



Fiches Pratiques

Entreprendre après 50 ans



## **1. Objectif général**

- Créer un écosystème favorable à l'épanouissement des femmes qui souhaitent entreprendre dans les industries créatives de Nouvelle-Aquitaine, de renforcer leur autonomie, leurs compétences et leur bien-être.
- Faciliter la reconversion ou la création d'entreprise pour les femmes de 50 ans et plus, en valorisant l'expérience. Faire évoluer le regard porté sur cette génération qui entreprend autrement, avec de l'expérience, du sens, et une ambition renouvelée.

## **2. Objectifs opérationnels**

- Identifier les ressources locales et numériques, et renforcer le sentiment d'appartenance malgré la distance.
- Favoriser la cohésion entre les entrepreneuses et futures entrepreneuses afin de créer une dynamique collective positive, leur permettant de s'entraider, de partager leurs expériences et de renforcer leur motivation commune.

## **3. Plan d'action**

- Une approche globale, basée sur des rencontres individuelles, des rencontres collectives et du mentorat, qui accorde une importance particulière à la levée des freins autour de la création d'activité en se focalisant sur les enjeux des trois santés :
- Santé mentale: aider les femmes à gérer le stress, à développer leur confiance en soi, à préserver leur équilibre pro / privé, à s'affranchir des biais inconscients pour prendre des décisions éclairées.
- Santé physique: importance de prendre soin de leur corps et de leur bien-être, en leur fournissant un espace d'échange et de valorisation des bonnes pratiques
- Santé sociale: création d'un réseau de soutien et de solidarité entre les femmes, pour lutter contre l'isolement et encourager l'entraide.

## 4. État des lieux et chiffres clés

Vieillissement de la population, débat sur la réforme des retraites, les enjeux de la seniorité sont remis à l'agenda. Pourtant, l'entrepreneuriat des seniors reste peu étudié, souvent invisibilisé, voire freiné par des stéréotypes âgistes. D'autant plus, lorsqu'il 'agit des femmes qui voit avec l'arrivée de la ménopause, un changement de regard que pose sur elle la société.

Une étude, Bpifrance Le Lab auprès de 1 392 entrepreneurs, décrit le phénomène entrepreneurial après 50 ans comme discret mais massif. Depuis une décennie, la part des entrepreneurs de plus de 50 ans ne cesse d'augmenter. Cette tendance est portée par plusieurs dynamiques : un allongement des carrières qui encourage à prolonger l'activité professionnelle et une difficulté accrue à retrouver un emploi salarié après 50 ans, qui pousse certains à créer leur propre entreprise. Selon cette même étude, 25 % des entrepreneurs seniors ont lancé leur activité après une carrière en entreprise, et 21 % après un passage dans la recherche ou l'enseignement. Ces chiffres montrent que l'entrepreneuriat n'est pas une voie de secours, mais un véritable choix pour grand nombre de seniors.

Les entrepreneurs seniors représentent aujourd'hui 24% de la population active et 16% des créateurs d'entreprise en France. Cette tendance de l'entrepreneuriat se renforce notamment après 45 ans., en effet, 50 % des entrepreneurs ont entre 47 et 61 ans

Le tableau suivant détaille les différentes catégories d'entrepreneurs seniors :

Tranche d'âge	Caractéristiques
45-55 ans	Reconversion professionnelle, valorisation du réseau professionnel et savoir-faire acquis
55-64 ans	Complément de revenus avant la retraite, transmission de compétences
65 ans et plus	Cumul emploi-retraite, activité à temps choisi

## 4. État des lieux et chiffres clés

Les seniors qui entreprennent disposent d'un avantage clé par rapport aux plus jeunes : l'expérience. Après plusieurs décennies dans le monde du travail, les séniors possèdent un savoir-faire précis, une connaissance approfondie de leur secteur et surtout, un réseau professionnel solide.

Ainsi, 64 % d'entre eux s'appuient sur des contacts développés tout au long de leur carrière, facilitant les partenariats et l'accès aux premiers clients. 62 % des entrepreneurs seniors étaient cadres dirigeants avant de se lancer, ce qui leur confère une expertise précieuse pour structurer leur entreprise. Enfin, ayant souvent une situation financière plus stable, ils peuvent prendre des décisions réfléchies et sécurisées, minimisant les risques inhérents à la création d'entreprise.

