

# LE TÉLÉTRAVAIL par l'Institut Paris Region

- Une des thématiques du **Baromètre des Franciliens** (4 éditions, 2020-2025)
- Un **Cahier « À distance, la révolution du télétravail »** (Ouvrage collectif IPR/PUF, 2023)
- Des **analyses complémentaires** (Exemple : L'impact local du télétravail en 2024)



## LE TÉLÉTRAVAIL

En 2025, 46 % des actifs franciliens travaillent à distance au moins un jour par semaine. Depuis deux ans, la pratique est stable, mais l'intensité du télétravail faiblit un peu : le nombre moyen de jours télétravaillés par semaine diminue légèrement. Cette inflexion pourrait être le résultat d'une régulation du télétravail dans de grandes entreprises.

La pratique du télétravail s'est développée avec la pandémie puis s'est diffusée. De nos jours, un peu plus d'un tiers des actifs franciliens télétravaillent régulièrement toute l'année, et 11 % télétravaillent jamais - est désormais de 38 %, contre 58 % avant la pandémie. Le télétravail ponctuel, moins de 10 jours par an, ou encore le surtravail à domicile, assimilable à du télétravail sont stables, respectivement 9 % et 7 %. La part des Franciliens qui télétravaillent régulièrement est globalement stable depuis deux ans (46 %).

### NOTE RAPIDE

DE L'INSTITUT PARIS REGION 1920

**ECONOMIE - SOCIÉTÉ**  
LES FRANCILIENS ET LA COVID-19

**LE CONFINEMENT, ACCÉLÉRATEUR DU TÉLÉTRAVAIL ?**

LA MISE EN PLACE D'UN CONFINEMENT GÉNÉRALISÉ DU 17 MARS AU 11 MAI 2020 A BOULEVERSÉ LES MANIÈRES DE TRAVAILLER ET ASSOCIÉES EN COLLABORATION À DIVERSES ÉCHELLES DE MOBILISATION POUR RÉPONDRE AUX BESOINS DE LA SOCIÉTÉ. LES EMPLOYEURS ET LES SALARIÉS SE SONT ADAPTÉS EN RECONSTRUISANT MASSIVEMENT AU TÉLÉTRAVAIL, S'AGIT-IL D'UNE TENDANCE DE FOND OU D'UNE RÉPONSE PASSAGÈRE À L'URGENCE ?

**60%** DES FRANCILIENS TRAVAILLENT À DISTANCE AU MOINS UN JOUR PAR SEMAINE

**39%** DES ACTIFS FRANCILIENS TRAVAILLENT RÉGULIÈREMENT

**73%** DES FRANCILIENS À DISTANCE OBTIENNENT UN TRAVAIL PLUS ÉNERGÉTIQUE ET PLUS PRODUCTIF

**95%** DES FRANCILIENS À DISTANCE OBTIENNENT UN TRAVAIL PLUS ÉNERGÉTIQUE ET PLUS PRODUCTIF

**INSTITUT PARIS REGION**

### NOTE RAPIDE

DE L'INSTITUT PARIS REGION 1920

**SOCIÉTÉ - HABITAT**

**LE TÉLÉTRAVAIL S'INSTALLE DURABLEMENT**

DEPUIS LA CRISE DE LA COVID-19, LE RECOURS AU TÉLÉTRAVAIL A DORMI, LES ENQUÊTES RÉVÈLENT MOINS QU'À GRANDE MAJORITÉ LES FRANCILIENS RECONSTRUISENT LES MANIÈRES DE TRAVAILLER EN REPRENANT LES MANIÈRES ANTIÉPÉMIÉLOGIQUES. MOINS DE MOIS APRÈS LA FIN DE LA CRISE, LE TÉLÉTRAVAIL A DÉJÀ REPRIS UN RÔLE DURABLEMENT. LES FRANCILIENS À DISTANCE OBTIENNENT UN TRAVAIL PLUS ÉNERGÉTIQUE ET PLUS PRODUCTIF.

**42%** DES ACTIFS FRANCILIENS TRAVAILLENT RÉGULIÈREMENT

**83%** DES FRANCILIENS À DISTANCE OBTIENNENT UN TRAVAIL PLUS ÉNERGÉTIQUE ET PLUS PRODUCTIF

**65%** DES FRANCILIENS À DISTANCE OBTIENNENT UN TRAVAIL PLUS ÉNERGÉTIQUE ET PLUS PRODUCTIF

**INSTITUT PARIS REGION**

### NOTE RAPIDE

DE L'INSTITUT PARIS REGION 1920

**SOCIÉTÉ - HABITAT**

**COMMENT LE TÉLÉTRAVAIL BOUSCULE NOS VIES ET ENVIES**

PRÉCISER COMMENT LE TÉLÉTRAVAIL BOUSCULE NOS VIES ET ENVIES. LE TÉLÉTRAVAIL A PERMIS À DE NOMBREUX FRANCILIENS D'ACQUERIR DE NOUVEAUX HABITUDES DE TRAVAIL ET DE VIE. LES FRANCILIENS À DISTANCE OBTIENNENT UN TRAVAIL PLUS ÉNERGÉTIQUE ET PLUS PRODUCTIF.

