

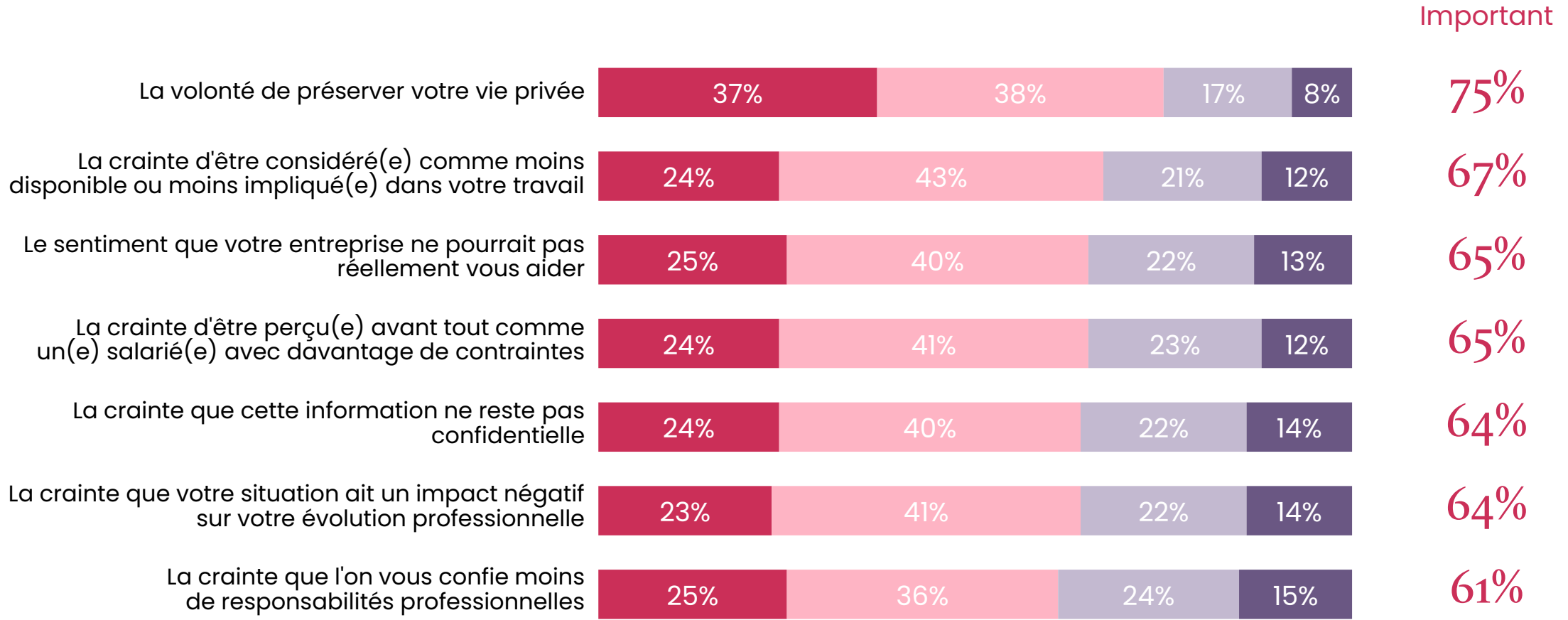


Les principaux freins du rôle d'aidant au sein de l'entreprise



548
aidant(e)s

Q. Lorsque vous envisagez de parler de votre situation d'aidant dans votre entreprise, dans quelle mesure chacun des éléments suivants peut-il constituer un frein pour vous ?



● Très important ● Assez important ● Peu important ● Pas du tout important



Les principaux freins du rôle d'aidant au sein de l'entreprise



548
aidant(e)s

Q. Lorsque vous envisagez de parler de votre situation d'aidant dans votre entreprise, dans quelle mesure chacun des éléments suivants peut-il constituer un frein pour vous ?

	% Important	SEXE		AGE			STATUT		FRÉQUENCE DE L'AIDE APPORTÉE			
		Homme	Femme	Moins de 35 ans	35-49 ans	50 ans et plus	CSP+	CSP-	Tous les jours ou presque	Plusieurs fois par semaine	Environ une fois par semaine	Une à trois fois par mois
La volonté de préserver votre vie privée	75%	71%	77%	77%	70%	76%	73%	75%	81%	76%	72%	69%
La crainte d'être considéré(e) comme moins disponible ou moins impliqué(e) dans votre travail	67%	62%	70%	72%	65%	60%	66%	67%	71%	65%	67%	64%
Le sentiment que votre entreprise ne pourrait pas réellement vous aider	65%	63%	66%	67%	63%	63%	66%	64%	73%	68%	61%	57%
La crainte d'être perçu(e) avant tout comme un(e) salarié(e) avec davantage de contraintes	65%	61%	68%	72%	64%	53%	64%	66%	69%	66%	61%	63%
La crainte que cette information ne reste pas confidentielle	64%	58%	69%	71%	63%	55%	64%	65%	75%	61%	60%	63%
La crainte que votre situation ait un impact négatif sur votre évolution professionnelle	64%	61%	68%	77%	60%	50%	65%	64%	76%	65%	62%	56%
La crainte que l'on vous confie moins de responsabilités professionnelles	61%	54%	66%	69%	60%	46%	64%	58%	68%	62%	59%	52%



