DONNÉES RESALIB

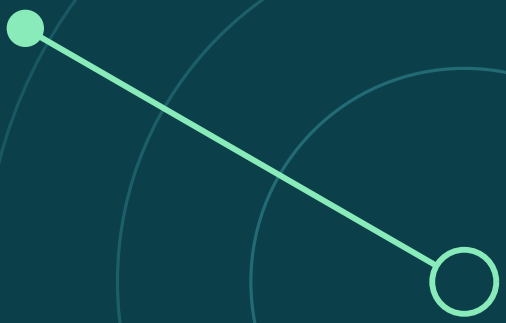
BAROMÈTRE BIEN-ÊTRE RESALIB

# 2024

# Les pratiques de bien-être chez les Français

Comment les Français s'informent sur les pratiques de bien-être, comment ils choisissent leur praticien, et ce qu'ils en attendent.

1 245 répondants | Enquête en ligne | 15 mars – 20 avril 2024



Édition initiale publiée en mai 2024 · Présentation actualisée en 2026

00 LE PRINCIPE DU BAROMÈTRE

# Pourquoi faire ce baromètre du bien-être ?



Le bien-être et les médecines complémentaires occupent une place croissante dans le quotidien des Français. Pourtant, les données fiables sur les pratiques réelles restent rares.

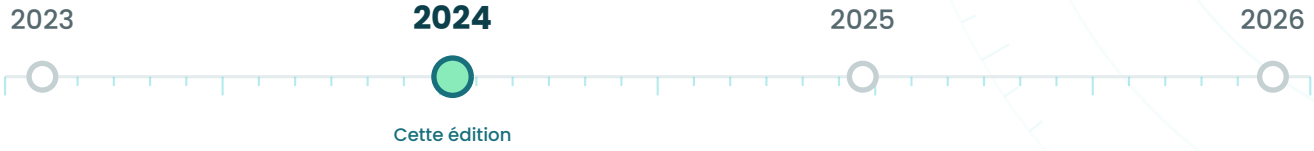
## Pourquoi nous l'avons lancé

Les études sur le sujet sont souvent ponctuelles, anciennes ou centrées sur le ressenti. Lancé en 2023, le baromètre Resalib comble ce manque : un rendez-vous annuel, ouvert au public, pour suivre ce que les Français pensent, consultent et attendent. Cette deuxième édition a été menée au printemps 2024.

## Ce que nous mesurons

- **Les motivations**
  Pourquoi consulter, et comment choisir.
- **Les usages**
  Pratiques consultées, fréquence, budget.
- **Les attentes**
  Information, difficultés, mutuelles.

UN RENDEZ-VOUS ANNUEL DEPUIS 2023




NOTRE CONVICTION

*L'équipe Resalib*

### Des chiffres partagés, c'est un secteur qui se comprend mieux et qui progresse.

Nous publions chaque édition en accès libre, avec sa méthodologie, pour que chacun puisse s'en servir. Avec plus de 80 000 praticiens référencés, nous voulons contribuer, à notre niveau, à faire évoluer le secteur du bien-être en France.

**Ce que ces chiffres sont, et ne sont pas**

Enquête en ligne auprès de personnes proches du bien-être : des indicateurs de tendances, pas une photographie représentative de la population française.

# L'essentiel de l'édition 2024

Deuxième édition du baromètre bien-être Resalib : une enquête en ligne menée au printemps 2024 pour comprendre comment les Français perçoivent les pratiques de bien-être, comment ils choisissent leur praticien et ce qu'ils en attendent.