Quant aux femmes sénières, elles subissent la double peine d'être et « femme et senior ». Empêchées d'entreprendre avant 50 ans, par les charges familiales et le souhait d'une sécurité de l'expérience, les femmes entreprennent plus tard. 37 % d'entre elles entreprennent après 50 ans, contre 23 % pour les hommes. Femmes et seniors à la fois, elles font face à la double peine en matière d'accès au financement (non bancaire) : elles rencontrent significativement plus de difficultés aigues à lever des fonds que leurs homologues masculins (30 % contre 19 % pour les hommes seniors).

Par ailleurs au-delà de la simple réussite économique, les entrepreneurs seniors cherchent souvent à donner du sens à leur projet. Loin d'une vision purement lucrative, ils intègrent des dimensions sociales et environnementales dans leur modèle d'affaires. Cet engagement est particulièrement marqué chez les femmes entrepreneures seniors, qui sont plus nombreuses à développer des initiatives à vocation sociétale. Cette orientation vers des projets à impact montre que l'entrepreneuriat senior n'est pas seulement un phénomène économique, mais aussi un levier de transformation sociale.

Une autre entrepreneure explique : « Ce qui me nourrit, c'est apporter quelque chose aux autres. Cela passe par l'entraide, être responsable sur les plans environnemental et sociétal et au passage faire de belles rencontres, ça fait partie de mes valeurs. » (BPI France)

**Vers un changement de regard sur l'entrepreneuriat senior ?**

## 4. État des lieux et chiffres clés

L'entrepreneur senior voit son horizon s'élargir avec l'âge. L'étude met en avant plusieurs constats clés :

- L'expérience est un atout, pas un frein ;
- Les seniors entreprennent par choix et non par défaut ;
- Et l'entrepreneuriat senior constitue un levier de croissance pour l'économie française.

Créer une entreprise après 50 ans n'est donc pas une utopie mais une véritable opportunité. Les seniors prouvent qu'ils savent innover, s'adapter et réussir. Reste désormais à faire évoluer le regard porté sur cette nouvelle génération d'entrepreneurs.

Les créatrices seniors disposent d'un capital d'expérience, d'un réseau et souvent d'une connaissance fine d'un secteur. Les défis incluent parfois l'accès au financement, la peur du risque à l'approche de la retraite, et la nécessité d'une stratégie digitale adaptée.

## 5. Les freins et les leviers

### Freins

- Accès au financement plus restreint, exigences bancaires sur revenus/garanties.
- Préoccupations liées à la retraite et au statut social.
- Des besoins de montée en compétence digitale.
- Autocensure plus marquée chez les femmes

### Leviers

- Valorisation de l'expérience (conseil, formation)
- Savoir-faire précis une connaissance approfondie de son secteur
- Un réseau professionnel solide
- Situation financière plus stable des seniors
- Formes juridiques souples (micro-entreprise, portage salarial, SCOP) pour tester l'activité.
- Programmes de financement dédiés aux seniors, prêts d'honneur et accompagnement par les réseaux locaux (Initiative, BGE).
- Actions de transmission/mentorat intergénérationnel pour créer des synergies.
- Développer son ambition par la capacité à se faire confiance
- Trouver des modèles féminins audacieuses
- Parler de son projet et éprouver son idée au regard des professionnels

# LES AIDES FINANCIÈRES DESTINÉES AUX FEMMES POUR CRÉER OU REPRENDRE UNE ENTREPRISE

## LA GARANTIE ÉGALITÉ FEMMES

Mis en place par France Active, ce dispositif national remplace le FGIF (Fonds de garantie à l'initiative des femmes). Il permet de faciliter l'accès au crédit bancaire des femmes porteuses d'un projet de création, de reprise ou de développement d'entreprises.

*La garantie couvre jusqu'à 80 % d'un emprunt bancaire dans la limite d'un montant de 50 000 €.*

## WOM'ENERGY : LE PROGRAMME D'ENTREPRENEURIAT AU FÉMININ

Le Réseau Entreprendre est un réseau d'accompagnement mixte composé d'hommes et de femmes engagés pour la création d'emplois sur le territoire.

Spécifiquement créé pour encourager l'entrepreneuriat au féminin, le programme Wom'energy a pour ambition de soutenir toutes les cheffes d'entreprise à tous les stades de développement et de croissance de leur projet.

