



En 2070, si les tendances démographiques récentes se prolongeaient, la France compterait 65,9 millions d'habitants, soit 3,2 millions de moins qu'en 2026. La population augmenterait légèrement jusqu'en 2037 pour atteindre 69,8 millions d'habitants. Cette croissance démographique tiendrait exclusivement au solde migratoire, le solde naturel devenant négatif à partir de 2025. À partir de l'année 2037, le solde migratoire ne compenserait plus le déficit naturel et la population commencerait donc à diminuer.

D'ici 2070, le nombre d'habitants de moins de 45 ans baisserait de 8,9 millions, tandis que celui des personnes âgées de 45 à 64 ans serait quasi stable et que celui de 65 ans ou plus augmenterait de 5,8 millions. La hausse du nombre de personnes âgées serait essentiellement portée par celle des 80 ans ou plus (+4,6 millions) ; le nombre de centenaires pourrait être multiplié par 4.

En 2040, il y aurait 49 personnes de 65 ans ou plus pour 100 personnes de 20 à 64 ans, contre 40 en 2026. Entre 2040 et 2070, l'évolution de ce rapport de dépendance démographique est plus incertaine ; selon le scénario central, il s'établirait à 62 pour 100.

Le vieillissement de la population est certain, mais la décreue de la population totale n'est que probable : à horizon 2070, il y aurait entre 61 à 71 millions de personnes en France, selon que l'on abaisse ou élève l'hypothèse de fécondité ou de solde migratoire.

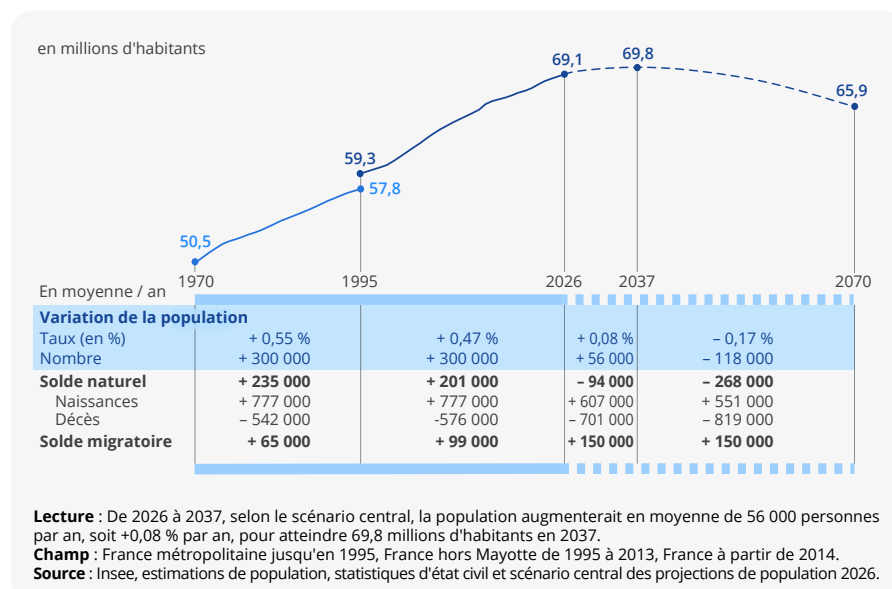
En 2070, si les tendances démographiques récentes se prolongeaient, la France compterait 65,9 millions d'habitants, soit 3,2 millions de moins qu'en 2026

► **figure 1.** Dans ce scénario dit « central » des projections de population, les risques de décès par sexe et âge diminueraient au même rythme que sur la période 2005-2025, hors années 2020-2022 marquées par une surmortalité exceptionnelle due au Covid. L'**indicateur conjoncturel de fécondité** (ICF) poursuivrait sa baisse et se stabiliserait à 1,45 enfant par femme à partir de 2028. Le **solde migratoire**, différence entre le nombre d'entrées sur le territoire et de sorties, serait de +150 000 habitants par an ► **encadré.**

Jusqu'en 2037, la population continuerait d'augmenter pour atteindre 69,8 millions d'habitants. Cela correspondrait à une augmentation de 56 000 personnes en moyenne par an, soit un rythme de +0,08 %, nettement inférieur à celui connu depuis plus de 50 ans (autour de +0,5 % en moyenne par an entre 1970 et 2026).