**1 245**
répondants

**15 mars – 20 avril**
période de collecte

**Enquête en ligne**
formulaire ouvert au public

**96,4 %** ont une image positive des pratiques de bien-être, jugées très bonnes ou plutôt bonnes.

**26,9 %** estiment ne pas être suffisamment informés sur ces pratiques.

**66,6 %** consultent pour leur développement personnel, première motivation citée.

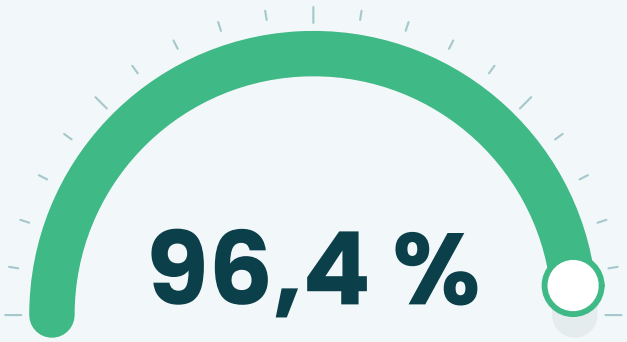
**71,2 %** placent la recommandation en tête des critères pour choisir leur praticien.

**82,8 %** ont déjà consulté un ostéopathe, la pratique la plus consultée.



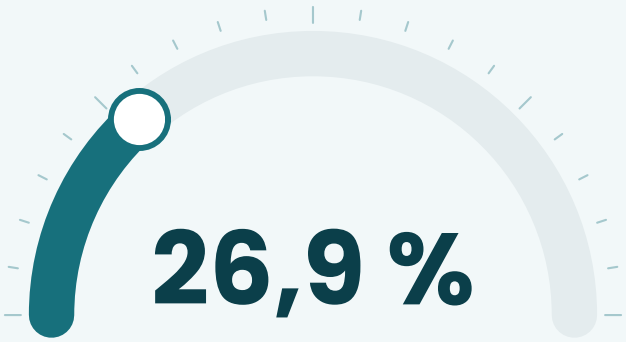
Enquête en ligne, échantillon de répondants volontaires, non représentatif de la population française.

# Une image positive, un besoin d'information




ont une image positive des pratiques de bien-être.

48 % les jugent très bonnes, 48,4 % plutôt bonnes.




ne se sentent pas suffisamment informés sur ces pratiques.

Plus d'un répondant sur quatre.

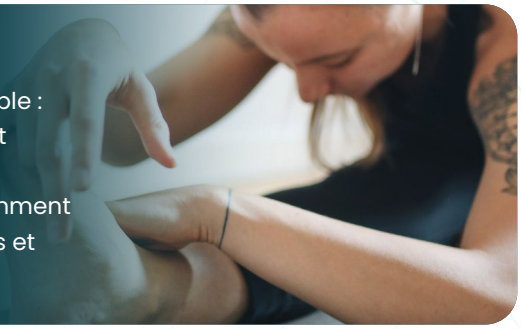
## Niveau d'information déclaré




Base : 1 245 répondants.
Source : Baromètre bien-être Resalib 2024, enquête en ligne du 15 mars au 20 avril 2024 (échantillon non représentatif).