**42%** DES ACTIFS FRANCILIENS TRAVAILLENT RÉGULIÈREMENT

**83%** DES FRANCILIENS À DISTANCE OBTIENNENT UN TRAVAIL PLUS ÉNERGÉTIQUE ET PLUS PRODUCTIF

**65%** DES FRANCILIENS À DISTANCE OBTIENNENT UN TRAVAIL PLUS ÉNERGÉTIQUE ET PLUS PRODUCTIF

**INSTITUT PARIS REGION**

### NOTE RAPIDE

DE L'INSTITUT PARIS REGION 1920

**ECONOMIE - SOCIÉTÉ - HABITAT**

**LE TÉLÉTRAVAIL APOUSE SA MARQUE SUR LE TERRITOIRE**

TRAVAILLER À DISTANCE EST DEVENUE UNE PRATIQUE COMMUNE, STABILISÉE DEPUIS LA CRISE DE LA COVID-19. LES FRANCILIENS À DISTANCE OBTIENNENT UN TRAVAIL PLUS ÉNERGÉTIQUE ET PLUS PRODUCTIF.

**20%** DES FRANCILIENS À DISTANCE OBTIENNENT UN TRAVAIL PLUS ÉNERGÉTIQUE ET PLUS PRODUCTIF

**Plus de 40%** DES FRANCILIENS À DISTANCE OBTIENNENT UN TRAVAIL PLUS ÉNERGÉTIQUE ET PLUS PRODUCTIF

**INSTITUT PARIS REGION**

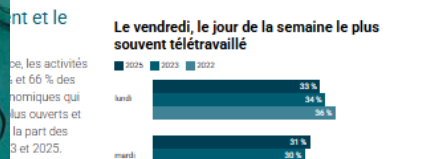
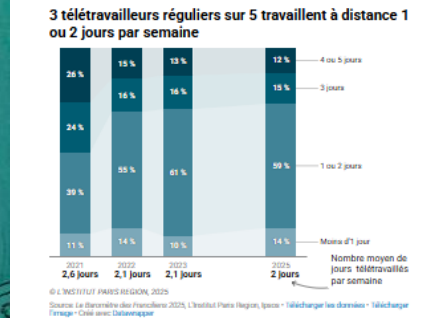
## À DISTANCE

### LA RÉVOLUTION DU TÉLÉTRAVAIL

Sous la direction de Pascale Leroi, Lucile Mettetal et Florian Tedeschi

**LES CAHIERS DE L'INSTITUT PARIS REGION**

er recue. Le nombre moyen de jours, qui s'élevait à 2,6 jours en 2021 puis s'est é 2 jours. En revanche, la part des actifs en 100 % télétravail reste stable (8 %, qui entreprises de plus de 5 000 salariés, la part des actifs télétravaillant est passé de 2,2 à 2 jours par semaine. De leur fait », contre 7 % en 2023. Certains salariés pourraient réduire leur diminuer la facture énergétique ou bénéficier de la climatisation... Le principal quement « la nature de l'activité ». lus par semaine) a significativement diminué, alors que la pratique modérée (1



Colloque du 31 mars 2026, CRIES, Pascale Leroi, Institut Paris Region

# LE BAROMÈTRE DES FRANCILIENS

## Une enquête de l'Institut Paris Region

- 5 éditions depuis 2020
- Un volet barométrique
- + 1 volet thématique
- 3000 répondants
- + 30 entretiens qualitatifs
- Enquête réalisée par Médiamétrie, Ipsos

## Publications :

- En ligne (barométrique)
- Etude (thématique)
- Exploitations complémentaires



## Des questions récurrentes sur :

Le changement climatique, Les déplacements,  
Le télétravail, Le logement, La santé

## Des volets thématiques :

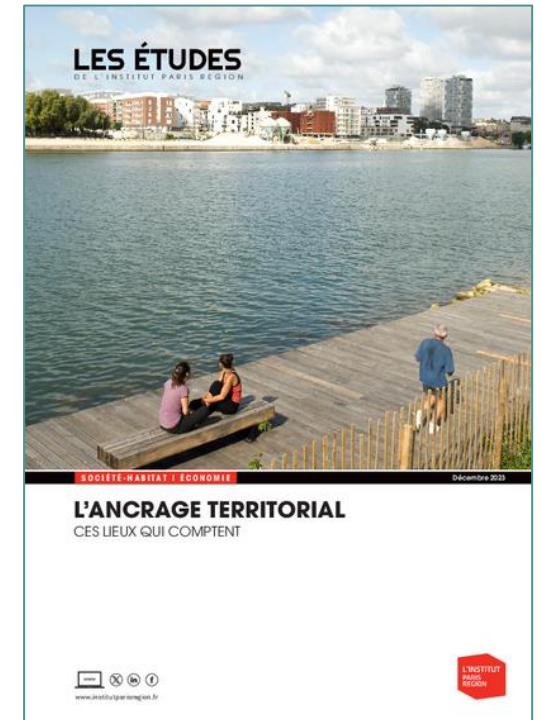
2020 : Le confinement

2021 : le télétravail

2022 : Les jeunes

2023 : L'ancrage territorial

2025 : Le rapport au travail (à paraître juin 2026)