Cette croissance serait exclusivement portée par un excédent migratoire. En

## ► 1. Population de 1970 à 2070 selon le scénario central



effet, le **solde naturel**, devenu négatif en 2025 [Thélot, 2026], continuerait de diminuer jusqu'en 2070, d'abord et surtout sous l'effet d'une hausse des décès, puis d'une baisse des naissances

► **figure 2.** En un siècle, le solde naturel s'inverserait, passant de +308 000 en 1970 à -343 000 en 2070.

À partir de l'année 2037, le solde migratoire ne compenserait plus le déficit naturel. La population diminuerait alors à un rythme moyen de -118 000 personnes par an (soit -0,17 % par an), pour atteindre 65,9 millions d'habitants en 2070. La France retrouverait ainsi un niveau de population proche de celui de 2014 (66,1 millions).

## En 2070, entre 61 et 71 millions d'habitants selon les hypothèses de fécondité ou de migration

Plusieurs scénarios alternatifs au scénario central de projection sont envisagés : ils correspondent à une modification des hypothèses de fécondité, de mortalité ou de migration qui sont les trois composantes de la variation du nombre d'habitants d'une année sur l'autre ► [sources](#) ► [encadré](#). Ces scénarios permettent à la fois de prendre en compte l'incertitude relative à l'évolution démographique et de mesurer l'impact de ces hypothèses sur l'évolution future de la population.

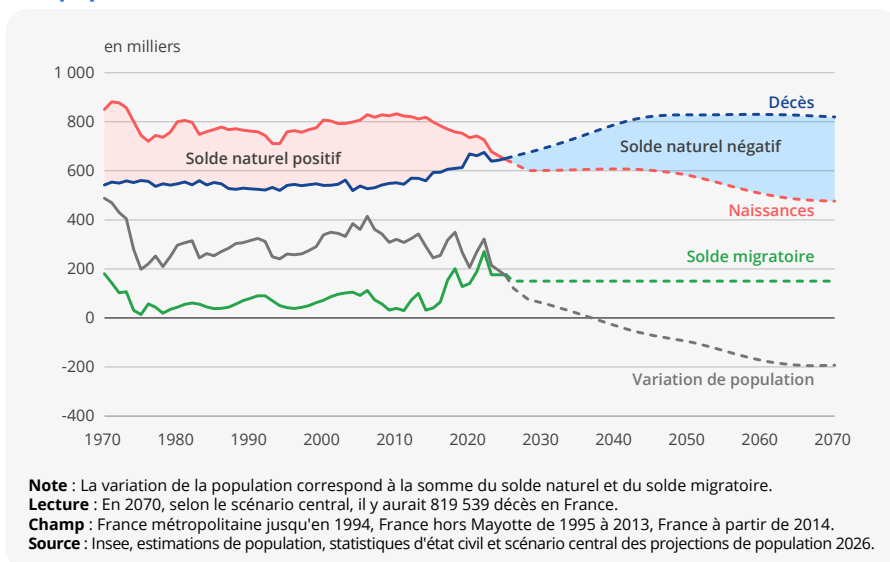
Avec les hypothèses retenues, l'évolution du nombre d'habitants en France d'ici 2070 dépend surtout de la fécondité et du solde migratoire. À hypothèses de mortalité et de migrations fixées à leur valeur centrale et avec une fécondité haute (ICF à 1,70 enfant par femme), la population continuerait à croître jusqu'en 2052 et diminuerait ensuite ; en 2070, la France compterait 70,8 millions d'habitants, soit 4,9 millions de plus que dans le scénario central ► [figure 3](#). À l'inverse, avec une fécondité basse (ICF à 1,20 enfant par femme), la population baisserait dès 2029 et il y aurait 61,3 millions d'habitants en 2070, soit 4,6 millions de moins que dans le scénario central.