LE REGARD DE RESALIB

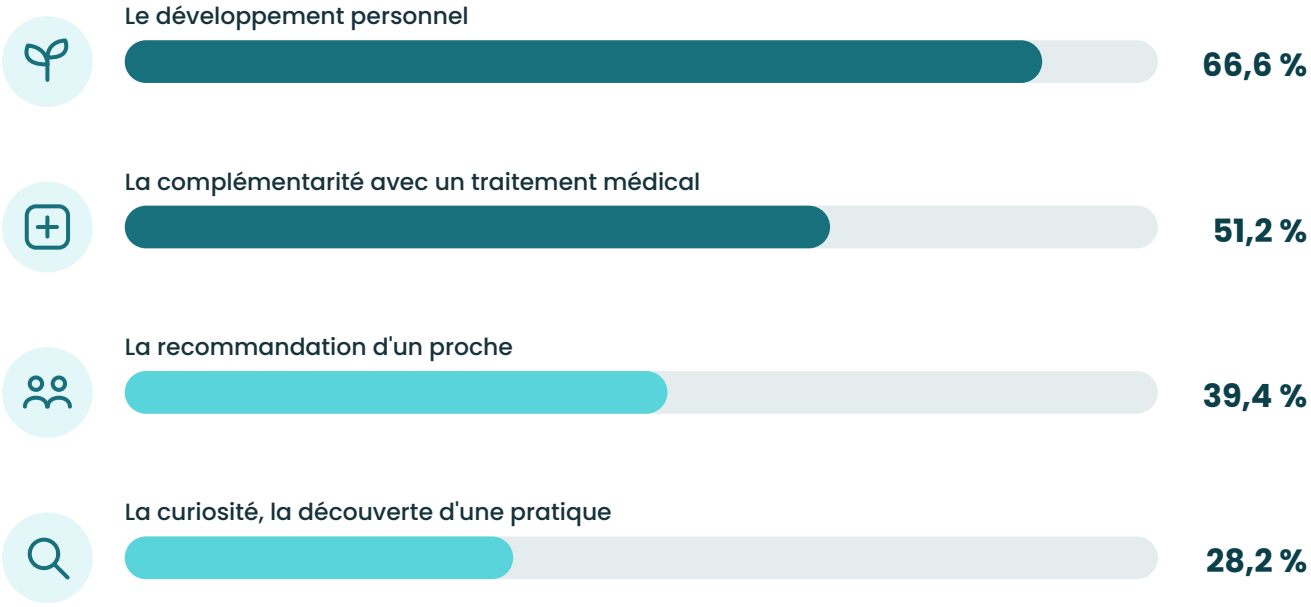
Les pratiques de bien-être bénéficient d'une image très favorable : plus de neuf répondants sur dix les jugent très bonnes ou plutôt bonnes, et seuls 2 % les trouvent plutôt mauvaises. Le sujet est ailleurs : plus d'un répondant sur quatre ne se sent pas suffisamment informé, ce qui laisse une vraie place à des informations claires et accessibles.



03 LES MOTIVATIONS

# Pourquoi consulter un praticien ?

*Plusieurs réponses étaient possibles : le total dépasse donc 100 %.*




Base : 1 245 répondants. Plusieurs réponses possibles.
Source : Baromètre bien-être Resalib 2024, enquête en ligne du 15 mars au 20 avril 2024 (échantillon non représentatif).