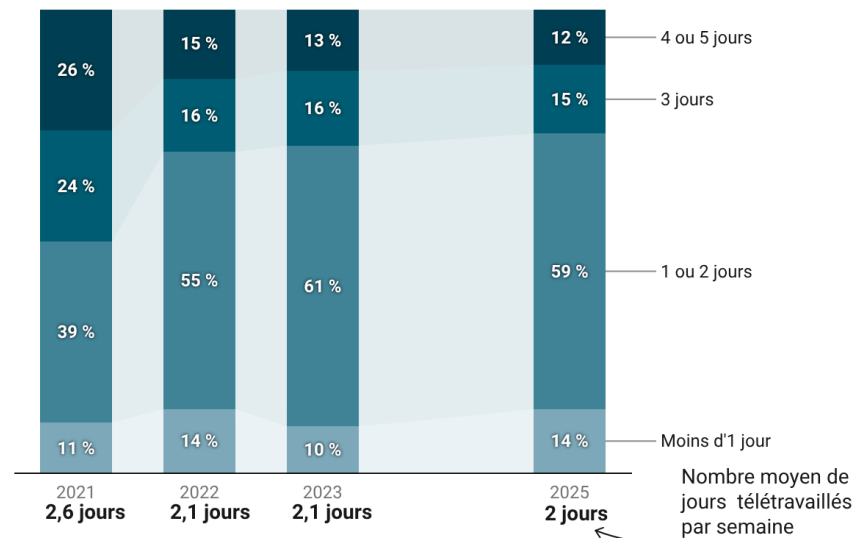


# LE TÉLÉTRAVAIL au fil des éditions



- Diffusion du télétravail vers de nouvelles activités, professions et taille d'entreprises
- Stabilisation de la part des Franciliens qui télétravaillent régulièrement
- Diminution puis stabilisation de l'intensité de télétravail
- Le vendredi, jour le plus fréquent de télétravail en 2025
- Des désirs de mobilité plus fort chez les télétravailleurs

## 3 télétravailleurs réguliers sur 5 travaillent à distance 1 ou 2 jours par semaine



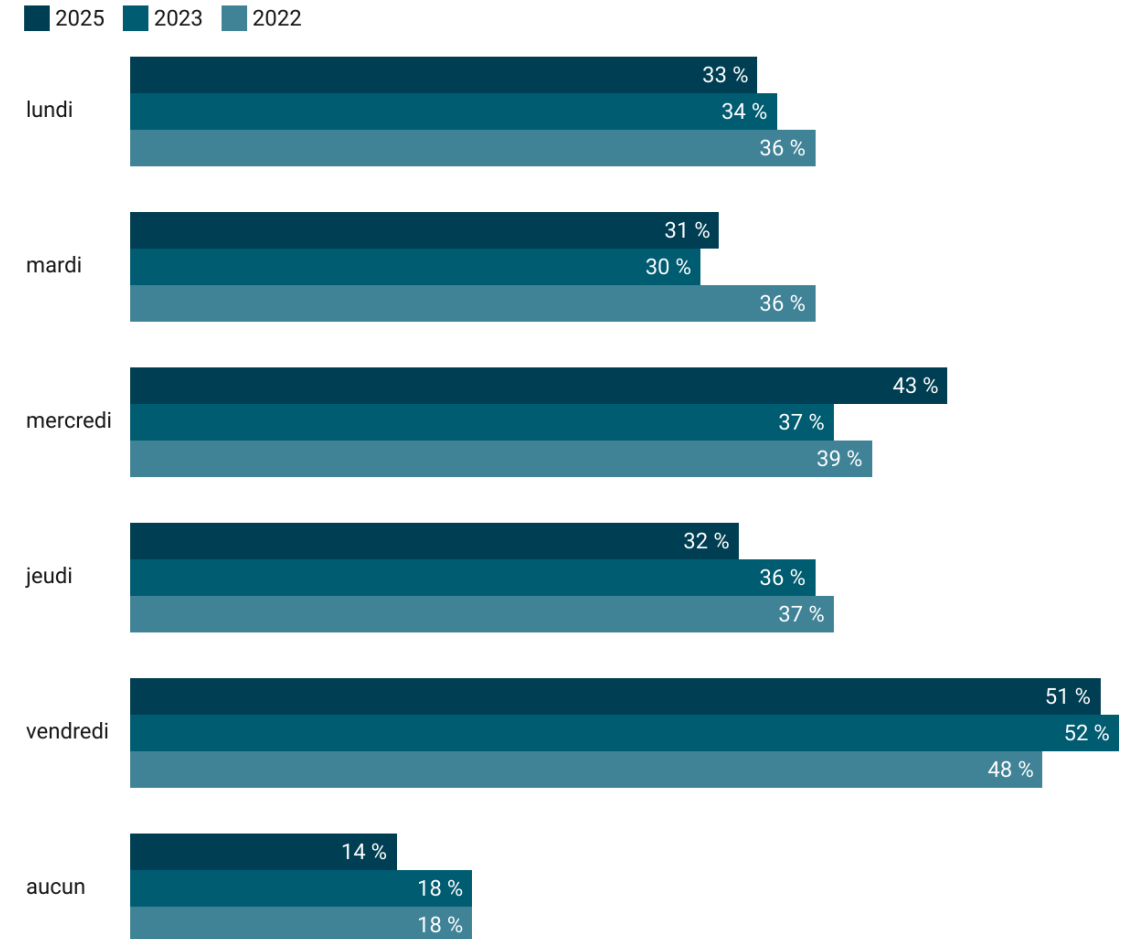
© L'INSTITUT PARIS REGION, 2025

Source: Le Baromètre des Franciliens 2025, L'Institut Paris Region, Ipsos • Créé avec Datawrapper



