

VIEILLIR SOUS PRESSION

...

MYTHE OU RÉALITÉ ?

**Les Laboratoires Expanscience mènent l'enquête
avec leur Observatoire « Âge & Société »**

Une grande étude BVA Xsight qui révèle le regard acerbe que la société pose sur l'âge
et décrypte les injonctions entendues par 76 % des Français de plus de 45 ans.

SOMMAIRE

P.3 Édito de Florence Pin, Directrice « Bien Vieillir » Laboratoires Expanscience, en charge de l'Observatoire « Âge & Société »

P.4 « Quand la société française nous fait vieillir avant l'âge »

P.5 « Prendre de l'âge, quand les injonctions sociétales alimentent la crainte de vieillir et fragilisent le bien-être »

P.6 « L'âge, un complexe qui impacte différemment les femmes et les hommes »

P.7 « Se libérer des injonctions, une envie forte des plus de 45 ans, mais la réalité est tout autre... »

P.8 Méthodologie et contacts presse

ÉDITO DE FLORENCE PIN

Directrice « Bien Vieillir » Laboratoires Expanscience, en charge de l'Observatoire « Âge & Société »

L'Observatoire « Âge & Société » que nous avons mené avec BVA Xsight pose un regard objectif et critique sur une société du jugement qui frise l'intransigeance en pointant du doigt le fait de vieillir. Une société qui nous impose une pression qui peut être néfaste pour notre bien-être, nous privant de notre liberté de bien vivre notre âge, à notre rythme et en toute décontraction.

Entreprise à mission, les Laboratoires Expanscience œuvrent chaque jour pour aider chacun à se sentir bien dans sa tête et dans son corps, à tous les âges de la vie, de l'enfance à la séniorité. C'est notre mission depuis plus de 70 ans. Une mission que nous souhaitons voir incarnée dans cet Observatoire consacré à la perception de l'âge dans la société et à son impact sur nos vies quotidiennes.



Au-delà d'une simple étude, nous l'avons conçu comme un outil sociétal qui donne la parole aux Français pour décrypter les pressions qu'ils subissent tout au long de leur vie face au temps qui passe et au fait de prendre de l'âge, phénomène le plus naturel du monde, qui nous concerne tous.

Lever les tabous en valorisant une approche globale et positive de l'âge pour affirmer haut et fort qu'il n'existe pas une seule manière de « bien vieillir », c'est l'ambition de notre Observatoire « Âge & Société » mené en France pour sa première édition, avant d'être déployé à l'international dès 2026.

« LEVER LES TABOUS EN VALORISANT UNE APPROCHE GLOBALE ET POSITIVE DE L'ÂGE POUR AFFIRMER HAUT ET FORT QU'IL N'EXISTE PAS UNE SEULE MANIÈRE DE "BIEN VIEILLIR", C'EST L'AMBITION DE NOTRE OBSERVATOIRE "ÂGE & SOCIÉTÉ". »

QUAND LA SOCIÉTÉ FRANÇAISE NOUS FAIT VIEILLIR AVANT L'ÂGE

« On ne porte plus de baskets à ton âge », « Ce n'est plus de ton âge de sortir danser toute la nuit ! », « Les cheveux blancs, l'angoisse des femmes de plus de 40 ans », « Changer de voie professionnelle à 50 ans, un virage à risque », « Est-il vraiment possible de perdre du poids passé 45 ans ? »...

Quotidiennement et à tous les âges de la vie, les Français, et en particulier les femmes, font face à des injonctions sur ce qu'ils ou elles devraient (ou ne devraient pas) faire pour « bien vieillir ».

Qu'ils aient 45 ans ou 75 ans, tous les pans de leur vie quotidienne sont passés au crible et soumis à des pressions pesantes, aussi bien physiques que psychologiques, qui les empêchent de se recentrer sur leur bien-être et de s'épanouir.



Subies par une grande majorité de quadras (51 % des plus de 45 ans), ces réflexions, parfois maladroitement, mais souvent blessantes, les poussent à arrêter de porter certains vêtements, à abandonner certains sports ou activités, à ne plus faire de nouvelles rencontres, à ne plus employer certaines expressions, à ne plus faire la fête... Bref, à ne plus vivre comme ils en ont envie pour 52 % d'entre eux. Or, ne dit-on pas que la liberté de chacun s'arrête là où commence celle des autres ?

51 %

des plus de 45 ans sont passés au crible et soumis à des pressions pesantes, aussi bien physiques que psychologiques, qui les empêchent de se recentrer sur leur bien-être et de s'épanouir.

« PRENDRE DE L'ÂGE, QUAND LES INJONCTIONS SOCIÉTALES ALIMENTENT LA CRAINTE DE VIEILLIR ET FRAGILISENT LE BIEN-ÊTRE »



69%

des Français estiment qu'il existe des normes liées à l'âge dans la société

53%

déclarent en avoir déjà ressenti le poids

70%

de ceux qui ressentent ces normes ont peur de vieillir

6/10

Français estiment qu'avancer en âge est mal vu, mal perçu et traité de façon négative par la société

60%

d'entre eux ont peur de prendre de l'âge. C'est pire chez les très jeunes, puisque, triste constat, **64% des 18/24 ans** appréhendent déjà le fait de vieillir...

