

Forfaits mobiles : les Français n'utilisent en moyenne que 10 % de la data pour laquelle ils paient

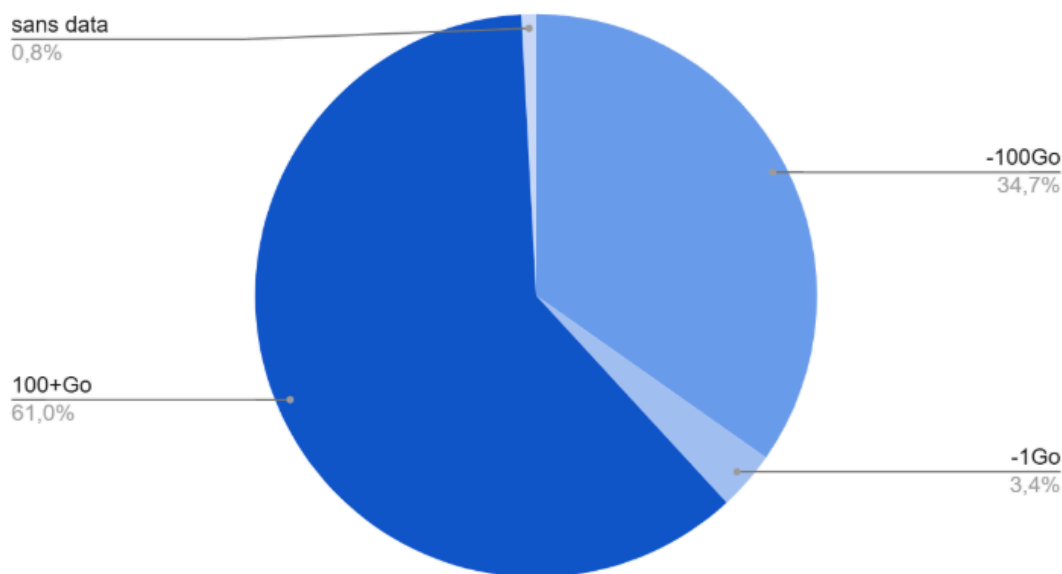
Les consommateurs français paient chaque mois pour des forfaits mobiles largement surdimensionnés par rapport à leurs usages réels. Alors que la consommation moyenne s'élève à 16,6 Go de données par mois (source Arcep 2024), 61 % des forfaits commercialisés incluent plus de 100 Go, soit six fois plus que le besoin réel.

Des forfaits XXL, mais un usage bien plus modeste

Dans le détail, le marché français des forfaits mobiles en septembre 2025 se répartit ainsi :

- **61 %** des forfaits proposent **plus de 100 Go**,
- **34,7 %** entre **1 et 100 Go**,
- **3,4 %** moins de **1 Go**,
- et **moins de 1 %** sont **sans data** (0,8 %).

Répartition des forfaits selon le volume de Gigas (09/2025)