Les hypothèses alternatives sur le solde migratoire induisent aussi une forte variation du nombre d'habitants en 2070, avec un impact très proche de celui observé sur la fécondité. La population diminuerait à partir de 2053 avec un solde migratoire haut (+230 000 personnes par an) et dès 2028 avec un solde migratoire bas (+70 000 personnes par an). En 2070, la population varierait de plus ou moins 5,0 millions d'habitants autour du scénario central selon les hypothèses retenues pour le solde migratoire.

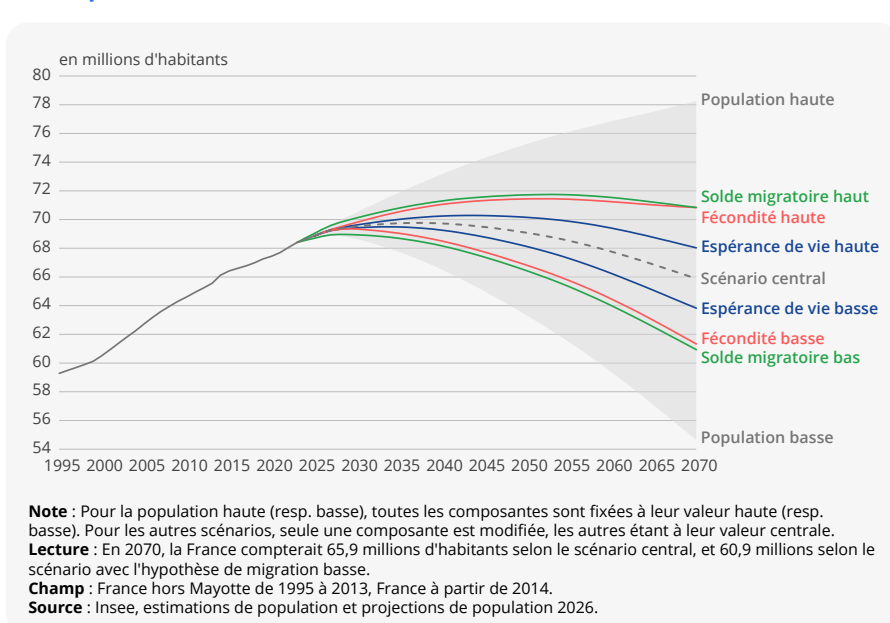
Les hypothèses retenues sur l'[espérance de vie](#) ont quant à elles un impact plus limité sur le niveau de population. Si l'espérance de vie à la naissance était supérieure de trois ans à celle du scénario central en 2070, la population diminuerait à partir de 2043 ; si elle était inférieure de trois ans à celle du scénario central en 2070, elle diminuerait à partir de 2034. En 2070, la population varierait de plus ou moins 2,1 millions d'habitants autour du scénario central selon les hypothèses d'espérance de vie retenues.

Si tous les facteurs défavorables à la croissance de la population se conjuguait (scénario de « population basse »), la population diminuerait dès l'année 2027 et serait de 54,6 millions d'habitants en 2070. Au contraire, si tous les facteurs favorables à la croissance démographique se combinaient (scénario de « population haute »), la population augmenterait sur toute la période et atteindrait 78,3 millions

## ► 2. Naissances, décès, solde naturel, solde migratoire et variation de la population de 1970 à 2070 selon le scénario central



## ► 3. Population de 1995 à 2070 selon différents scénarios



d'habitants en 2070. Ces scénarios « extrêmes » varient ainsi autour du scénario central de respectivement -11,2 millions et +12,4 millions d'habitants en 2070.

### D'ici 2070, -8,9 millions d'habitants de moins de 45 ans

Selon le scénario central, le nombre d'habitants diminuerait de 3,2 millions entre 2026 et 2070, et la structure par âge serait profondément modifiée. Le nombre d'habitants de moins de 45 ans baisserait de 8,9 millions ; il passerait ainsi de 36,3 millions en 2026 à 27,3 millions en 2070 ► [figure 4](#) ► [figure 5](#).

