

Communiqué de presse

Paris, 26 mai 2026

Étude Agrica-Ircem

Aidants en ruralité : des contraintes invisibles, des besoins urgents

Alors qu'un tiers de la population française vit en zone rurale*, une étude inédite menée par le Crédoc pour Agrica et l'Ircem, en collaboration avec la MSA, met en lumière les réalités spécifiques des aidants vivant sur ces territoires. Entre isolement, contraintes de mobilité et impacts sur la vie professionnelle, ces aidants apparaissent particulièrement exposés, nécessitant un accompagnement adapté aux particularités du monde rural.

Basée sur une enquête menée en ligne au 2^e semestre 2025 auprès de 1 900 aidants, dont 900 résidant en milieu rural, et enrichie par des entretiens approfondis, l'étude révèle que les aidants ruraux se distinguent à la fois par leur profil et par les conditions dans lesquelles ils apportent leur aide.

- **Des aidants de proximité, souvent en première ligne**

Selon l'enquête, les aidants ruraux se distinguent de leurs homologues urbains par leur profil socio-démographique. Ils sont plus souvent seniors : 36 % ont 60 ans ou plus, contre 29 % pour les urbains ; ils sont davantage issus des catégories socioprofessionnelles ouvrières (15 % contre 9 %).

Les aidants ruraux apportent plutôt une aide de proximité, un tiers cohabitent avec la personne aidée et 40% résident à moins de 15 min (contre 29 % parmi les aidants urbains). Ils apparaissent également davantage en première ligne : 50 % des aidants ruraux affirment être les seuls à accepter d'apporter leur aide (contre 42 % pour les aidants urbains).

- **La difficulté des mobilités en ruralité, un facteur aggravant majeur**

L'éloignement des services et l'absence de transports structurent fortement le quotidien des aidants ruraux. Les déplacements, plus longs et plus fréquents, génèrent fatigue, coûts financiers et contraintes organisationnelles.

Un aidant rural sur cinq (21%) déclare rencontrer souvent ou parfois des difficultés pour se rendre auprès de la personne aidée. Pour les aidants ruraux intervenant auprès d'un proche lui-même en ruralité, ces difficultés sont plus souvent liées à la fatigue physique engendrée par la fréquence et l'intensité des déplacements (34 %, soit + 9 pts au regard des aidants ruraux qui interviennent en milieu urbain), ou à l'absence de transports en commun (31 %, + 12 pts).

- **Des coûts cachés sur les plans financiers et professionnels**

Pour faire face aux coûts liés à la relation d'aide, les aidants sont parfois contraints de limiter leurs propres dépenses. 24 % des aidants ruraux intervenant auprès d'une personne en ruralité, et contribuant aux dépenses de l'aidant, déclarent avoir dû ajuster de manière significative leurs dépenses quotidiennes. Dans près de la moitié des cas cela se traduit par le renoncement à des vacances, voire dans un cas sur trois des restrictions sur le plan alimentaire ou des dépenses de consommation courante.

La relation d'aide a également de nombreux impacts sur leur activité professionnelle : 28 % ont aménagé leurs horaires, 21 % ont réduit leur temps de travail, 20 % ont pris spécifiquement des congés, 16 % ont été en arrêt maladie, 16 % ont changé d'employeur pour mieux concilier leur vie professionnelle et leur mission d'aidant, 14 % ont cessé leur activité ou anticipé leur départ à la retraite.

▪ Une santé fragilisée et un isolement marqué

Quatre aidants ruraux intervenant en ruralité sur dix jugent leur charge mentale difficile à supporter. Plus d'un sur deux ressent souvent voire très souvent un sentiment d'isolement, et quatre sur dix déclarent avoir réduit voire arrêté les sorties culturelles, ou leurs activités sportives ou de bien-être.

▪ Des besoins urgents de soutien financier et de répit

Pour faciliter les déplacements liés à la relation d'aide, les aidants expriment de fortes attentes en termes d'aides financières (56 %), de développement des services à domicile afin de limiter la fréquence des déplacements (44 %) et développement des transports à la demande (36 %).

L'étude met également en évidence un manque d'information sur les dispositifs existants, contribuant au non-recours aux aides.

