# Dépenses contraintes : quel impact sur le pouvoir d’achat des ménages ?



TRAVAUX PUBLIÉE LE 22/09/2026

Saisine liée :
DÉPENSES CONTRAINTES, UNE INFLATION À BAS BRUIT QUI OBÈRE LE MORAL DES FRANÇAISES ET DES FRANÇAIS

Logement, énergie, assurances, transports, alimentation… Une part importante du budget des ménages est consacrée à des dépenses qu’il est difficile, voire impossible, de réduire à court terme. Le CESE a décidé de se saisir de la question des **dépenses contraintes** et de leur effet sur le **pouvoir d’achat** et les marges de choix des ménages. La commission Économie et finances

préparera un avis court qui sera examiné en séance plénière le 9 décembre 2026.

# Que sont les dépenses contraintes ?

Les dépenses contraintes correspondent aux dépenses qu'un ménage peut difficilement éviter ou réduire sans affecter des besoins considérés comme essentiels. Elles occupent donc une place particulière dans le **budget des ménages** : plus elles augmentent, plus la part du revenu disponible pour d'autres dépenses se réduit.

Le CESE distingue ces dépenses des dépenses dites « arbitrables », comme les loisirs, l'habillement ou certains équipements, qui peuvent plus facilement être ajustées en fonction des revenus. Cette distinction permet d'examiner une question plus large que celle des seules charges liées à des contrats : **quelle part de leur revenu les ménages peuvent-ils réellement choisir d'utiliser ?**

**Dépenses pré-engagées et dépenses contraintes : quelle différence ?**
L'Insee utilise plus précisément la notion de dépenses pré-engagées. Il s'agit de dépenses réalisées dans le cadre d'un contrat difficilement renégociable à court terme. Elles comprennent notamment le logement (loyer ou remboursement de crédit), l'eau, le gaz, l'électricité, certaines assurances, les télécommunications ou encore la cantine scolaire.

La notion de **dépenses contraintes** retenue dans la saisine est plus large. Elle comprend également des dépenses peu compressibles, comme l'alimentation, la santé, le carburant ou les transports du quotidien. Elle prend aussi en compte certaines dépenses découlant des dégradations environnementales ou liées aux objectifs de lutte contre le changement climatique.

# Pourquoi le CESE se saisit-il des dépenses contraintes ?

Depuis 2021-2022, la hausse des prix, notamment de l'énergie et de l'alimentation, a fortement pesé sur le pouvoir d'achat. Si l'inflation a depuis ralenti, la progression des dépenses contraintes continue de peser sur le budget et le ressenti des ménages.

Le CESE avait déjà abordé cette question dans son Rapport annuel sur l'état de la France 2022. En s'appuyant sur les travaux de France Stratégie et de l'Insee, il relevait que la part des dépenses pré-engagées dans le revenu disponible brut des ménages était passée d'environ 12 % en 1960 à près de 29 % en 2021. Le logement expliquait l'essentiel de cette progression.

Pour les ménages les plus modestes, la part des dépenses pré-engagées est passée de 31 % à 41 % entre 2011 et 2017. Lorsque ces dépenses augmentent, la capacité des ménages à absorber une hausse des prix ou une baisse de revenus diminue.

# Quelles questions le CESE va-t-il étudier ?

Plusieurs pistes de travail sont identifiées dans la saisine. Le CESE examinera la part réellement arbitrable du budget des ménages et la possibilité de mieux mesurer leur **reste à vivre après les dépenses contraintes**.

Les travaux pourront également étudier les différences selon les revenus, les territoires, l'âge, la composition familiale ou le statut des personnes, notamment entre actifs, retraités et étudiants. Parmi les autres axes d'étude, figurent les effets des dépenses contraintes sur le sentiment de perte de liberté, leur lien avec la défiance envers les institutions, ainsi que l'efficacité des aides publiques destinées à en limiter le poids.

D’autres pistes portent sur la répartition du coût des transitions écologique, numérique et démographique, sur l’hypothèse d’un « bouclier des dépenses contraintes » et sur les comparaisons avec d’autres pays.

## Comment le CESE va-t-il travailler sur ce sujet ?

La commission Économie et finances prévoit de croiser plusieurs types d’informations : des données macroéconomiques produites notamment par l’Insee, le Haut-Commissariat à la Stratégie et au Plan, l’OFCE, la Banque de France ou la Cour des comptes, et des indicateurs portant sur la perception de la situation économique et le bien-être.

Ces données seront complétées par des auditions d’expertes et d’experts. L’objectif est de mettre en regard la situation budgétaire des ménages et la manière dont elle est vécue.

L’avis préparé par la commission Économie et finances et rapporté par Morgane Lenain (groupe Familles) doit être examiné en séance plénière du CESE le **9 décembre 2026**.

Crédits photographiques : Getty Images -Tijana Simic

© - copyright CESE - Novembre 2026