Les personnes de moins de 45 ans en 2070 (nées à partir de 2025) seraient moins nombreuses que celles du même âge en 2026 (nées à partir de 1981), puisque la

fécondité serait inférieure à son niveau passé. Cette baisse concernerait davantage les moins de 20 ans (-4,8 millions) que les personnes âgées de 20 à 44 ans (-4,1 millions). D'une part, le solde migratoire compenserait davantage la baisse des 20-44 ans que celle des plus jeunes. D'autre part, du fait de la baisse de la fécondité lors des dix dernières années et de la faible fécondité projetée dans la continuité, la taille de la population en âge d'avoir des enfants diminuerait de 2040 à 2070 ; cela réduirait encore, à fécondité inchangée, le nombre de bébés naissant à cet horizon [[Tavan, 2026](#)]. Cet effet « boule de neige » transformerait la pyramide des âges en « toupie », avec un rétrécissement particulièrement marqué de la base de la pyramide [[Pison, 2009](#)].

La population âgée de 45 à 64 ans serait quasi stable, avec 17,5 millions de personnes en 2026, comme en 2070 ; les

générations de cet âge en 2070 sont nées moins nombreuses que celles du même âge en 2026 (14,9 millions de personnes nées de 2005 à 2024 contre 16,4 millions de 1961 à 1980 en France métropolitaine), mais cette baisse serait compensée par le solde migratoire.

### D'ici 2070, +5,8 millions d'habitants de 65 ans ou plus

Entre 2026 et 2070, selon le scénario central, le nombre d'habitants de 65 ans ou plus augmenterait de 5,8 millions ; il passerait de 15,3 millions en 2026 à 21,1 millions en 2070. En 2026, 22 % de la population a 65 ans ou plus, soit presque autant que les moins de 20 ans ; en 2070, 32 % de la population aurait 65 ans ou plus, soit le double des moins de 20 ans.

Cet élargissement du sommet de la pyramide des âges s'explique notamment par les progrès passés et à venir de l'espérance de vie, ainsi que, dans une moindre mesure, par le solde migratoire positif. La hausse du nombre de personnes âgées serait essentiellement portée par celle des personnes de 80 ans ou plus, dont le nombre augmenterait de 4,6 millions, contre 1,2 million pour les personnes âgées de 65 à 79 ans ; il y aurait ainsi près de 9 millions de personnes de 80 ans ou plus en 2070, contre 4,3 millions en 2026. La hausse notable des personnes âgées de 80 ans ou plus s'explique aussi par le fait que ces générations sont peu nombreuses en 2026, car elles sont nées avant le baby-boom.

La pyramide des âges deviendrait plus équilibrée entre femmes et hommes, surtout aux âges élevés. Ainsi, la part des hommes parmi les 80 ans ou plus serait de 44 % en 2070, contre 38 % en 2026.

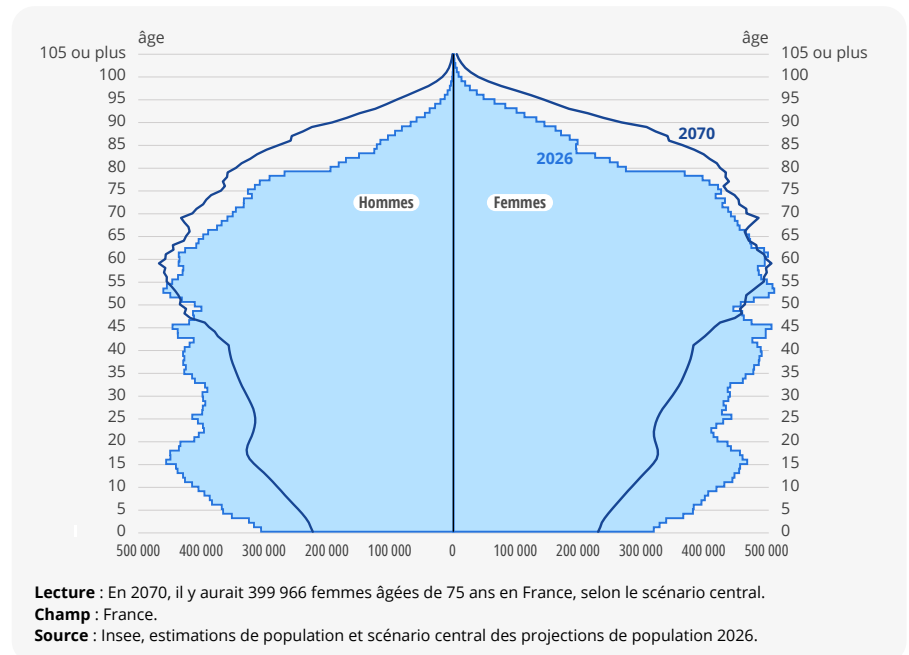
### Quatre fois plus de centenaires en 2070 ?

