

# La Solitude en France : Une Épidémie Silencieuse

## Le Problème : Un Mal Qui Gagne du Terrain



**17% des Français souffrent de solitude chronique.**

Ce sentiment de ne pas être soutenu peut exister même en étant entouré.

## Les jeunes et les plus démunis sont les plus vulnérables

Une augmentation rapide du sentiment de solitude en France



Il est passé de 25% en 2018 à 31% en 2024, notamment à cause du confinement et du télétravail.

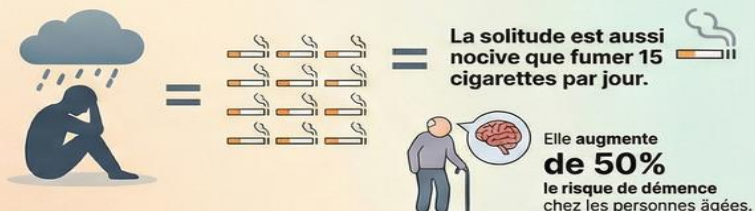
**21%**  
des collégiens se sentent seuls



**30%**  
des personnes à revenus modestes se sentent seuls



## Conséquences & Solutions : Agir pour Retisser les Liens



## Des impacts sévères sur la santé physique et mentale



## Comment s'en sortir ? Cultiver les liens et valoriser l'entraide



NotebookLM

Source : infographie réalisée avec une IA générative Notebook LM à partir de l'émission de radio de France Culture Carnets de santé du 18 octobre 2025 « "La solitude peut équivaloir à fumer 15 cigarettes par jour", Rebecca Shankland.

Lien de la ressource : <https://www.radiofrance.fr/franceculture/podcasts/carnets-de-sante/la-solitude-5059440>

# La Solitude en France : Un Enjeu de Santé Majeur

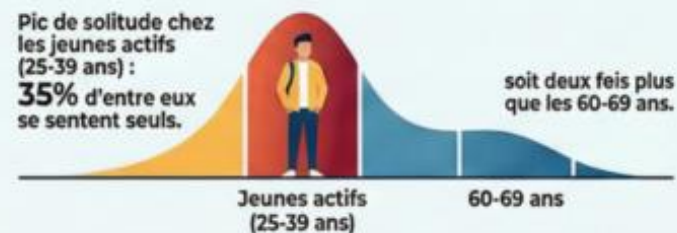


Un phénomène croissant considéré comme une menace sanitaire urgente.

## Un Phénomène de Grande Ampleur



## Qui Sont les Plus Touchés ?



© NotebookLM

Source : infographie réalisée avec une IA générative NotebookLM à partir du rapport de la Fondation de France et d'un article France Info publiés le 22/01/2025.

Liens des ressources : [https://www.fondationdefrance.org/images/pdf/2025-cp/cp\\_fdf\\_solitudes\\_2025.pdf](https://www.fondationdefrance.org/images/pdf/2025-cp/cp_fdf_solitudes_2025.pdf)  
[https://www.franceinfo.fr/societe/une-personne-sur-quatre-se-sent-regulierement-seule-un-enjeu-sanitaire-majeur-selon-un-rapport\\_6999431.html](https://www.franceinfo.fr/societe/une-personne-sur-quatre-se-sent-regulierement-seule-un-enjeu-sanitaire-majeur-selon-un-rapport_6999431.html)