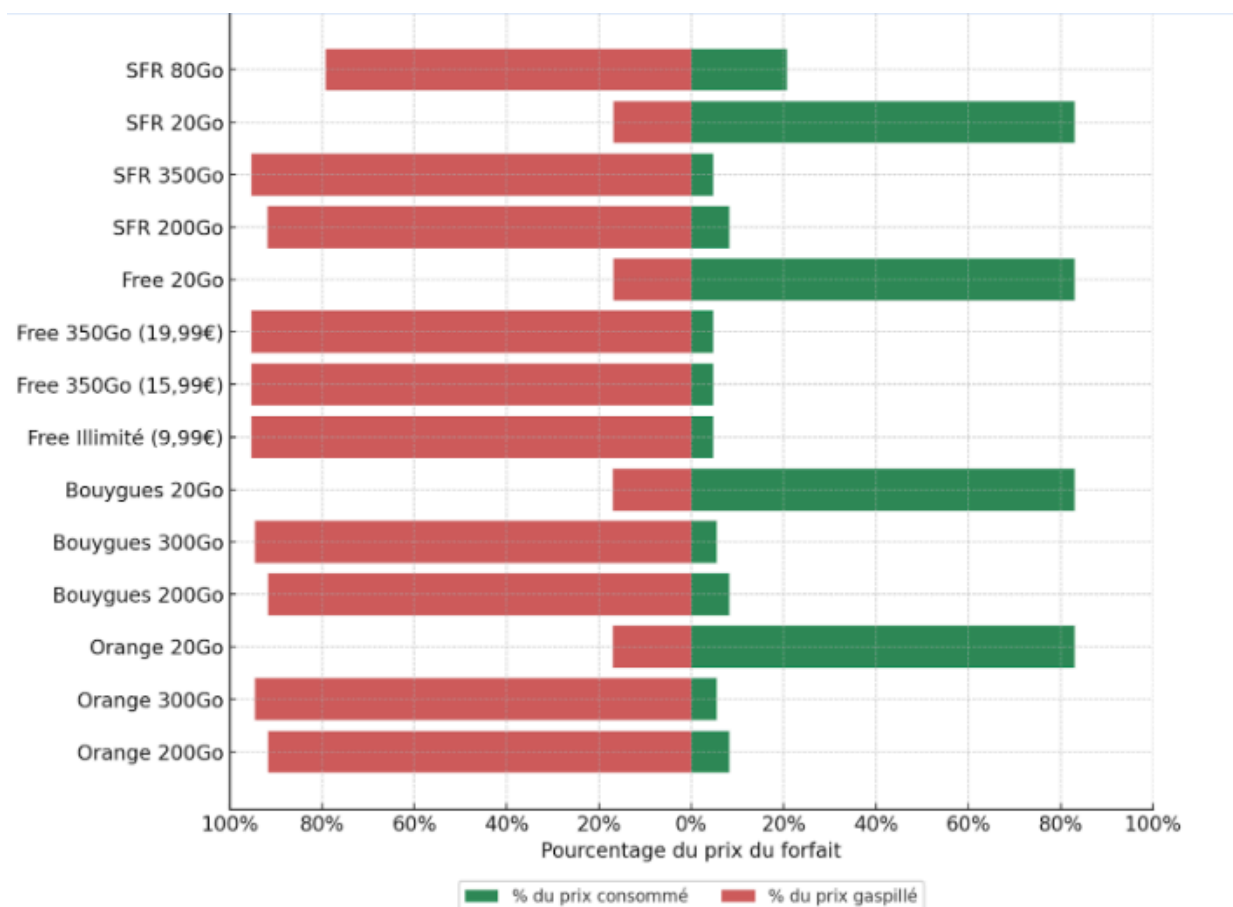
Contact presse

Jean REDON - Responsable Télécom de Selectra - 06 45 81 82 32 - jean.redon@selectra.info

Selectra facilite la comparaison, souscription et gestion des contrats de la maison pour rendre le monde moins cher, plus vert et sans paperasse. Initialement incubée à Sciences-Po Paris, Selectra compte aujourd'hui plus de 2 200 collaborateurs et propose ses services dans 16 pays. Selectra a été fondée en 2007 par Xavier Pinon et Aurian de Maupéou qui continuent de la diriger aujourd'hui. En savoir plus : selectra.info

En parallèle, les opérateurs mettent en avant des enveloppes de 200, 300, voire 400Go, et même des offres illimitées. Pourtant, **un utilisateur moyen n'en rentabilise que 5 à 8 % du prix**. Autrement dit, plus de 90 % de la facture couvre des gigas jamais consommés.

Part du prix du forfait réellement consommée vs. "gaspillée"
(analyse basée sur la consommation moyenne française en 2024 : **16,6Go/mois**)



 **Selectra**

Quand la peur de manquer sert de levier marketing

Ce paradoxe repose avant tout sur une **stratégie commerciale** bien huilée : les opérateurs valorisent la data comme argument central, et les gros volumes donnent l'illusion de faire bonne affaire. Résultat : un **biais psychologique** se crée, et beaucoup d'abonnés choisissent volontairement des forfaits très larges, par peur d'être "coupés d'internet" en fin de mois.