En 2026, le nombre de centenaires en France est estimé à 37 000. En 2070, selon

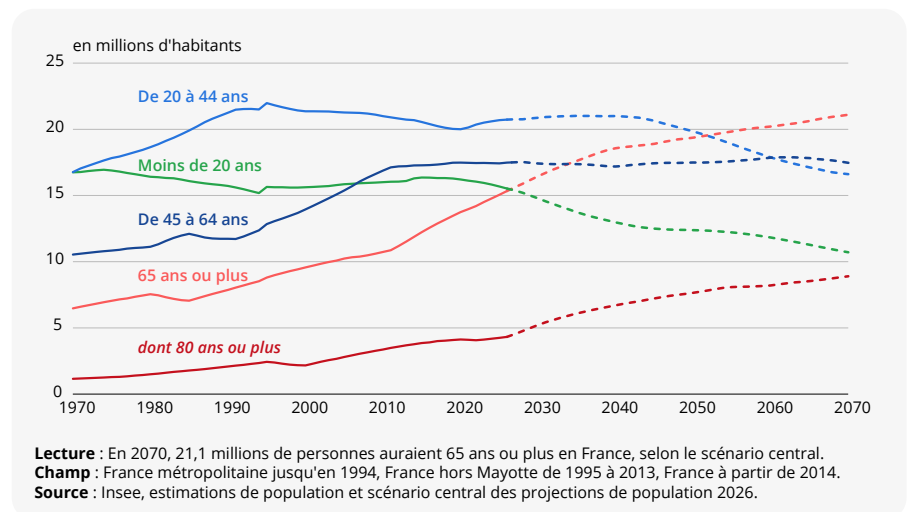
le scénario central, la France pourrait en compter 160 000, soit 4 fois plus. Toutefois, les centenaires ne représenteraient toujours que 0,24 % de la population, contre 0,05 % en 2026. La part des hommes parmi les centenaires doublerait, passant de 15 %

en 2026 à 30 % en 2070. Si la hausse de l'espérance de vie s'avérait plus forte et que le solde migratoire était plus élevé que dans le scénario central, jusqu'à 360 000 centenaires pourraient vivre en France en 2070, contre 90 000 dans le cas contraire.

### ► 4. Pyramide des âges en 2026 et en 2070 selon le scénario central



### ► 5. Population par âge de 1970 à 2070 selon le scénario central



### ► Encadré - Les hypothèses retenues pour les projections de 2026

L'Insee réalise des projections de population tous les 5 ans environ. Comme pour les exercices précédents, les hypothèses de 2026 ont été fixées à partir d'une analyse des évolutions démographiques récentes [Blanpain et al., 2026] et de l'avis de nombreux experts [Tavan, 2026]. Pour cet exercice, dont l'horizon porte jusqu'en 2070, 220 experts ont été consultés et 84 ont répondu.

Selon l'hypothèse centrale de fécondité, l'ICF poursuivrait sa baisse jusqu'à 1,45 enfant par femme en 2028 (il était de 1,56 en 2025), puis se stabiliserait ; les hypothèses basse et haute encadrent cette hypothèse avec un intervalle de  $\pm 0,25$  à compter de 2030. L'âge moyen à la maternité, de 31,2 ans en 2025, continuerait d'augmenter pour atteindre 33,0 ans en 2050.

L'hypothèse centrale d'espérance de vie est obtenue en prolongeant la baisse des risques de décès par sexe et âge au même rythme que durant les 20 dernières années (hors années 2020-2022, marquées par une surmortalité exceptionnelle due au Covid). Cela conduit à une espérance de vie à la naissance en 2070 de 89,5 ans pour les femmes (+3,6 ans par rapport à 2025) et de 86,7 ans pour les hommes (+6,4 ans par rapport à 2025) ; les hypothèses basse et haute d'espérance de vie en 2070 s'écartent de  $\pm 3,0$  ans de cette hypothèse.

