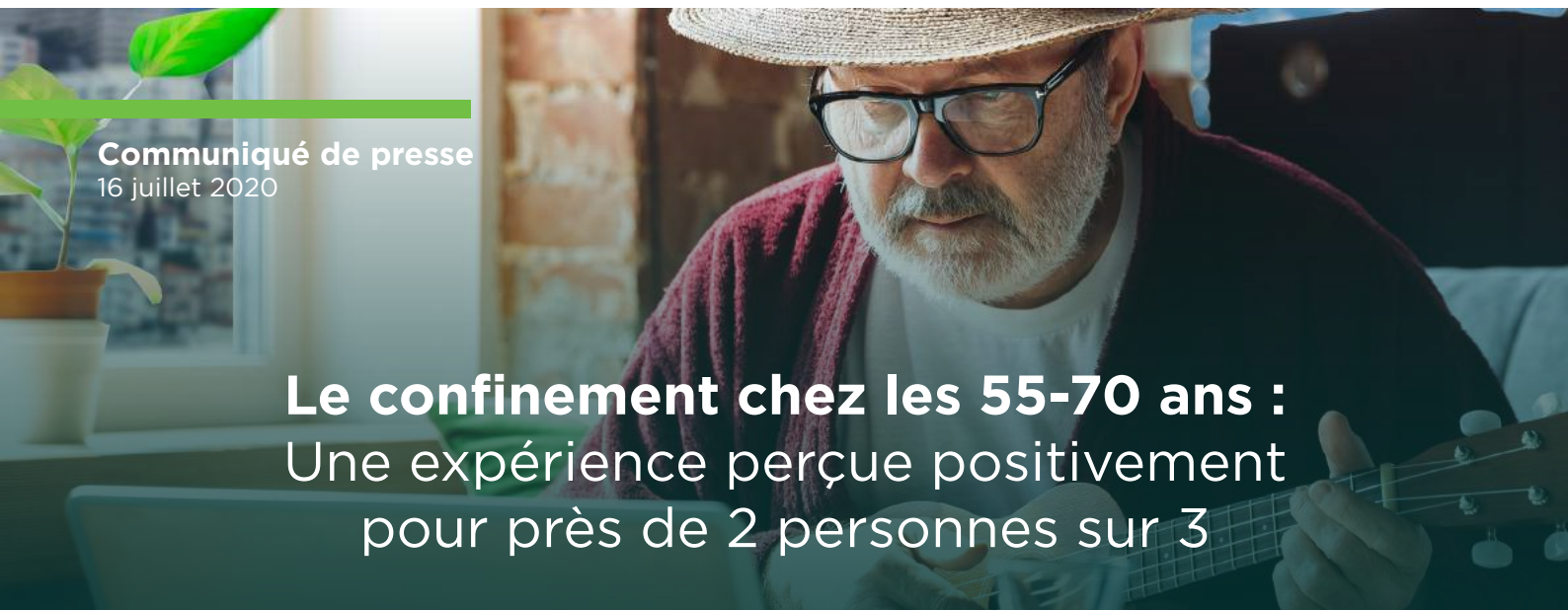
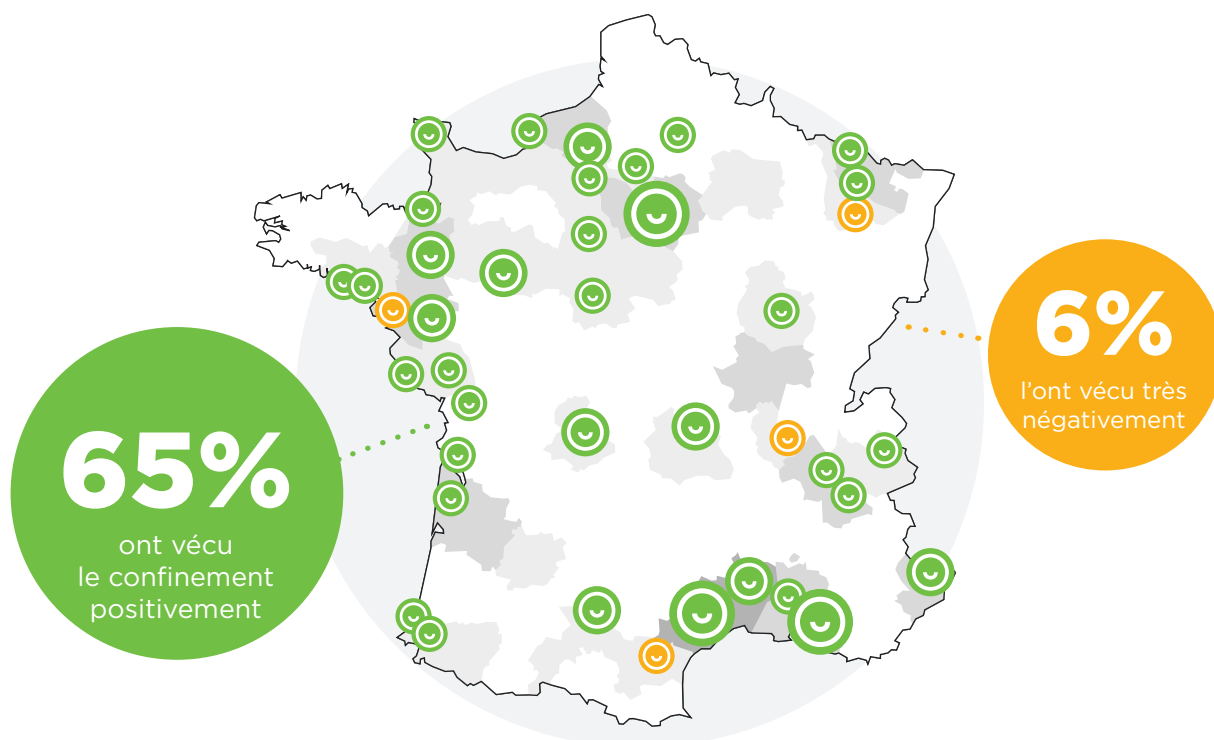