Colloque du 31 mars 2026, CRIES, Pascale Leroi, Institut Paris Region

## Le vendredi, le jour de la semaine le plus souvent télétravaillé



© L'INSTITUT PARIS REGION, 2025

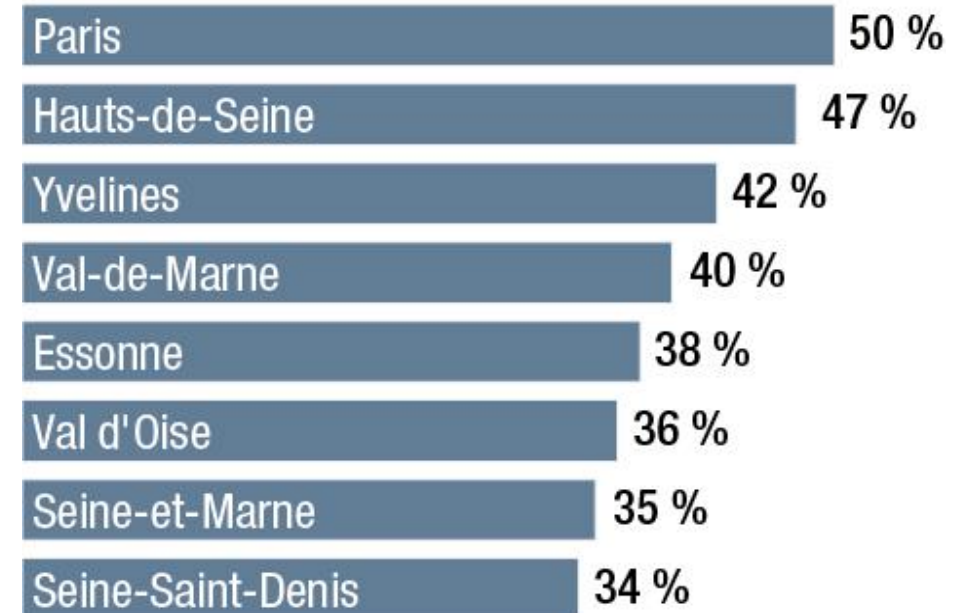
Champ : les Franciliens actifs qui télétravaillent

Source: Le Baromètre des Franciliens 2025, L'Institut Paris Region, Ipsos • Créé avec Datawrapper

# LE TÉLÉTRAVAIL à l'échelle locale

- En Europe, les grandes villes et les régions capitales offrent le plus haut potentiel de télétravail, +13 points de télétravailleurs réguliers en moyenne dans les villes de plus de 50 000 habitants par rapport aux zones rurales
- En Île-de-France, 34% de télétravailleurs en Seine-Saint-Denis pour 50% à Paris communes très urbanisées et très denses (53 %) communes rurales ou urbaines peu denses, 40 %. (lieu de résidence)
- Un impact local au quotidien : sous occupation des bureaux, diminution des surfaces de bureaux, réduction des déplacements domicile-travail, nouvelles habitudes de consommation (impact sur les services et les commerces locaux), tensions sur le marché des maisons individuelles  
Télétravailler dans des tiers lieux : peu pratiqué

## Part d'actifs résidents en télétravail



© L'INSTITUT PARIS REGION 2024  
Sources : L'Institut Paris Region –  
Baromètre des Franciliens,  
éditions 2022 et 2023 ; Insee RP 2018



# LE TÉLÉTRAVAIL à l'échelle locale

Une **estimation** basée sur les résultats du **baromètre des Franciliens (2022 et 2023)** et mobilisant 2 paramètres:

- la part de télétravailleurs réguliers parmi les actifs résidents
- le nombre de jours télétravaillés dans la semaine déclinés par catégorie socioprofessionnelle et secteur d'activité.

Ces paramètres ont été appliqués à la structure sociale et économique des communes de plus de 200 emplois, pour obtenir une **estimation** de la part des emplois et actifs en télétravail, l'intensité moyenne de TLT à la **commune**.