1

L'impact du rôle d'aidant
sur la vie personnelle et
les besoins exprimés



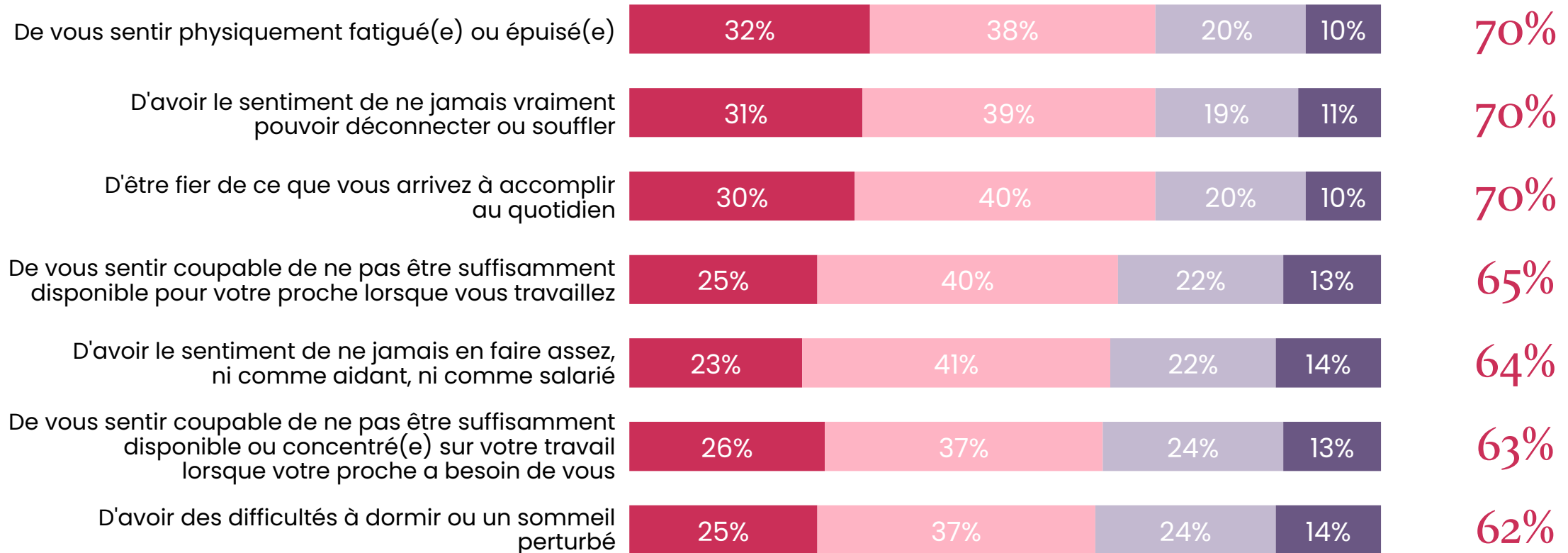
L'impact du rôle d'aidant *sur la vie personnelle*