*Le programme propose un prêt d'honneur entre 15 000 et 50 000 €.*

## À SAVOIR

Retrouvez les aides de l'État et des collectivités territoriales disponibles sur [Entrepren dre.service-public.fr](http://Entrepren dre.service-public.fr)

Retrouvez également toutes les aides disponibles sur le site dédié [aides-entreprises.fr](http://aides-entreprises.fr)

# LES DISPOSITIFS RÉGIONAUX POUR FACILITER L'ENTREPRENEURIAT FÉMININ

Depuis l'accord cadre de 2012 pour l'entrepreneuriat féminin conclu entre l'État et la Caisse des dépôts, des plans d'action régionaux pour l'entrepreneuriat des femmes (PAR) se développent chaque année sur les territoires.

Ils s'appuient sur les services centraux et les associations d'aide à la création d'entreprises afin d'évaluer les outils et dispositifs les plus appropriés à chaque zone géographique.

Renseignez-vous directement auprès de votre mairie, auprès des **chambres de commerce et d'industrie** (CCI) ou encore des **chambres de métiers et de l'artisanat** (CMA) près de chez vous.

## À SAVOIR

Les Clubs Locaux d'Épargne pour les Femmes qui Entreprennent (CLEFE) peuvent également proposer un prêt avec intérêt pour créer ou développer une entreprise. CLEFE constitue une institution de financement dédiée aux entreprises dirigées par les femmes.

# LES ÉVÉNEMENTS DÉDIÉS À L'ENTREPRENEURIAT FÉMININ

Les Semaines de sensibilisation des jeunes à l'entrepreneuriat féminin Les semaines de sensibilisation à l'entrepreneuriat des femmes est un événement organisé avec le **ministère chargé de l'Égalité entre les femmes et les hommes et de la Lutte contre les Discriminations** et l'association 100 000 entrepreneurs. L'objectif est de sensibiliser les jeunes de 13 à 25 ans à la culture entrepreneuriale et la réussite au féminin.

## LA JOURNÉE DE LA FEMME DIGITALE

La Journée de la Femme Digitale (JFD) est devenue en 2024 Join Forces & Dare. Au-delà d'un événement annuel, la JFD est désormais un accélérateur international de croissance pour les femmes dans la tech, et en particulier sur des projets liés à l'IA.

## LES AUTRES DISPOSITIFS D'ACCOMPAGNEMENT POUR LES FEMMES ENTREPRENEURES

### LES INCUBATEURS DÉDIÉS

Les incubateurs vous aident à vous lancer dans l'entrepreneuriat via par exemple du mentorat, des formations, la mise à disposition d'infrastructures, etc.

Pour ne citer que quelques exemples : [Willa](#), [Les Audacieuses](#), etc.

### LES RÉSEAUX D'ACCOMPAGNEMENT

Ces réseaux vous accompagnent dans vos démarches, vous conseillent et vous aident à développer votre réseau professionnel, qui peut être l'un des freins rencontrés au lancement d'une activité.

[Retrouvez la liste des principaux réseaux sur le site de Bpifrance](#)

## LES RÉSEAUX PROFESSIONNELS, BOOSTER D'INITIATIVES PORTÉES PAR DES FEMMES ENTREPRENEURES

### LES PREMIÈRES

Créé en 2005, le réseau Les Premières est constitué d'incubateurs régionaux en France métropolitaine, ultra-marine et au Luxembourg. Axé sur l'innovation, il est ouvert aux projets à impact social fort portés par au minimum une femme.

### WILLA

Incubateur dédié aux créatrices d'entreprise, Willa a accompagné depuis une quinzaine d'années plus de 530 initiatives co-développées par des femmes. Les principaux programmes de la structure s'articulent autour des différents stades de développement d'un projet : émergence, accélération et croissance.

### FEMMES DES TERRITOIRES

La communauté Femmes des Territoires joue la carte de la proximité et du digital. Le réseau dispose de 40 antennes. Chacune organise des ateliers sur des problématiques clés de l'entrepreneuriat. Une aide bienvenue pour structurer son projet et créer son propre écosystème.

# **LES RÉSEAUX PROFESSIONNELS, BOOSTER D'INITIATIVES PORTÉES PAR DES FEMMES ENTREPRENEURES**

## **BOUGE TA BOÎTE**

Le réseau Bouge ta boîte rassemble 2 000 dirigeantes issues de 80 secteurs d'activités. Des milliers de rencontres sont organisées chaque année, en présentiel au sein d'un cercle local ou départemental, ou via la plateforme digitale.