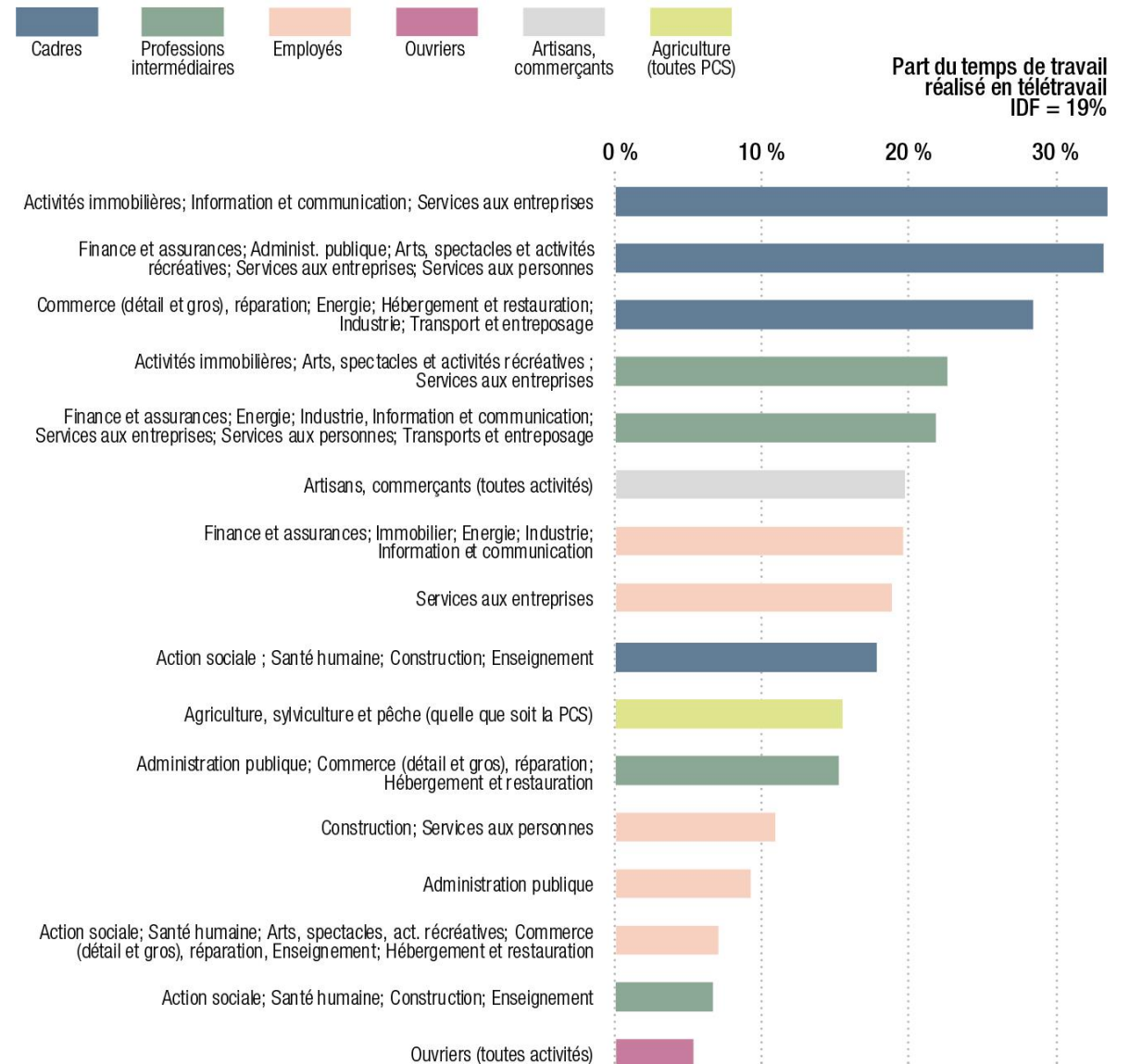
Un **indicateur de présence a été calculé**.

Il combine les jours télétravaillés des actifs résidents et ceux des emplois. Il tient compte de la part des actifs habitant et travaillant dans la même commune.

Complété par des entretiens auprès de communes.

Pascale Leroi, François Michelot,  
*Le télétravail appose sa marque sur le territoire,*  
Note Rapide n°1013, L'institut Paris Region juillet 2024

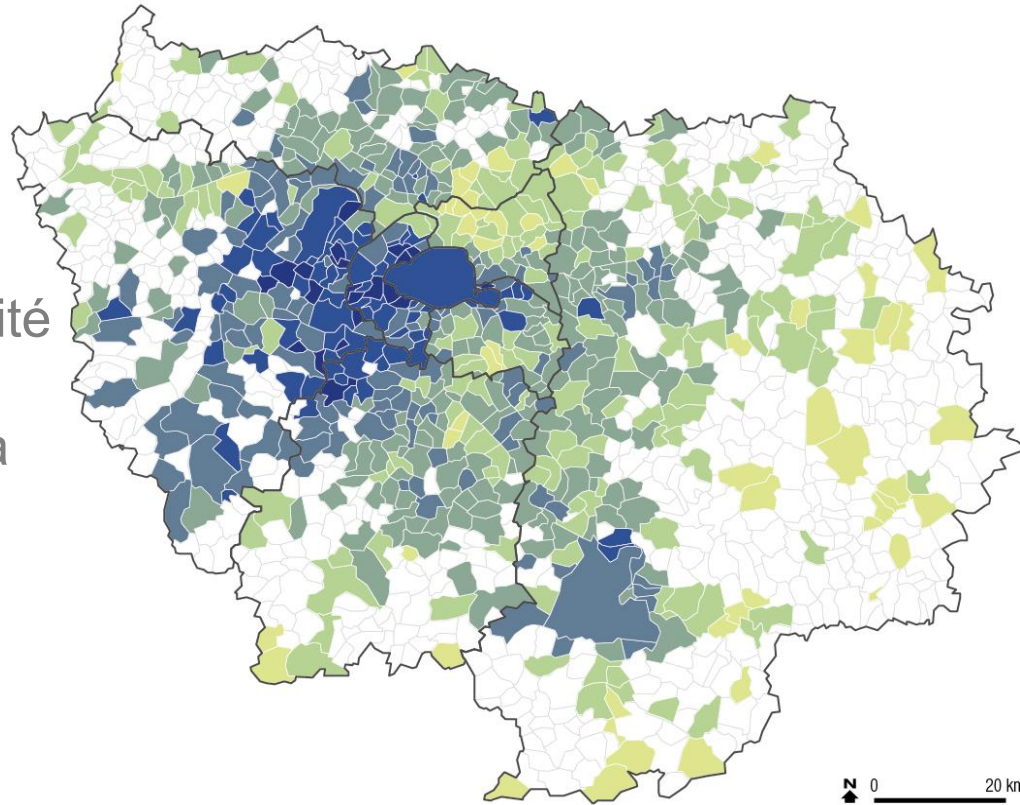
## L'intensité de télétravail dépend de la catégorie sociale et du secteur d'activité