Communiqué de presse
16 juillet 2020



Le confinement chez les 55-70 ans :
Une expérience perçue positivement
pour près de 2 personnes sur 3

Enquête APEF lancée auprès de 1500 clients*



À la sortie du confinement, APEF, entreprise spécialiste du service à la personne, a interrogé ses clients de 55 ans et plus sur leur vécu de cette période inédite. Si près de **65%** des personnes interrogées l'ont perçue **“plutôt” ou “très” positivement**, ils ne sont que **6%** à l'avoir vécue **“très négativement”**. Retour sur deux mois qui ont marqué la vie de tous.

ENQUÊTE APEF : CONTEXTE

Entre les petits enfants et les aînés dont il faut parfois s'occuper, en plus d'avoir à gérer ses propres activités, le quotidien des jeunes retraités est parfois bien chargé.

Ces derniers mois, comme celui de tous les Français, il a été particulièrement bousculé. A-t-il été vécu comme un temps suspendu, une parenthèse sans conséquence importante ou au contraire un bouleversement majeur ?

APEF, expert de cette génération, a mené une enquête auprès de ses clients pour identifier si et comment le confinement a changé - ou pas - leur vie.

Les réponses ont été analysées par **Véronique Cayado, docteur en psychologie spécialiste du vieillissement et des populations seniors.**



RÉSULTATS :

UN RESSENTI POSITIF DU CONFINEMENT

L'enquête portait sur 2 axes de questionnement :

LE VÉCU DU CONFINEMENT DE LA PART DES 55 ANS ET PLUS



L'IMPACT PERÇU DE CELUI-CI SUR LEURS VIE ET PROJETS



Concernant leur vécu du confinement, globalement cette expérience n'a pas été perçue comme négative : près de **2 répondants sur 3 ont même un ressenti positif.**



Et malgré le caractère particulièrement anxiogène de cette période (univers langagier d'état de guerre, énumération quotidienne du nombre de décès...), **43,4% des répondants n'ont pas vécu le confinement avec stress et anxiété.**



En fait, on trouve une proportion équivalente de personnes qui non seulement ne l'ont pas vécu de manière anxiogène, mais qui l'ont même vécu comme **un temps pour soi/pour se ressourcer (44,9%),**



et qui en ont profité pour **réaliser des activités/des projets qui leur ont fait du bien (41,4%)**. Ils n'ont donc pas été passifs mais se sont saisis finalement de cette expérience pour réaliser des choses positives pour eux. Parmi les activités les plus citées, se trouvent la lecture, le jardinage, le sport/la marche et les activités de tri et rangement.