548
aidant(e)s

Q. Sur un plan plus personnel et émotionnel, en raison de votre rôle d'aidant, vous arrive-t-il ...?

Au moins
de temps en temps



● Souvent ● De temps en temps ● Rarement ● Jamais



L'impact du rôle d'aidant *sur la vie personnelle*



548
aidant(e)s

Q. Sur un plan plus personnel et émotionnel, en raison de votre rôle d'aidant, vous arrive-t-il ...?

	% Au moins de temps en temps	SEXE		AGE			STATUT		FRÉQUENCE DE L'AIDE APPORTÉE			
		Homme	Femme	Moins de 35 ans	35-49 ans	50 ans et plus	CSP+	CSP-	Tous les jours ou presque	Plusieurs fois par semaine	Environ une fois par semaine	Une à trois fois par mois
De vous sentir physiquement fatigué(e) ou épuisé(e)	70%	62%	78%	73%	67%	72%	68%	73%	81%	77%	61%	65%
D'avoir le sentiment de ne jamais vraiment pouvoir déconnecter ou souffler	70%	64%	77%	72%	70%	70%	71%	70%	84%	79%	61%	57%
D'être fier de ce que vous arrivez à accomplir au quotidien	70%	67%	73%	70%	68%	72%	70%	70%	75%	71%	68%	66%
De vous sentir coupable de ne pas être suffisamment disponible pour votre proche lorsque vous travaillez	65%	59%	70%	70%	61%	61%	68%	62%	80%	68%	57%	55%
D'avoir le sentiment de ne jamais en faire assez, ni comme aidant, ni comme salarié	64%	57%	69%	68%	62%	58%	64%	64%	73%	70%	57%	55%
De vous sentir coupable de ne pas être suffisamment disponible ou concentré(e) sur votre travail lorsque votre proche a besoin de vous	63%	56%	68%	71%	65%	45%	64%	61%	76%	66%	57%	52%
D'avoir des difficultés à dormir ou un sommeil perturbé	62%	54%	70%	65%	58%	64%	65%	60%	71%	72%	49%	58%



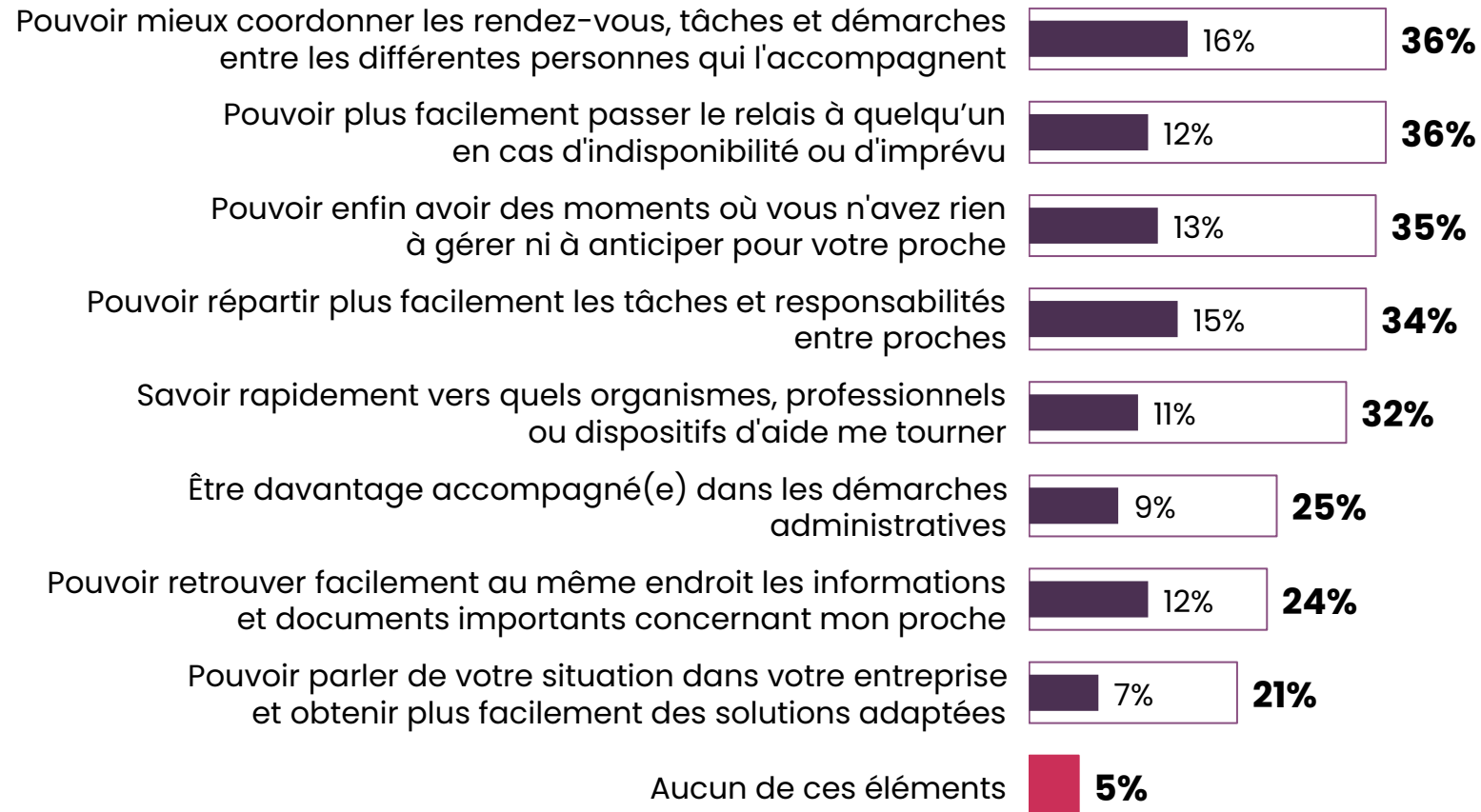
Les aides possibles pour alléger le quotidien des aidants