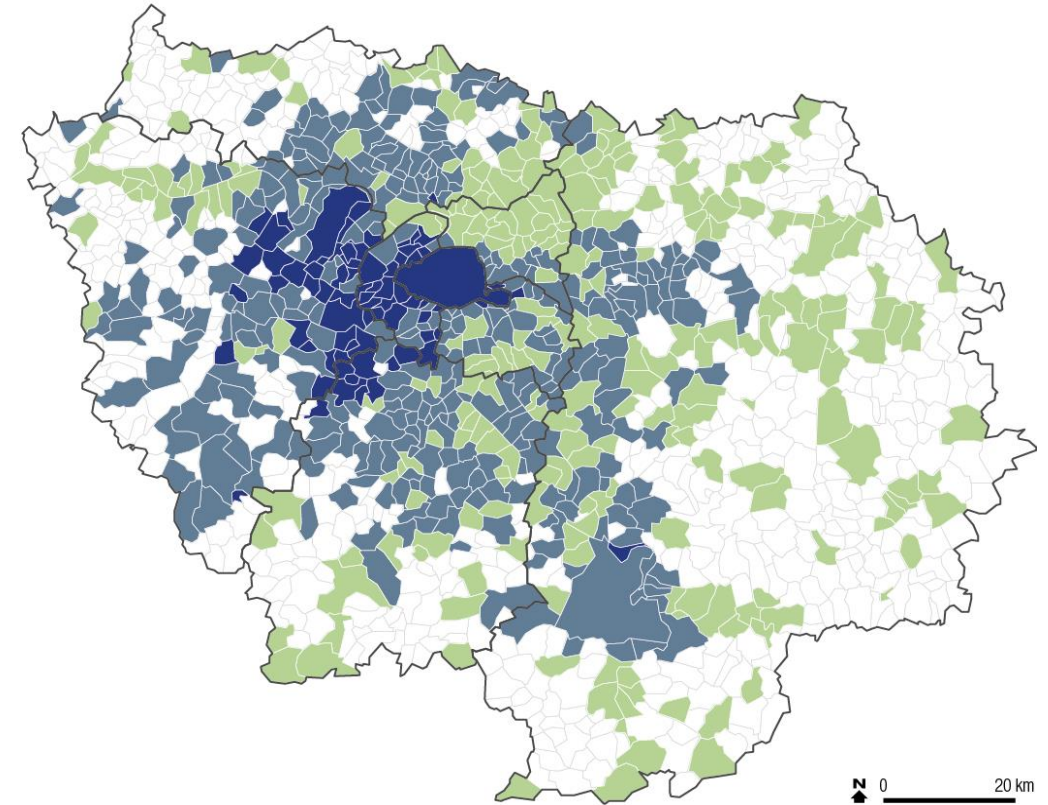
# GÉOGRAPHIE DU TÉLÉTRAVAIL EN ÎLE-DE-FRANCE