Autre résultat intéressant, qui va un peu à contre-courant de ce à quoi on pouvait s'attendre en termes de sentiment de solitude ou d'isolement : **85% des répondants ont déclaré s'être sentis "autant" ou "plus" entourés et soutenus que d'habitude.**

RÉSULTATS :

UN IMPACT RELATIF SUR LA VIE DES SENIORS INTERROGÉS

57%

ne perçoivent pas de changement dans leurs habitudes quotidiennes

63,7%

ne perçoivent pas de changement dans leur tissu de relations et le soutien perçu



60,8%

ne perçoivent pas de changement dans leur manière d'appréhender la vie et ses priorités

“

Néanmoins, ce n'est pas une tendance de fond que l'on observe là, mais davantage le profil-type d'une petite majorité d'individus.

Ils ne sont d'ailleurs que **53%** à déclarer avoir **vécu le confinement comme une parenthèse sans conséquence majeure sur leur vie.**

”

La seconde tendance qui se dégage dans une proportion légèrement inférieure est celle d'une expérience transitionnelle.

Le vécu du confinement a changé quelque chose :

43%
dans leurs
habitudes
quotidiennes



39,3%
dans leur manière
d'appréhender la vie et
ses priorités

Tout d'abord, la prudence est désormais de rigueur dans un quotidien marqué par moins de sorties, de vie sociale, d'activités physiques et culturelles. Par moins de tout finalement et de liberté également.

Si ces premiers éléments de discours évoquent un impact plutôt négatif du confinement et plus globalement de la crise sanitaire de la Covid-19, d'autres tout autant significatifs mettent en exergue le caractère également résilient de cette expérience. Nombreux sont ceux en effet qui ont su également en tirer des enseignements positifs dans leur rapport au monde et à eux-mêmes.

“Profiter du moment présent”, “se recentrer sur l'essentiel”, “être à l'écoute de soi” sont ainsi des éléments de discours que l'on retrouve dans plus de la moitié des verbatims.

AUTRES ÉLÉMENTS À RETENIR

L'analyse qualitative menée sur les verbatims a permis d'identifier deux registres de pensées différents dans la manière de percevoir l'impact de cette expérience collective et individuelle tout à fait inédite :

La prudence face au virus ne se situe pas seulement dans les habitudes quotidiennes, elle semble avoir imprégné plus profondément les individus marqués par cette expérience du confinement, dans leur manière d'appréhender la vie et ses priorités (e.g. "prudence en consommation et en planification professionnelle").



Le second registre, évoqué à la fois pour parler de l'impact dans le quotidien et dans son rapport presque philosophique à la vie, est le registre du **carpe diem** et du **retour à l'essentiel**. Ce registre fait écho d'une certaine manière aux propos qui ont pu être tenus sur le monde d'après et les attentes de changements qui y étaient associées.

Alors que le premier registre serait plus de l'ordre adaptatif, le second met davantage en exergue les capacités individuelles de résilience, ou tout au moins la posture transformatrice de "coping" que l'on retrouve à plusieurs égards dans cette enquête.

On notera, enfin, peu d'impact dans le rapport aux autres (entre 6 et 6,5% des verbatims), ce qui est concordant avec le fait que **63,7 % des personnes interrogées n'ont pas perçu de différence par rapport à d'habitude dans le fait de se sentir plus ou moins soutenues et entourées.**

En s'intéressant à leur vécu de la période de confinement, l'enquête menée par APEF permet de toujours mieux comprendre les attentes et les aspirations de ses clients afin de saisir d'éventuels changements et de s'y adapter.

À propos

Créé en 1992 à Castelnau-le-Lez, près de Montpellier, le réseau d'agences de services à la personne **APEF** est né d'un constat : celui de la difficulté rencontrée par des particuliers, tant administrative qu'humaine, pour employer une aide à domicile.

Le réseau s'est progressivement développé pour se fortifier fin 2006 en ouvrant son réseau à la franchise. **APEF** dispose aujourd'hui de plus de 80 agences réparties sur toute la France.

Avec plus de 25 ans d'expérience et une qualité de prestations reconnue par près de 30 000 clients, **APEF** continue de mettre la satisfaction de ses bénéficiaires mais aussi de ses salariés et franchisés au centre de ses préoccupations.

L'enseigne est engagée depuis 2004 dans une démarche qualité (NF Service) pour l'ensemble de ses agences. En 2016, **APEF** devient une marque du groupe OUI CARE, leader national sur le marché des services à la personne.



Retrouvez l'APEF sur www.apef.fr



■ **Communiqué de presse**

16 juillet 2020

■ **Contact Presse :**

Marina Rezé / 07 63 75 10 59 / marina.reze@ouicare.com
Sandra Tricot / 06 65 85 85 65 / stricot@kbzcorporate.com
Laurence Martin / 06 47 69 85 99 / lmartin@kbzcorporate.com