Au cœur des craintes, les **changements physiques pour 83%**

des Français et la dégradation des conditions de vie

Des pressions qui plombent le moral, impactent le quotidien et accélèrent fortement le sentiment de vieillissement

« L'ÂGE, UN COMPLEXE QUI IMPACTE DIFFÉREMMENT LES FEMMES ET LES HOMMES »



L'anxiété face au vieillissement est genrée. Elle est ressentie par

66%
DES FEMMES

VS

54%
DES HOMMES

Renforcée par une pression constante de la société, cette inquiétude ne quitte jamais vraiment les femmes et les préoccupe dès le plus jeune âge



Une angoisse familière des injonctions sociétales de genre qui pèse notamment sur les femmes et leur image. Les changements physiques sont une crainte presque 2x plus élevée chez les femmes à partir de 35 ans que chez les hommes du même âge

41% des femmes à partir de 35 ans craignent les changements physiques liés à l'âge

27% des hommes à partir de 35 ans craignent les changements physiques liés à l'âge

68% des femmes déclarent que le reflet dans le miroir est le premier signe de l'âge (apparition des premières rides, premiers cheveux blancs, prise de poids...)

49% des hommes ont cité l'apparence comme premier signe de l'âge

« SE LIBÉRER DES INJONCTIONS, UNE ENVIE FORTE DES PLUS DE 45 ANS, MAIS LA RÉALITÉ EST TOUT AUTRE... »



si **66%** des 45/55 ans déclarent vouloir faire fi des injonctions et vivre comme ils l'entendent à partir de cet âge...

→ **74%** pour les femmes

... la réalité est tout autre. Un déséquilibre existe entre envie et ressenti face à des injonctions qui ne disparaissent jamais totalement et poussent **52% des plus de 45 ans** à renoncer à quelque chose dans leur quotidien

23%

tiraillés entre le fait de suivre ou non **ce qui est attendu par la société**, ne s'imaginent pas parvenir à s'en libérer un jour

- Parce qu'il est temps d'en finir avec la pression de la société
- Parce qu'il n'existe pas une seule manière de « bien vieillir »
- Parce que l'âge ne doit plus être un frein limitant au bien-être et à la vie quotidienne
- Parce qu'il est socialement utile de faire évoluer les regards sur l'âge et d'apporter une vision inclusive du bien-être avec l'âge
- Parce qu'ils sont une entreprise à mission, **les Laboratoires Expanscience veulent redonner à chacun la liberté de vivre son âge comme il l'entend** pour s'épanouir tout au long de la vie

MÉTHODOLOGIE ET CONTACTS PRESSE

MÉTHODOLOGIE

L'Observatoire « Âge & Société » des Laboratoires Expanscience/ BVA Xsight combine des méthodes qualitatives et quantitatives. Les recherches ont donc commencé par une phase exploratoire d'ethnographie digitale avant de passer à l'étude quantitative.

Pour cette dernière, 2 000 Français, âgés de 18 ans et plus, ont été interrogés pour former un échantillon représentatif de la population, selon les critères suivants : sexe, âge, profession de l'individu et de la personne référente du ménage, région et catégorie d'agglomération. Étude menée en ligne, sur panel, du 20 au 30 septembre 2024. Pour télécharger l'intégralité des résultats, c'est [ici](#).

À PROPOS DE L'OBSERVATOIRE « ÂGE & SOCIÉTÉ »

Nous avons décidé de lancer l'Observatoire « Âge & Société » parce que nous sommes une entreprise à mission, engagée pour la sensibilisation au bien-être de tous et à tout âge. Cet Observatoire est destiné à décrypter les injonctions liées à l'âge pour que chacun

en accueille les premiers signes comme il l'entend et à son rythme, libéré de toute pression sociale. La première édition 2025 est réalisée en France, les suivantes seront déployées à l'international dès 2026.

À PROPOS DES LABORATOIRES EXPANSCIENCE

On ne se donne pas à fond sans une bonne raison... Les Laboratoires Expanscience sont une société à mission dont la raison d'être est d'aider chacun à façonner son bien-être, de l'enfance à la séniorité. C'est ce qui nous fait avancer, chercher, innover depuis plus de 70 ans. Indépendants dans l'âme, nous sommes une entreprise française, 100 % familiale, avec des produits présents dans plus de 100 pays et des marques comme Mustela, Babo Botanicals, Piasclédine 300 et Iana. Pour nous, c'est clair : le bien-être des femmes et des hommes est indissociable de la santé de la planète et se trouve entre nos mains, à tous.

Notre impact positif sur la société et l'environnement est reconnu par la certification B Corp, et à travers notre programme de RSE « impACT », nous nous engageons à devenir une entreprise à impact positif et à visée régénératrice.

CONTACTS PRESSE

Agence Angie

Pour en savoir plus sur l'Observatoire « Âge & Société » Expanscience et recevoir le rapport BVA Xsight, contactez

Julie Guédon :

06 48 73 20 78

Charlotte Rabilloud :

06 62 03 28 34

Mail : observatoire-expanscience@angie.fr