- AU LIEU DE RÉSIDENCE 

Une inégale proportion de télétravailleurs parmi les habitants



Une intensité de télétravail qui varie du simple au triple

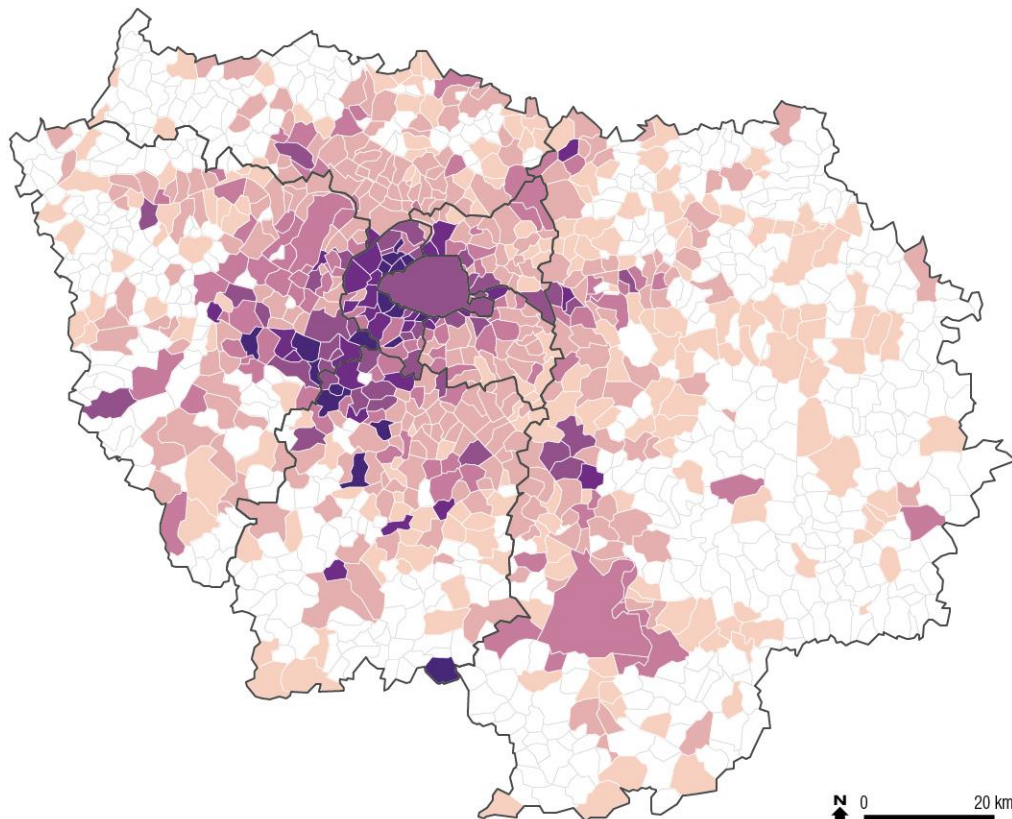


Taux et intensité  
de télétravail  
supérieurs à la  
moyenne  
régionale à  
l'ouest de l'Île-  
de-France

- AU LIEU DE TRAVAIL



### La polarisation des emplois concentre l'impact du télétravail



Part d'emplois exercés régulièrement en télétravail

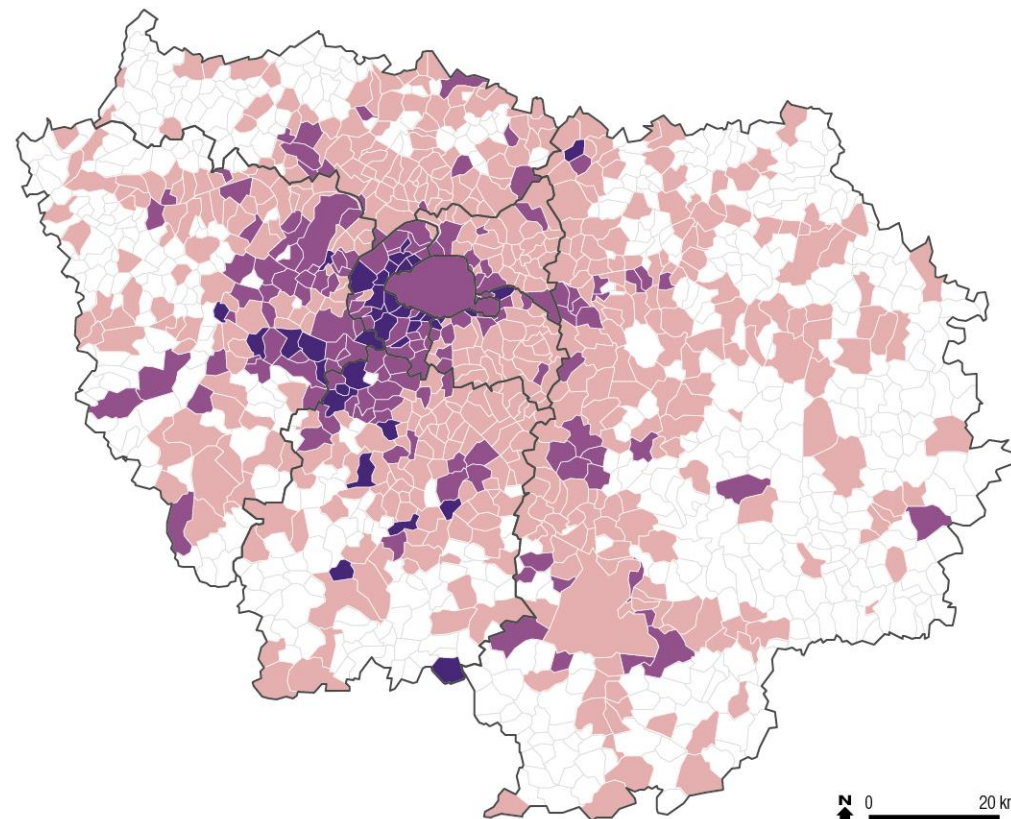
Moyenne Île-de-France : 41 %



Communes de 200 emplois et plus

0 20 km

### La présence de pôles de bureaux accroît l'intensité locale de télétravail



Nombre de jours télétravaillés par semaine au lieu de travail, tous emplois confondus