Contact presse

Jean REDON - Responsable Télécom de Selectra - 06 45 81 82 32 - jean.redon@selectra.info

Selectra facilite la comparaison, souscription et gestion des contrats de la maison pour rendre le monde moins cher, plus vert et sans paperasse. Initialement incubée à Sciences-Po Paris, Selectra compte aujourd'hui plus de 2 200 collaborateurs et propose ses services dans 16 pays. Selectra a été fondée en 2007 par Xavier Pinon et Aurian de Maupéou qui continuent de la diriger aujourd'hui. En savoir plus : selectra.info

Si cette stratégie est quelque peu risquée pour les **MVNO** (opérateurs virtuels), où chaque Go consommé a un coût réel — d'où les restrictions de type *fair use* et bridage de débit —, ce n'est pas le cas pour les grands opérateurs. De leur côté, **le coût marginal reste très faible**, car fournir toujours plus de gigas, mutualisés entre leurs clients, ne représente aucune dépense supplémentaire une fois le réseau déployé.

20 Go : le meilleur compromis entre usage réel et facture mensuelle

Sauf profils spécifiques (joueurs en ligne, partage de connexion régulier, absence de Wifi à domicile), les **forfaits XXL** présentent peu d'intérêt économique : ils rassurent, mais coûtent bien plus cher que nécessaire. Pour 100 Go, il faut compter en moyenne 8,24€/mois, 18,37€/mois pour 200 Go et 23,34€/mois pour 300 Go¹.

Même les **forfaits intermédiaires à 80 Go** restent largement surdimensionnés, puisqu'à peine un quart de la dépense (20% environ) correspond à une utilisation réelle.

À l'inverse, un **forfait 20 Go** correspond beaucoup mieux aux usages réels : la consommation moyenne représente **environ 83 % de la valeur payée**. Disponible chez tous les grands opérateurs, de Free à SFR en passant par Bouygues et Orange, ce type de forfait revient généralement **entre 5 € et 11€/mois**².

Les gigas "gaspillés" : quelles solutions ?

Chaque mois, des millions de gigaoctets de données mobiles payés, mais non consommés, dorment dans les forfaits des Français. Pourtant, plusieurs alternatives émergent pour ne plus gaspiller sa data :

1. **Partager ses gigas avec ses proches** : SFR est aujourd'hui le seul opérateur à proposer cette option via **SFR Multi**, permettant de répartir son enveloppe data entre plusieurs lignes mobiles du même foyer.
2. **Faire un geste solidaire** : avec **Source Mobile**, les utilisateurs peuvent transformer leurs gigas non utilisés en "**gouttes d'eau**", converties ensuite en dons à des associations partenaires.
3. **Monétiser son partage de connexion** : la nouvelle application **dotdot** offre la possibilité de rentabiliser sa data en partageant ponctuellement sa connexion Internet avec d'autres utilisateurs.
4. **Remplacer sa box par un forfait mobile XXL** : de plus en plus de consommateurs choisissent de n'utiliser qu'un **forfait très généreux en data** pour se connecter à internet à leur domicile. Si cette solution peut-être (très) économique et flexible (pas d'engagement), elle présente cependant un **inconvenient majeur** : la stabilité de la connexion dépend entièrement du **réseau mobile**, souvent moins fiable qu'une ligne fixe.

¹ Prix moyens calculés à partir des prix au premier mois de souscription de tous les forfaits présentant la même quantité de gigas. Lorsqu'ils étaient disponibles, les prix remisés (promotion sur les 6 ou 12 premiers mois ou prix spécial pour clients Box) ont été utilisés.

² Fourchette de prix (arrondis à l'euro près) correspondant aux prix les plus bas proposés sur les forfaits contenant 20Go de data mobile (ont donc été inclus les prix remisés pour clients Box lorsqu'ils étaient disponibles).

Contact presse

Jean REDON - Responsable Télécom de Selectra - 06 45 81 82 32 - jean.redon@selectra.info