RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

Le médiateur national de l'énergie

Communiqué de presse
3 novembre 2026

BAROMETRE ENERGIE-INFO 2026
La précarité énergétique s'accentue et freine la transition

Selon la 20e édition du baromètre énergie-info du médiateur national de l'énergie, 86 % des foyers interrogés en septembre 2026 estiment que leurs factures d'énergie pèsent lourdement dans leur budget, un niveau record depuis 2007. Mobilisés pour maîtriser leurs dépenses d'énergie, et de plus en plus touchés par l'inconfort thermique de leur logement, hiver comme été, les consommateurs sont globalement favorables à la transition énergétique et à l'électrification des usages, considérés comme une opportunité. Mais le coût du passage à l'acte reste un facteur déterminant.

Des consommateurs de plus en plus préoccupés par leurs factures d'énergie

- Le poids financier des factures d'énergie reste une source majeure d'inquiétude : **89 % des foyers interrogés s'en déclarent préoccupés** et **86 % estiment qu'elles pèsent lourdement sur leur budget**, une proportion stable par rapport à 2025, mais à son plus haut niveau depuis 2007.
- **Cette pression financière se traduit concrètement dans le quotidien des ménages.** 34 % déclarent avoir rencontré des difficultés à payer certaines factures d'électricité ou de gaz, contre 18 % en 2020.
- **La motivation pour faire baisser la consommation d'énergie est principalement financière :** 87 % des foyers cherchent avant tout à limiter le montant de leurs factures, et 35 % le font pour des raisons environnementales.

Le froid en hiver, la chaleur en été : l'inconfort thermique s'installe et touche davantage les foyers en situation de précarité

Face au poids des factures, les ménages vivent davantage une **sobriété énergétique subie que choisie et en sont de plus en plus impactés dans leur confort de vie**. En période hivernale, 72 % d'entre eux déclarent avoir limité le chauffage de leur logement pour éviter des factures trop élevées (53 % en 2020). 35 % ont souffert du froid chez eux pendant au moins 24 heures.
L'été 2026 a marqué un tournant : avec les fortes chaleurs et les épisodes de canicule, 65 % des foyers déclarent avoir souffert de la chaleur dans leur logement pendant au moins 24 heures, soit 16 points de plus qu'en 2025 et 23 points de plus qu'en 2024.
Au total, 28 % des foyers ont souffert à la fois du froid en hiver et de la chaleur en été, une proportion qui atteint 46 % chez les bénéficiaires du chèque énergie.

Efficacité énergétique et électrification des usages : un passage à l'acte freiné par des coûts élevés

Si les consommateurs sont nombreux à adapter leurs comportements pour réduire leur consommation d'énergie, et majoritairement favorables à l'électrification des usages (60 % y

voient une opportunité économique et environnementale), le coût des équipements ou des investissements freine le passage à des solutions moins carbonées ou plus efficaces.
Le coût des dépenses initiales constitue le principal obstacle à l'électrification des usages, cité par 53 % des répondants concernés, qui n'envisagent d'électrifier aucun équipement. Les intentions d'investissement ont tendance à se réduire : 18 % envisagent des travaux d'isolation de leur logement en 2026, contre 21 % en 2025, et 14 % des propriétaires prévoient d'installer des panneaux solaires, soit 4 points de moins qu'en 2025.

Des différences générationnelles marquées face à l'énergie

Les moins de 35 ans sont particulièrement touchés par la précarité énergétique, 55 % déclarent avoir rencontré des difficultés à payer certaines factures d'électricité ou de gaz, contre 34 % de l'ensemble des Français. Ils sont également davantage touchés par le froid[1] (53 %, contre 35 % en moyenne) et par les fortes chaleurs[1] (70 %).
Malgré ces difficultés, **ils se montrent plus ouverts aux solutions proposées par la transition énergétique et voient davantage l'électrification comme une opportunité : 75 %** contre 60 % de l'ensemble des Français.
Les moins de 35 ans se montrent enfin plus ouverts aux nouvelles offres de fourniture d'électricité. 57 % sont prêts à souscrire une offre à tarification dynamique[2], contre 41 % de l'ensemble des Français. Ils sont également plus intéressés par les offres d'un opérateur de flexibilité[3] (47 %, contre 34 % en moyenne).
À l'inverse, les générations plus âgées privilégient davantage la stabilité. Ainsi, 64 % des 55 ans et plus n'envisagent d'électrifier aucun équipement, tandis que 79 % de ceux qui ont été sollicités pour changer de contrat de fourniture d'énergie déclarent décliner ces offres commerciales.

Pour Bernard Doroszczuk, Médiateur national de l'énergie :

« Ce baromètre rappelle que, pour de nombreux ménages, l'énergie reste une source d'inquiétude financière et que la précarité énergétique se manifeste désormais en hiver comme en été. La transition énergétique doit permettre à chacun de mieux maîtriser sa consommation et ses dépenses. Notre mission est de protéger les consommateurs, de les aider à faire des choix éclairés et de veiller à ce que personne ne soit laissé de côté. Car une transition énergétique réussie est une transition qui profite à tous. »

À propos du baromètre énergie-info

Créé en 2007, à la suite de l'ouverture des marchés de l'électricité et du gaz à la concurrence pour les particuliers, le baromètre énergie-info mesure chaque année la connaissance, les perceptions et les pratiques des consommateurs en matière d'énergie. Il permet au médiateur national de l'énergie de suivre l'évolution des préoccupations des ménages et contribue à sa mission d'information du public.
Cette 20e édition a été réalisée par l'agence Mantu du 2 au 15 septembre 2026 auprès d'un échantillon représentatif de 2 000 foyers en France métropolitaine interrogés par voie électronique. Les résultats sont comparés à ceux des années précédentes.

TÉLÉCHARGEZ LA SYNTHÈSE DES RÉSULTATS DU BAROMÈTRE

CONTACTS PRESSE :
Ambre COLOVRAY : 06 17 77 11 41 / ambre.colovray@energie-mediateur.fr
Stéphanie CAYROL : 07 64 40 90 54 / stéphanie.cayrol@energie-mediateur.fr

Le médiateur national de l'énergie est le service public d'information et de médiation au service des consommateurs d'énergie. Créée en 2006 par la loi relative au secteur de l'énergie, cette autorité publique indépendante les informe sur leurs droits et démarches et les accompagne dans la résolution amiable de leurs litiges. Par son expertise et son action, elle contribue à faire progresser les pratiques du secteur de l'énergie. »
Le service d'information du médiateur national de l'énergie est accessible par internet sur energie-info.fr et par téléphone au n° vert 0 800 112 212 (service et appel gratuits).

[1] *Pendant au moins 24 heures dans leur logement.*

[2] *Le prix du kWh facturé change chaque heure, voire demi-heure, selon les prix de l'électricité sur les marchés.*

[3] *Ces entreprises permettent de réduire la facture d'électricité en pilotant à distance certains appareils du foyer.*