Moyenne Île-de-France : 0,9 jour



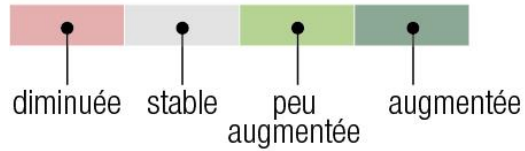
Communes de 200 emplois et plus

0 20 km

Un impact du télétravail plus marqué dans les pôles de bureaux


# Indicateur de présence

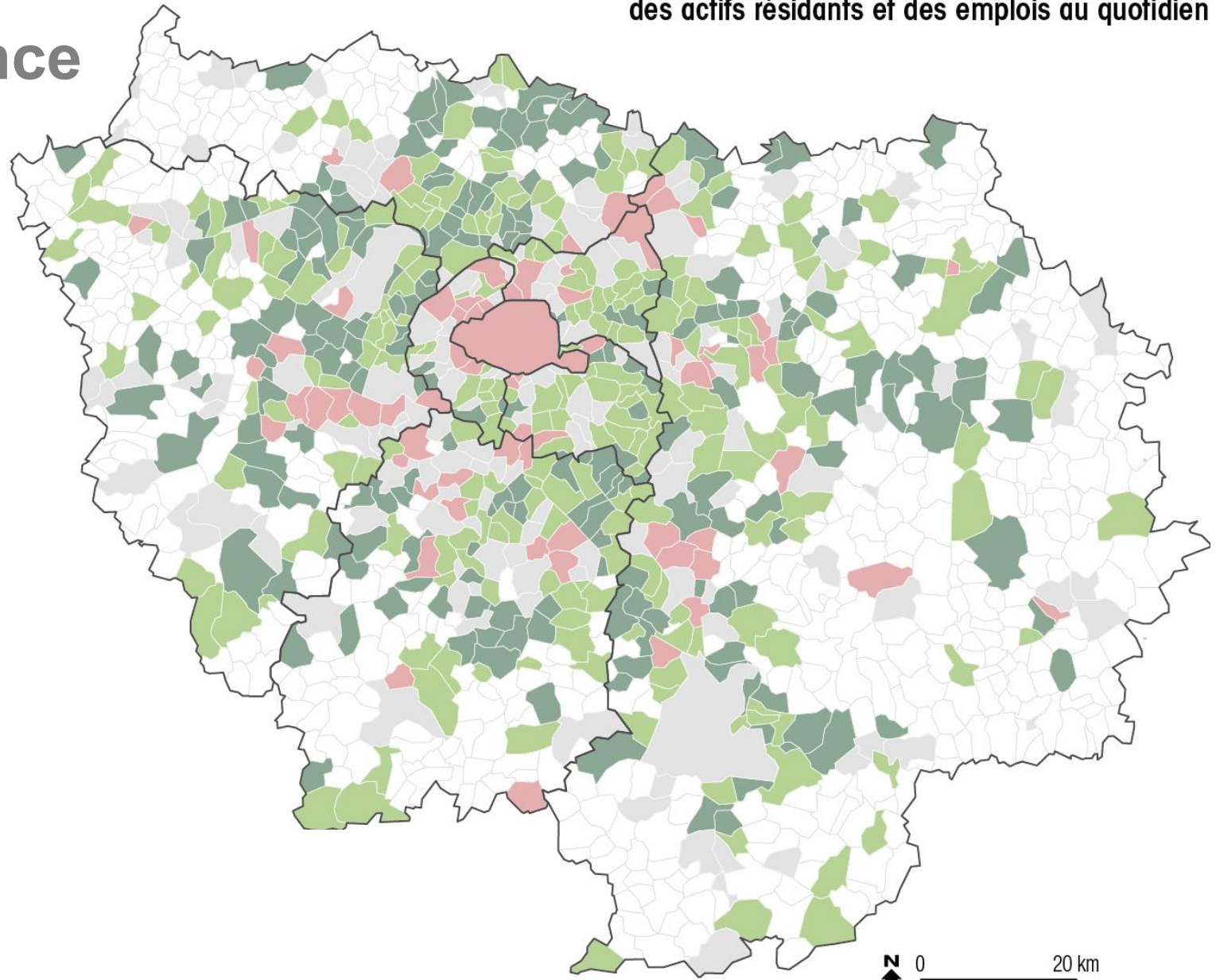
Présence des actifs résidents  
et des actifs ayant un emploi



Communes de 200 emplois et plus

## Exemples de communes dans les classes

-  La Défense, Saint Denis Saint-Ouen, Paris, Issy les Moulineaux, Boulogne Billancourt ...
-  Cergy, Saint-Germain-en-Laye, Fontainebleau, Mitry Mory, Rueil-Malmaison...
-  Antony, Champigny-sur-Marne, Argenteuil, Pontaul-Combault, Morigny-Champigny ...
-  Chatenay-Malabry, Champagne sur Oise, Le Plessis-Trévisé, Sonchamp, ...



N 0 20 km

© L'INSTITUT PARIS REGION 2024

Source : L'Institut Paris Region - Baromètre des Franciliens, éditions 2022 et 2023 ; Insee RP 2020

# Merci de m'avoir écoutée

- *Le Baromètre des Franciliens* – Edition 2025, L'Institut Paris Région, mars 2026 <https://www.institutparisregion.fr/societe-et-habitat/le-barometre-des-franciliens/>
- Pascale Leroi, François Michelot, *Le télétravail appose sa marque sur le territoire*, Note Rapide n°1013, L'institut Paris Region juillet 2024
- Pascale Leroi, Lucile Mettetal, Florian Tedeschi (direction) , *A distance. La révolution du télétravail* Les Cahiers n°181, L'Institut Paris Région, PUF, janvier 2023
- Exode urbain, un mythe, des réalités résultats programme Popsu, février 2022
- Alexandre Flourey, Philippe Louchart, *Quel impact le covid19 a eu sur les départs de Franciliens vers d'autres régions ?* Note Rapide n°999, L'institut Paris Region décembre 2023