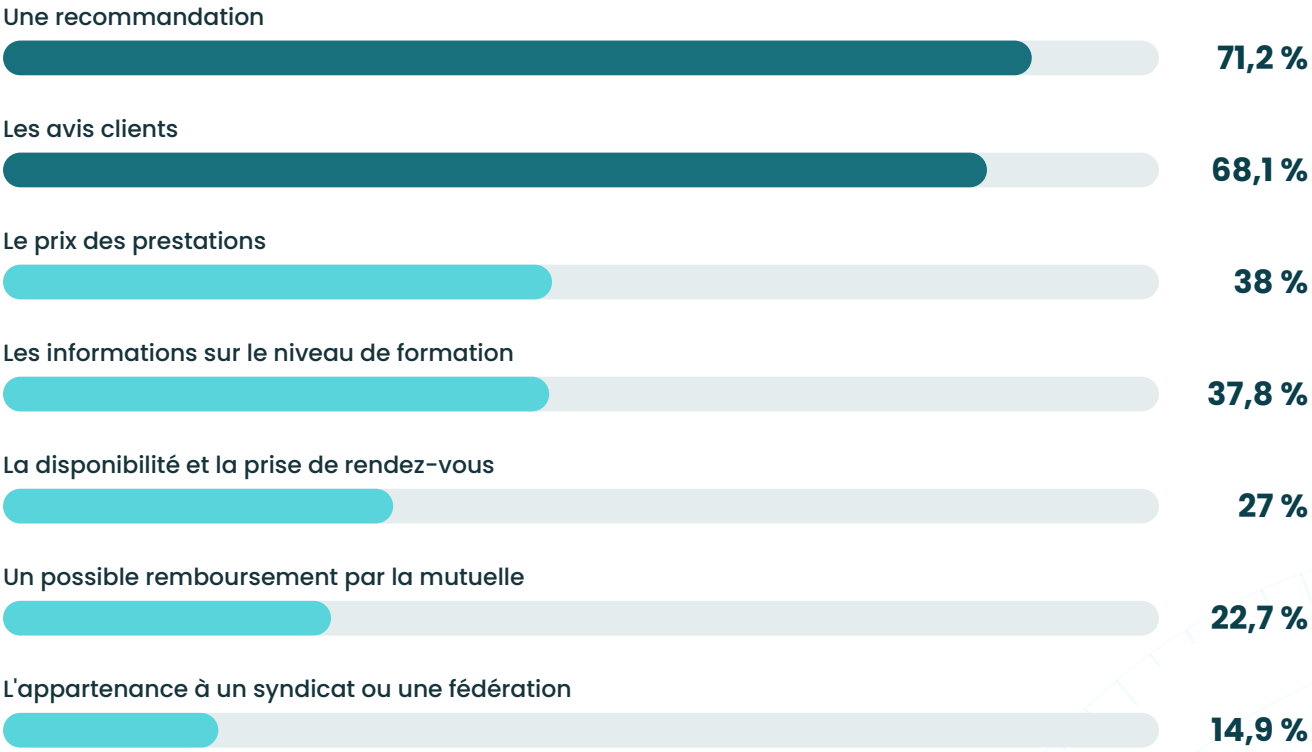

LE REGARD DE RESALIB

Deux répondants sur trois citent le développement personnel, et plus de la moitié consulte en complément d'un traitement médical. La recommandation d'un proche (39,4 %) et la curiosité (28,2 %) complètent le tableau : les pratiques de bien-être relèvent d'abord d'une démarche personnelle, souvent menée en parallèle d'un suivi médical.

# Comment choisit-on son praticien ?

## Les critères les plus importants

Plusieurs réponses possibles




Base : 1 245 répondants. Plusieurs réponses possibles.
Source : Baromètre bien-être Resalib 2024, enquête en ligne du 15 mars au 20 avril 2024 (échantillon non représentatif).



**71,2 %** citent une recommandation parmi leurs critères.

**68,1 %** tiennent compte des avis clients.

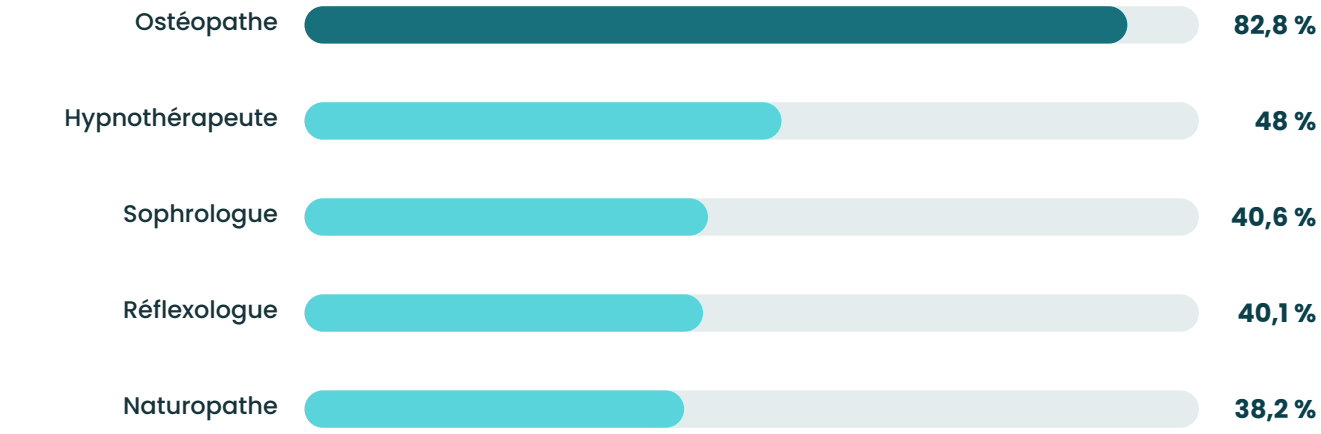
**22,7 %** regardent la possibilité d'un remboursement par leur mutuelle.