Enfin, le solde migratoire est supposé constant à partir de 2026, à +150 000 personnes par an. Compte tenu de la forte incertitude qui existe en la matière, les hypothèses basse et haute sont fixées à  $\pm 80 000$  personnes de l'hypothèse centrale.

L'ensemble des résultats des projections de population est disponible [Insee, 2026]. La méthode détaillée sera publiée dans un document de travail [Blanpain et al., à paraître].

## Le vieillissement de la population se poursuivrait

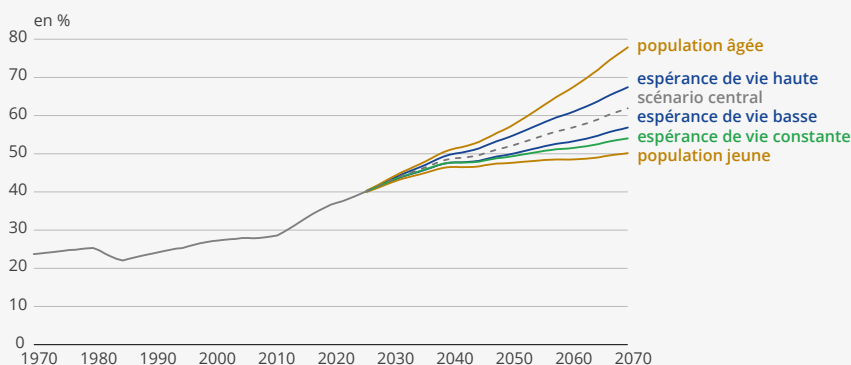
D'ici 2040, la poursuite du vieillissement de la population est inéluctable, et son ampleur connue. En effet, elle dépend surtout du passé, c'est-à-dire de l'augmentation de l'espérance de vie qui s'est déjà produite, ainsi que du passage à 65 ans des générations de la fin du baby-boom (nées de 1961 à 1974), bien plus que de l'augmentation de l'espérance de vie à venir. Selon

le scénario central, le **rapport de dépendance démographique** passerait de 40 personnes de 65 ans ou plus pour 100 personnes de 20 à 64 ans en 2026 à 49 en 2040 ► **figure 6**. Même dans les scénarios de moindre vieillissement, ce rapport augmenterait presque autant d'ici 2040 : il atteindrait 48 dans le scénario où l'espérance de vie resterait identique à son niveau de 2025, ou encore 47 dans le scénario de « population jeune », qui combine de faibles progrès d'espérance de vie avec une fécondité et un solde

migratoire élevés. Dans le scénario inverse de « population âgée », le rapport de dépendance démographique en 2040 serait également proche de celui du scénario central (51).

Entre 2040 et 2070, le rapport de dépendance démographique est plus incertain. Il pourrait rester quasi stable selon le scénario de « population jeune » (50 en 2070), croître à un rythme un peu moins soutenu qu'auparavant selon le scénario central (62) ou à un rythme plus soutenu selon le scénario de « population âgée » (78). ●

### ► 6. Rapport de dépendance démographique de 1970 à 2070 selon différents scénarios



**Note :** Le scénario de population âgée correspond aux hypothèses haute d'espérance de vie, et basses de migration et de fécondité, et inversement pour le scénario de population jeune. Pour les autres scénarios, seule une composante est modifiée, les autres étant à leur valeur centrale.

**Lecture :** En 2070, il y aurait 78 personnes âgées de 65 ans ou plus pour 100 personnes âgées de 20 à 64 ans, selon le scénario de population âgée.

**Champ :** France métropolitaine jusqu'en 1994, France hors Mayotte de 1995 à 2013, France à partir de 2014.

**Source :** Insee, estimations de population et projections de population 2026.

### ► Définitions

L'**indicateur conjoncturel de fécondité** (ICF) correspond au nombre d'enfants qu'aurait une femme tout au long de sa vie si les taux de fécondité observés l'année considérée à chaque âge demeuraient inchangés.

Le **solde migratoire** est la différence entre le nombre de personnes qui sont entrées sur le territoire et le nombre de personnes qui en sont sorties au cours d'une période.

