

Communiqué de presse
Paris, le 9 septembre 2024

Le vélo, les séniors l'adorent !

5 millions de séniors pratiquent le vélo au moins une fois par semaine, soit près d'1 sénior sur 3

Dans le cadre de la **Semaine européenne de la mobilité**, le **Forum Vies Mobiles**, think tank expert de la mobilité, présente les résultats de son **enquête nationale sur la pratique actuelle et potentielle du vélo chez les 60-80 ans**, menée avec l'institut BVA.

Qui sont ces séniors qui font du vélo ? Où vont-ils ? Pourquoi font-ils du vélo ?

En France, la population est de plus en plus âgée et cette tendance va perdurer encore plusieurs décennies. L'INSEE prévoit que les plus de 60 ans représentent 35% de la population française en 2075, contre 28% aujourd'hui. Ce phénomène représente un double défi, sanitaire et climatique, pour notre système de mobilité. Sanitaire car, comme le rappelle régulièrement l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS), vieillir en bonne santé passe par une activité physique régulière. Climatique car il est primordial de développer des alternatives à la voiture accessibles à toute la population pour décarboner la mobilité. Pour apporter des réponses à ce double défi, cette nouvelle étude du Forum Vies Mobiles cherche à connaître la pratique actuelle et potentielle du vélo par les Français nés entre 1943 et 1963 et donc aujourd'hui âgés entre 60 et 80 ans. Une cible particulière puisque ce sont les principaux témoins et acteurs de l'avènement du système voiture : on comptait une voiture pour 20 habitants en 1943, on en compte aujourd'hui plus d'une pour 2 habitants.

5 millions de séniors pratiquent le vélo au moins une fois par semaine soit près d'1 sénior sur 3 (28%)

En moyenne, 1 cycliste sénior sur 2 (53%) fait du vélo **autant pour ses déplacements utilitaires que pour le plaisir**

9 séniors sur 10 estiment que les pouvoirs publics devraient investir davantage pour favoriser son usage (88%)

1^{er} frein perçu à la pratique du vélo : l'insécurité liée à la cohabitation avec le trafic automobile

Principaux résultats :

Le cyclisme est une pratique plus répandue qu'on ne le pense chez les 60-80 ans :

- Près d'un sénior sur trois (28%) – soit près de 5 millions de personnes – enfourche un vélo au moins une fois par semaine.

Cette génération, qui a grandi avec la voiture, n'a pas oublié le plaisir du vélo :

- Plaisir, liberté, nature... dans l'imaginaire des séniors, le vélo est spontanément associé à des notions très positives, qu'ils soient cyclistes ou non : pour près de 9 séniors sur 10 (88%), ce mode de déplacement va être amené à se développer dans le futur et les pouvoirs publics devraient investir davantage pour favoriser son usage (88%).

La pratique cycliste n'est pas l'apanage des urbains, le vélo étant pratiqué aussi fréquemment dans le rural qu'en centre-ville, mais pas pour les mêmes raisons.

- En moyenne à l'échelle nationale, 1 cycliste sénior sur 2 (53%) fait du vélo autant pour ses déplacements utilitaires que pour le plaisir (32% pour le plaisir et le sport, 15% de manière purement utilitaire).
- En milieu rural, la pratique pour le plaisir domine largement : 41% des répondants n'utilisent le vélo que de cette manière, contre 9% pour la pratique purement utilitaire.
- En centre-ville, les pratiques sont plus diverses : 26% pour les déplacements utilitaires uniquement et 21% pour le plaisir uniquement.
- En périphérie des villes, on observe une pratique intermédiaire entre les territoires urbains et ruraux : 28% des répondants utilisent uniquement le vélo pour les loisirs, tandis que 13% ne l'utilisent que pour les déplacements utilitaires.

Le tournant de la soixantaine marque un changement dans les habitudes de déplacement qui est plutôt favorable à la pratique régulière du vélo.

- À 60 ans, 41% des cyclistes augmentent leur pratique du vélo, quand seulement 28 % la diminuent, et 30 % maintiennent la même fréquence.
- En revanche, personne ou presque ne se met au vélo après 60 ans s'il n'en faisait pas déjà avant.

Pour les cyclistes séniors comme pour les non cyclistes, l'insécurité liée à la cohabitation avec le trafic automobile est le premier obstacle perçu à une pratique plus intense ou pour se mettre au vélo.

- Les séniors cyclistes déclarent se sentir le plus en sécurité lorsqu'ils sont sur une voie séparée du trafic automobile : 80% en moyenne.
- À l'inverse, c'est lorsqu'ils sont sur une voie avec beaucoup de trafic automobile qu'ils sont les moins nombreux à se sentir en sécurité : 4%.
- Chez les non cyclistes, le manque de sécurité et notamment la peur des accidents, arrive en tête des freins à la pratique du vélo : 79%.

Des leviers pour permettre aux séniors de pratiquer davantage le vélo

- **Verbatim de Sylvie Landriève, directrice du Forum Vies Mobiles :** « Partant du constat que les séniors aiment le vélo et qu'il est positif pour l'environnement comme pour leur santé de pratiquer une activité physique régulière, *cette étude permet de formuler quelques pistes pour donner les moyens aux séniors de faire plus de vélo. Il s'agit d'abord de sécuriser la pratique des cyclistes en prenant de la place à la voiture et en développant des itinéraires dédiés aux vélos, ensuite d'assurer un apprentissage pour tous avant 60 ans car après c'est trop tard, et enfin, de mieux faire connaître et tester les vélos électriques et adaptés à cette population qui en ont une image parfois faussée.* »

**Obtenez sur demande tous les résultats de l'étude
et le détail des recommandations dans la synthèse :**

[La pratique du vélo entre 60 et 80 ans : Il est l'or mon sénior](#)

Méthodologie de l'étude :

Cette enquête sur la pratique du vélo des séniors a été menée à l'échelle de la France métropolitaine auprès de 783 Français âgés entre 60 et 80 ans du 6 au 21 novembre 2023, via le panel en ligne de BVA Xsight. Cet échantillon est composé de 536 personnes – représentatives de la population des séniors en France –, auxquels nous avons ajouté un échantillon de 247 cyclistes séniors pour consolider les résultats auprès de cette cible particulière. Cette enquête quantitative s'appuie sur un volet qualitatif mené par le chercheur, docteur en sociologie à l'École polytechnique fédérale de Lausanne, Alexandre Rigal via des entretiens semi-directifs ont été organisés avec 29 individus de soixante ans et plus

(moyenne : 70 ans), dont 24 cyclistes réguliers, au 2e semestre 2022, dans la Métropole de Lyon et ses alentours.

Le Forum Vies Mobiles, think tank français expert de la mobilité, a pour objectif de répondre aux aspirations citoyennes en sortant du système de la mobilité rapide et carbonée. Entre recherches, études et débats citoyens sur les grands enjeux de mobilité, il explore depuis plus de 10 ans une voie originale pour formuler et porter des propositions d'action et ainsi contribuer au tournant écologique et social. Association loi 1901, soutenue par la SNCF, composée d'une dizaine de professionnels radicalement optimistes, son modèle innovant lui confère un rayonnement et une solide légitimité scientifique en France comme à l'international.

forumviesmobiles.org

Contact presse :

Véronique Wasa

06 52 22 69 07

veronique.wasa@becoming-group.com