## **FEMMES BUSINESS ANGELS**

Lancée en 2003, le réseau Femmes Business Angels réunit près de 170 femmes - en France et en Europe - qui investissent dans des startups à potentiel et les accompagnent personnellement dans leur développement.

## **LES AUDACIEUSES**

Orienté social et solidaire, le réseau Les Audacieuses (porté par La Ruche) propose un programme gratuit de 9 mois pour femmes porteuses de projets en Île-de-France, Pays de la Loire, Nouvelle-Aquitaine ou Occitanie, incluant mentorat, ateliers et réseautage.

## **ACTION'ELLES**

Depuis 1994, Action'elles accompagne les porteuses de projet et les cheffes d'entreprise, de l'idée au développement de leur entreprise via la formation et la mise en réseau.

## **FONDATION DES ARTISTES**

Il s'agit d'une aide à la production destinée directement aux plasticiens travaillant ou ayant un projet de longue durée en France

## **BON À SAVOIR**

### **Des réseaux engagés au cœur de leur secteur**

Certains réseaux misent sur la carte sectorielle afin de faire bouger les lignes, telles que Financi'elles qui rassemble des réseaux internes de femmes cadres des secteurs de la banque, de la finance et de l'assurance, Cyberelles et StartHer dans le digital ou encore le Cercle InterElles regroupant les réseaux féminins d'une douzaine d'entreprises technologiques de premier plan.

# UN GUIDE DÉDIÉ À L'ENTREPRENEURIAT AU FÉMININ

Quelles démarches accomplir ? Comment bâtir son business plan ? Comment établir son plan de financement ? Pour vous aider et vous accompagner dans vos démarches, le site [\*\*les clés de la banque\*\*](#) met à votre disposition un guide dédié.

## **Une série de vidéos pour inspirer et informer les femmes dans leur projet entrepreneurial**

La Banque de France, en collaboration avec la Direction générale des Entreprises (DGE), initie une campagne de sensibilisation destinée à encourager l'entrepreneuriat féminin, via une web-série. En cinq épisodes, cette web-série « La Minute Cash » met en lumière le cheminement de Charlotte dans les étapes de la création de son entreprise. [En savoir plus sur le site de la DGE.](#)

## **Les concours**

[Retrouvez la liste des principaux concours dédiés aux femmes entrepreneuses sur le site de Bpifrance](#)

Concours « 101 femmes entrepreneures » organisé par Bpifrance Lancé par le ministère chargé de l'Égalité entre les femmes et les hommes et de la Lutte contre les discriminations, ce concours vise à mettre en lumière cent une femmes entrepreneures sur l'ensemble du territoire français (une par département).

Les candidates doivent être au début de leur aventure entrepreneuriale : porteuses de projet, créatrices ou repreneuses d'une entreprise depuis moins de trois ans. Elles doivent par ailleurs être accompagnées par une structure d'accompagnement soutenue par les financeurs publics.

[Pour en savoir plus et candidater, rendez-vous sur le site dédié](#)

## Les ressources

- INSEE — Les créations d'entreprises en 2024 (données nationales et régionales). ([Insee](#))
- Infogreffé / Baromètre 2024 de l'entrepreneuriat féminin (proportion ~33% de créatrices). ([Infogreffé](#))
- Bpifrance Crédit — Observatoire & dossiers sur l'entrepreneuriat féminin et fiches régionales (Nouvelle-Aquitaine). ([Bpifrance Crédit](#))
- Site et initiatives de la Région Nouvelle-Aquitaine (programmes PAREF, concours 101 entrepreneures, actions locales). ([Digital Aquitaine](#))
- EISMEA / Commission européenne — rapports et programmes de soutien aux femmes entrepreneures en Europe (données sur l'écart de participation et financements). ([eisMEA.ec.europa.eu](#))
- <https://www.lejournaldesentreprises.com/article/les-entrepreneurs-seniors-un-profil-plus-feminin-et-surtout-plus-confiant-que-les-autres->
- <https://www.businessfeminin.com/re-entreprendre-sa-vie-apres-50-ans-les-tips-de-frederique-cintrat>



Merci d'avoir consulté cette fiche pratique.

Les ressources et la préparation des entretiens pour les podcasts ont été créées en collaboration avec Soumia El Yousfi.

Retrouvez le reste des ressources du projet accéder à la micro-certification du projet [ici](#)