LE REGARD DE RESALIB

La confiance passe d'abord par les autres : recommandations (71,2 %) et avis clients (68,1 %) arrivent nettement devant le prix (38 %) et la formation (37,8 %). La facilité de prise de rendez-vous (27 %) et un éventuel remboursement par la mutuelle (22,7 %) comptent pour une partie des répondants.

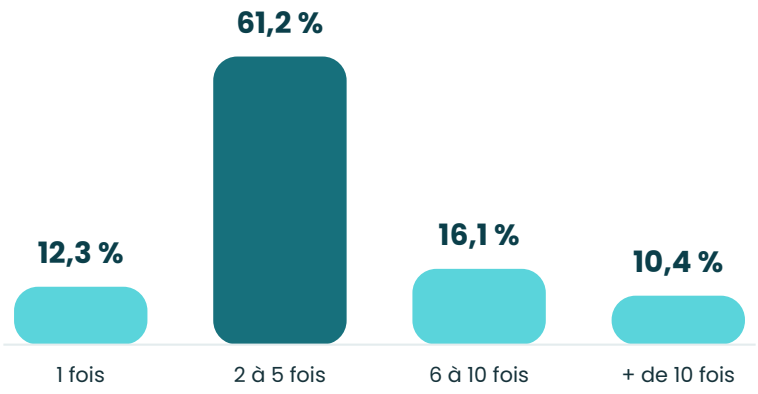
# Les pratiques bien-être les plus consultées

Part des répondants ayant déjà consulté chaque pratique. Plusieurs réponses possibles.




## Combien de fois par an ?

Répartition des répondants





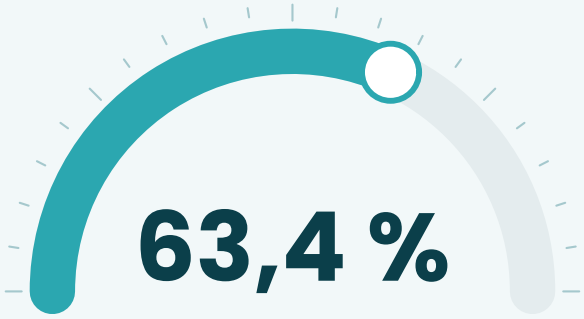

Base : 1 245 répondants.
Source : Baromètre bien-être Resalib 2024, enquête en ligne du 15 mars au 20 avril 2024 (échantillon non représentatif).

LE REGARD DE RESALIB

L'ostéopathie reste la pratique la plus consultée, à 82,8 %, devant l'hypnothérapie (48 %), la sophrologie (40,6 %), la réflexologie (40,1 %) et la naturopathie (38,2 %). Plus de six répondants sur dix consultent entre deux et cinq fois par an. Ces résultats portent sur le panel interrogé, des personnes déjà proches du bien-être.

# Quelles difficultés dans la recherche ?

*Question posée : quelle est la principale difficulté rencontrée dans votre recherche de praticien ?*



**63,4 %**

peinent avant tout à évaluer la qualité des prestations.

La première difficulté, loin devant les autres.

**16,9 %**

manquent d'informations fiables pour les guider.

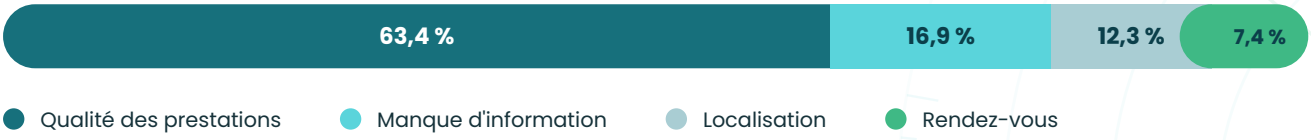
**12,3 %**

ont du mal à trouver un praticien près de chez eux.

