

Enquête « Rencontre et handicap »

62 personnes ont partagé leur expérience - Juin 2026



Qui a répondu ?



52% de femmes



40% d'hommes



8% de personnes non binaire ou autre



84%
vivent en
logement
autonome*

**le questionnaire n'a pas été soumis aux établissements*



Les rencontres aujourd'hui

Les moyens les plus utilisés sont : (plusieurs réponses possibles)



62,9 % les amis ou la famille



51,6 % les activités et événements



33,9 % les sites ou applications de rencontre

74,1%
ont des
difficultés
pour faire des
rencontres**

***catégories de réponses : "Parfois" (29,3%), "Souvent" (22,4%) et "Tout le temps" (22,4%).*

Seulement 1 répondant sur 5 (20,7%) déclare ne pas rencontrer de difficulté.

21 % au sein d'un établissement (ESAT...) / lieu de travail

14,5 % sur les réseaux sociaux

6,4 % GEM (Groupe d'Entraide Mutuelle)

4,8% autres (le hasard, agence matrimoniale...)

1,6% je ne sais pas

Les principaux obstacles exprimés

Les difficultés évoquées se regroupent autour de plusieurs thèmes

Les questions étaient des questions ouvertes



Manque de confiance en soi

- peur d'être rejeté,
- difficulté à faire le premier pas,
- timidité.



Difficultés de communication

- difficulté à exprimer ses sentiments,
- difficulté à comprendre les intentions de l'autre,
- troubles de l'élocution ou de la communication.



Le handicap comme frein

- peur du regard des autres,
- sentiment d'être jugé,
- difficulté à parler de son handicap.



Peu d'occasions de rencontrer

- isolement,
- peu d'activités adaptées,
- cercle social limité.



Expériences difficiles

- violences ou relations toxiques pour certains répondants
- déceptions amoureuses
- ruptures

Ce qui faciliterait la rencontre

Les propositions revenant régulièrement

- Organiser davantage d'activités et d'événements inclusifs
- Développer les occasions de rencontrer d'autres personnes en situation de handicap et des personnes valides



- Améliorer l'accessibilité des lieux, des transports et des activités.
- Que l'accueil y soit bienveillant
- Faire évoluer le regard de la société et lutter contre les préjugés



Proposer des ateliers sur :

- la confiance en soi
- la communication, les habilités sociales
- la vie affective, intime et sexuelle
- les codes de la rencontre