▪ Quatre profils d'aidants pour des réponses différenciées

L'étude met en exergue quatre profils d'aidants en ruralité, appelant des réponses adaptées :

- Les aidants du quotidien (24 % des aidants ruraux), surreprésentés parmi les femmes et les retraités, apportent majoritairement une aide journalière. Plus de la moitié réside en continu avec la personne aidée. Particulièrement fragilisés et isolés : 30 % sont seuls à assumer les besoins de la personne aidée. Ils manifestent un fort intérêt pour le répit à domicile.
- Les enfants aidants (29 % des aidants ruraux) : majoritairement âgés de 25 à 59 ans, et en emploi, ils apportent un soutien régulier à leurs parents vieillissants en appui des professionnels ou des autres membres de la famille. Ils témoignent de difficultés importantes liées à la gestion des rendez-vous médicaux et aux temps de trajet, ils expriment de fortes attentes en termes de relayage** et d'accompagnement juridique.
- Les aidants dits « précoces » (18 % des aidants ruraux), souvent des jeunes aidants actifs, 74 % ont moins de 40 ans, sont plus exposés financièrement. Ils présentent un taux d'effort financier deux fois plus élevé que celui des autres aidants ruraux, traduisant une pression économique significative.
- Enfin, les aidants solidaires (29 % des aidants ruraux), se distinguent par un engagement de proximité auprès de voisins âgés. Moins impactés par cette relation d'aide, ils assurent un rôle clé de veille et de réassurance et n'expriment pas de besoins spécifiques.

Cette étude co-financée par Agrica et l'Ircem apporte un éclairage inédit sur les réalités vécues par les aidants ruraux et confirme l'importance d'un accompagnement adapté aux spécificités des territoires agricoles et ruraux.

Pour Agrica, ces résultats constituent un outil concret pour renforcer et orienter ses actions de prévention et d'action sociale au plus près des besoins identifiés : soutien psychologique, solutions de répit, maintien dans l'emploi, accompagnement des aidants actifs ou encore lutte contre l'isolement.

Ils viendront également nourrir les réflexions menées avec les partenaires sociaux, la MSA et l'ensemble des acteurs du monde agricole afin de développer des réponses plus ciblées, plus accessibles et mieux adaptées aux contraintes de mobilité et de proximité propres à la ruralité.

À travers cette étude, Agrica réaffirme sa volonté d'agir concrètement pour le mieux-vivre des aidants et de contribuer à une meilleure reconnaissance de leur rôle essentiel dans les territoires ruraux.

À retrouver ici : [Synthèse de l'étude Agrica-Ircem « Aidants en ruralité : des contraintes invisibles, des besoins urgents »](#)

** La ruralité a été définie à partir de la grille de densité communale de l'INSEE. Elle permet de classer chaque commune comme étant rurale ou urbaine. Sept niveaux de densité sont ainsi définis : le rural à habitat très dispersé, le rural à habitat dispersé, les Bourgs ruraux, les petites villes, les ceintures urbaines, les centres urbains intermédiaires, les grands centres urbains. Dans le cadre de l'étude la ruralité couvre les trois premiers niveaux de la classification.*

***Le relayage est un service temporaire de suppléance de l'aidant familial auprès d'un proche en perte d'autonomie ou en situation de handicap.*

Contacts presse :

Agrica

Claire Cesbron – communication@groupagric.com – 06 61 28 92 36

Msa

Géraldine Vieuille / Elora Bayon - presse@ccmsa.msa.fr

À propos d'Agrica

Groupe paritaire de protection sociale complémentaire dédié au monde agricole et alimentaire, Agrica accompagne les entreprises, les salariés et les retraités du secteur à chaque étape de leur parcours de vie. Complémentaire santé, prévoyance, épargne, retraite complémentaire, prévention, action sociale : le Groupe propose des solutions adaptées aux réalités des branches, des entreprises et des territoires. Paritaire par nature, Agrica agit avec et pour ses clients, dans une logique de proximité, d'engagement et d'accompagnement dans la durée. Aujourd'hui, 1,5 million de cotisants au sein de plus de 196 000 entreprises, ainsi que 700 000 retraités, lui font confiance pour construire une protection sociale durable, responsable et utile au monde agricole et alimentaire.

À propos de la MSA

Avec 32,5 milliards de prestations versées à 5,1 millions de bénéficiaires, la MSA, deuxième régime de protection sociale en France assure la couverture sociale de l'ensemble de la population agricole - exploitants, salariés (d'exploitations, entreprises, coopératives et organismes professionnels agricoles), employeurs de main-d'œuvre - et des ayants droit. Grâce à son organisation en guichet unique, la MSA accompagne ses ressortissants tout au long de leur vie et leur offre une protection sociale globale en versant toutes les prestations auxquelles ils peuvent prétendre en matière de santé, famille, retraite, accident du travail et maladie professionnelle. Particulièrement engagée sur les territoires, la MSA développe de nombreuses actions complémentaires à ses missions de service public, au plus près des populations rurales. Toute l'année, les 12 978 élus-bénévoles et les 15 000 salariés de la MSA contribuent ainsi par leurs efforts au développement de la solidarité, du dynamisme et de l'attractivité des territoires ruraux.