548
aidant(e)s

Q. Parmi les éléments suivants, lesquels pourraient aujourd'hui le plus vous aider à alléger votre quotidien d'aidant ?

Plusieurs réponses possibles – Total supérieur à 100%



● En premier

○ Au total

Les aides possibles pour alléger le quotidien des aidants



548
aidant(e)s

Q. Parmi les éléments suivants, lesquels pourraient aujourd'hui le plus vous aider à alléger votre quotidien d'aidant ?

Plusieurs réponses possibles – Total supérieur à 100%

	% Au total	SEXE		AGE			STATUT		FRÉQUENCE DE L'AIDE APPORTÉE			
		Homme	Femme	Moins de 35 ans	35-49 ans	50 ans et plus	CSP+	CSP-	Tous les jours ou presque	Plusieurs fois par semaine	Environ une fois par semaine	Une à trois fois par mois
Pouvoir mieux coordonner les rendez-vous, tâches et démarches entre les différentes personnes qui l'accompagnent	36%	33%	38%	46%	29%	26%	38%	33%	40%	33%	40%	31%
Pouvoir plus facilement passer le relais à quelqu'un en cas d'indisponibilité ou d'imprévu	36%	35%	37%	29%	38%	45%	39%	33%	38%	37%	39%	26%
Pouvoir enfin avoir des moments où vous n'avez rien à gérer ni à anticiper pour votre proche	35%	36%	33%	34%	33%	38%	35%	34%	30%	41%	33%	31%
Pouvoir répartir plus facilement les tâches et responsabilités entre proches	34%	36%	33%	37%	37%	26%	35%	33%	28%	38%	34%	36%
Savoir rapidement vers quels organismes, professionnels ou dispositifs d'aide me tourner	32%	33%	31%	30%	31%	36%	30%	34%	34%	37%	29%	25%
Être davantage accompagné(e) dans les démarches administratives	25%	25%	25%	25%	21%	30%	25%	26%	27%	24%	26%	23%
Pouvoir retrouver facilement au même endroit les informations et documents importants concernant mon proche	24%	24%	23%	29%	20%	20%	24%	23%	31%	22%	20%	24%
Pouvoir parler de votre situation dans votre entreprise et obtenir plus facilement des solutions adaptées	21%	20%	22%	23%	24%	12%	21%	21%	18%	21%	21%	24%
Aucun de ces éléments	5%	6%	4%	3%	5%	10%	5%	6%	2%	4%	6%	9%

opinionway'

PARIS • BORDEAUX • VARSOVIE • CASABLANCA • ABIDJAN

Fondé en 2000 sur cette idée radicalement innovante pour l'époque, OpinionWay a été précurseur dans le renouvellement des pratiques de la profession des études marketing et d'opinion.

Forte d'une croissance continue depuis sa création, l'entreprise n'a eu de cesse de s'ouvrir vers de nouveaux horizons pour mieux adresser toutes les problématiques marketing et sociétales, en intégrant à ses méthodologies le Social Média Intelligence, l'exploitation de la smart data, les dynamiques créatives de co-construction, les approches communautaires et le storytelling.

Aujourd'hui OpinionWay poursuit sa dynamique de croissance en s'implantant géographiquement sur des zones à fort potentiel que sont l'Europe de l'Est et l'Afrique.

Enable today, shape tomorrow

C'est la mission qui anime les collaborateurs d'OpinionWay et qui fonde la relation qu'ils tissent avec leurs clients.

Le plaisir ressenti à apporter les réponses aux questions qu'ils se posent, à réduire l'incertitude sur les décisions à prendre, à tracker les insights pertinents et à co-construire les solutions d'avenir, nourrit tous les projets sur lesquels ils interviennent.

Cet enthousiasme associé à un véritable goût pour l'innovation et la transmission expliquent que nos clients expriment une haute satisfaction après chaque collaboration – 8,9/10, et un fort taux de recommandation – 3,88/4.

Le plaisir, l'engagement et la stimulation intellectuelle sont les trois mantras de nos interventions.

Restons *connectés* !



Recevez chaque semaine nos derniers résultats d'études dans votre boîte mail en vous abonnant à notre newsletter !

Je m'abonne

Votre contact OpinionWay

Guillaume Inigo

Directeur Conseil
Pôle opinion

Tel: 01 81 81 83 00
ginigo@opinion-way.com

esomar

Corporate 2026