**7,4 %**

rencontrent des difficultés pour prendre rendez-vous.

## Répartition des difficultés




Base : 1 245 répondants.
Source : Baromètre bien-être Resalib 2024, enquête en ligne du 15 mars au 20 avril 2024 (échantillon non représentatif).

LE REGARD DE RESALIB

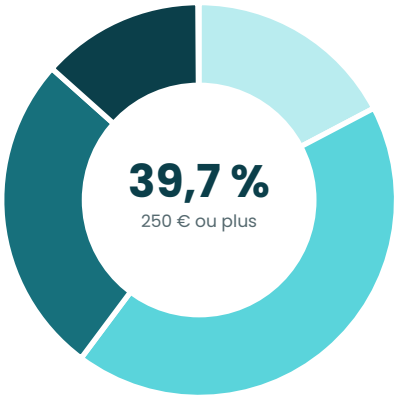
Pour près de deux répondants sur trois, la difficulté est de juger la qualité d'un praticien avant de le consulter. Ce doute explique le poids des recommandations et des avis clients dans le choix, et rappelle le besoin d'informations fiables : 16,9 % des répondants disent en manquer.



# Budget annuel et complémentaires santé

## Budget annuel

Part des répondants par tranche




| | |
|---|---|
| Moins de 100 € | 17,3 % |
| 100 à 250 € | 42,9 % |
| 250 à 500 € | 26,4 % |
| Plus de 500 € | 13,3 % |

## Complémentaires santé

Les plus citées par les répondants

1. AXA
2. Malakoff Humanis
3. SwissLife
4. AG2R La Mondiale
5. Allianz

Aésio et Groupama figurent aussi parmi les choix les plus fréquents.

Base : 1 245 répondants.
Source : Baromètre bien-être Resalib 2024, enquête en ligne du 15 mars au 20 avril 2024 (échantillon non représentatif).

**42,9 %**
dépensent entre 100 et 250 € par an : la tranche la plus citée.

**39,7 %**
consacrent 250 € ou plus par an à leur bien-être.



LE REGARD DE RESALIB

Un budget raisonné : six répondants sur dix dépensent moins de 250 € par an (17,3 % moins de 100 €, 42,9 % entre 100 et 250 €), et près de quatre sur dix y consacrent 250 € ou plus. Le remboursement par la mutuelle est un critère pour 22,7 % des répondants, ce qui place les complémentaires santé dans la réflexion de certains consultants.

08 MÉTHODOLOGIE

# Méthodologie et précautions de lecture

## L'enquête

COLLECTE

Questionnaire en ligne (formulaire Google), ouvert au grand public du 15 mars au 20 avril 2024.

RÉPONDANTS

1 245 personnes.

DIFFUSION

Formulaire diffusé en ligne, notamment via la plateforme Resalib.

## Comment lire les résultats

Le baromètre est un questionnaire **auto-administré**, diffusé auprès de personnes déjà proches du bien-être et des médecines complémentaires. Il ne s'agit pas d'un sondage au sens statistique : l'échantillon n'est **pas représentatif** de la population française.

Les résultats sont des **indicateurs de tendances** au sein d'une population engagée dans ces pratiques.

### Citer ce baromètre

« Baromètre bien-être Resalib 2024, enquête en ligne auprès de 1 245 répondants, 15 mars – 20 avril 2024. Source : Resalib »

https://www.resalib.fr/etude-donnee-resalib/barometre-bien-etre-2024

À PROPOS DE RESALIB

Resalib est le premier réseau de médecines douces en France, avec plus de 80 000 praticiens référencés. Chaque année, le baromètre bien-être recueille l'avis des Français sur leurs pratiques, leurs attentes et leur information. Les autres éditions et études de Resalib sont réunies sur resalib.fr.

Photographies : Pexels.