Le **solde naturel** est la différence entre le nombre de naissances et le nombre de décès enregistrés au cours d'une période.

L'**espérance de vie à la naissance** représente la durée de vie moyenne d'une génération fictive qui serait soumise à chaque âge aux conditions de mortalité de l'année considérée.

Le **rapport de dépendance démographique** mesure le nombre de personnes de 65 ans ou plus, majoritairement retraitées, pour 100 personnes de 20 à 64 ans, qui correspondent en grande partie aux actifs.

### ► Sources

Les projections de population consistent à estimer les effectifs de population par sexe et âge au 1<sup>er</sup> janvier de chaque année en France. La méthode utilisée est celle « des composantes » ; elle consiste à projeter séparément les trois composantes de l'évolution de la population : la fécondité, la mortalité et le solde migratoire [Tavan, 2026]. Au 1<sup>er</sup> janvier n+1, le nombre d'habitants est égal à la population au 1<sup>er</sup> janvier de l'année n, à laquelle s'ajoutent le solde naturel et le solde migratoire de l'année n. Les hypothèses pour chacune des composantes sont déterminées à partir des évolutions démographiques récentes et d'une consultation d'experts. Pour tenir compte de l'incertitude, trois valeurs sont retenues pour chaque composante : l'hypothèse « centrale » est loin d'être certaine, mais elle semble la plus probable ; elle est encadrée par des hypothèses basse et haute. Cela constitue un jeu de 27 scénarios ; le scénario central est celui pour lequel les trois composantes sont à leur valeur centrale. Aussi, les projections de population ne sont pas des prévisions : elles offrent un cadre d'analyse cohérent et partagé, permettant d'explorer différents futurs possibles.

Le point de départ des projections de 2026 est la dernière estimation définitive de la population, c'est-à-dire celle au 1<sup>er</sup> janvier 2023. Le scénario central reprend les estimations du bilan démographique du 1<sup>er</sup> janvier 2024 au 1<sup>er</sup> janvier 2026 [Thélot, 2026] ; au-delà, jusqu'au 1<sup>er</sup> janvier 2070, les populations sont projetées.

Nathalie Blanpain, Jeanne Pointet, Hélène Thélot (Insee)



Retrouvez davantage de données associées à cette publication sur [insee.fr](https://www.insee.fr)

### ► Pour en savoir plus

- **Blanpain N., Pointet J., Thélot H.**, « Projections de population 2026 pour la France : méthode et hypothèses », Document de travail, à paraître.
- « [Projections de population 2026 pour la France](#) », Insee Résultats, juin 2026.
- **Insee**, [Les projections de population, de population active et de ménages](#).
- **Insee**, [Pyramides des âges interactives de projections de population 2026 pour la France](#).
- **Blanpain N., Pariset C., Pointet J., Thélot H.**, « [Les projections de population 2026 : Comment les évolutions démographiques récentes peuvent éclairer le choix des hypothèses](#) », avril 2026.
- **Tavan C.**, « [Actualisation des projections de la population en France à l'horizon 2070 : quelles hypothèses retenir ?](#) », le blog de l'Insee, avril 2026.
- **Thélot H.**, « [Bilan démographique 2025 - En 2025, le solde naturel en France est négatif pour la première fois depuis la fin de la Seconde Guerre mondiale](#) », Insee Première n° 2087, janvier 2026.
- **Pison G.**, « [Le vieillissement démographique sera plus rapide au Sud qu'au Nord](#) », Population & Sociétés n° 457, juin 2009.

**Direction générale :**  
88, avenue Verdier  
92541 Montrouge Cedex

**Rédaction en chef :**  
H. Michaudon,  
S. Papon

**Maquette :**  
L. Lamy-Verdier  
A. Bathias

**Code Sage :** IP262108  
ISSN 0997-6252  
© Insee 2026

**Directeur de la publication :**  
Fabrice Lengart

**Rédaction :**  
F. Lucas

[@insee.fr](https://www.insee.fr)  
[@InseeFr](https://www.insee.fr)  
[www.insee.fr](https://www.insee.fr)

Reproduction partielle autorisée sous réserve de la mention de la source et de l'auteur



**Insee**