



Un lieu qui devient un chez soi :

Les préférences des adultes autistes en matière de logement

Par ANNA-MAUDE ST-LAURENT-GAUVIN, ISABELLE VIGNEAULT-MOUSSEAU, MAEVA CUSSON, ANNE-MARIE NADER

« *Mon chez-moi est un sanctuaire où peu de personnes sont invitées.* ». Ces mots, prononcés par une femme autiste, illustrent une réalité partagée par plusieurs : le domicile est bien plus qu'un simple lieu de vie. C'est un refuge, un espace de confort, de sécurité et d'épanouissement. Pourtant, pour de nombreuses personnes autistes, le logement ne répond pas toujours à leurs besoins spécifiques.

Pourquoi cette recherche ?

L'accès à un logement approprié a été revendiqué comme un enjeu majeur pour la communauté autiste, tant au Canada qu'ailleurs dans le monde¹. Les études montrent que le domicile joue un rôle central dans le bien-être, mais peu de recherches ont donné la parole aux personnes concernées pour comprendre ce qui fait d'un milieu de vie un véritable « chez-soi ». Cette recherche, menée par une équipe multidisciplinaire

au Québec (ergothérapie, psychologie, sociologie, architecture) en collaboration avec des adultes autistes, visait à explorer les facteurs de l'environnement physique (ex. aménagement des espaces) et social (relation avec le voisinage) qui contribuent à un milieu de vie favorable pour les adultes autistes².

Comment l'étude a été menée ?

Quarante-deux adultes autistes, vivant dans divers contextes (locataires, propriétaires, logements subventionnés, etc.) et provenant de régions rurales et urbaines, ont participé à des entretiens semi-structurés afin de recueillir leur point de vue sur les facteurs à considérer pour qu'un logement permette d'être bien chez soi. Les principales questions de l'entretien ont été envoyées aux participants une semaine à l'avance afin qu'ils puissent se familiariser avec le contenu et penser à des éléments de réponse, et chacun a pu

Un milieu de vie adapté aux besoins spécifiques d'adultes autistes:

Que propose la littérature et qu'en pensent les adultes autistes?

Anna-Maude St-Laurent-Gauvin, Isabelle Vigneault-Mousseau, Maeva Cusson, Anne-Marie Nader



Rapport de recherche scientifique



Les participants soulignent par ailleurs l'importance d'intégrer les besoins des personnes autistes dans les projets de développement urbain et communautaire.

choisir son mode de communication (oral, écrit, dessin) et le lieu de l'entretien (à domicile, en ligne ou au centre de recherche). Les discussions ont porté sur leur logement actuel, leur idéal résidentiel, les facilitateurs et les obstacles rencontrés, l'appréciation du quartier et leurs pistes de solutions. Les participants pouvaient également envoyer dans la semaine suivant l'entretien des informations supplémentaires par courriel si souhaité. Les verbatims ont été transcrits pour procéder ensuite à une analyse qualitative de contenu.

Ce que les participants considèrent comme des éléments importants

Les résultats ont d'abord été analysés séparément sous l'angle soit des facteurs individuels, de l'environnement bâti ou de l'environnement social, puis en s'attardant à l'intersection entre les différents facteurs afin de mettre en évidence les points de convergence et les principaux enjeux. Les résultats de l'étude permettent de dégager trois principes fondamentaux, regroupant dix composantes, pour la conception de milieux de vie adaptés aux besoins des personnes autistes (voir Figure 1):

1) L'accès à des espaces de vie adaptés.

Les participants ont souligné l'importance d'un environnement sensoriel confortable (tous les participants ont nommé l'importance du contrôle du bruit), d'un accès à des moyens de communication variés, de lieux prévisibles et faciles à comprendre, ainsi que d'un accès à la nature, à des espaces verts et à des services de soutien et professionnels adaptés.

2) La possibilité de faire des choix.

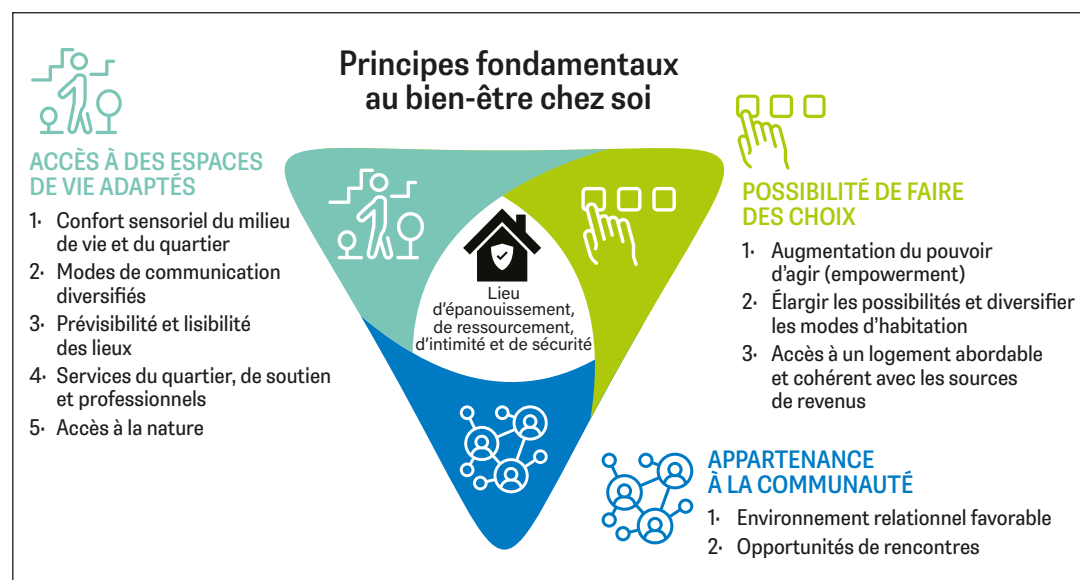
Le pouvoir d'agir sur son environnement est essentiel. Cela passe par une plus grande diversité de modèles d'habitation, l'accès à un logement salubre et abordable ainsi que la liberté de choisir selon ses préférences.

3) L'appartenance à la communauté.

L'importance d'un environnement relationnel favorable offrant des opportunités de rencontres avec d'autres, des espaces pour investir ses intérêts, tout en respectant ses besoins relationnels.

Figure 1

Principes fondamentaux pour soutenir le bien-être des personnes autistes chez soi (image tirée du rapport de recherche²).



Des pistes de solutions proposées par les adultes autistes

Les personnes autistes ayant participé à cette étude ont proposé plusieurs pistes de solutions concrètes pour améliorer les milieux de vie et favoriser le bien-être à domicile. Elles soulignent d'abord l'importance d'intégrer leurs besoins spécifiques dans les principes de conception universelle et inclusive. Au-delà de l'accessibilité physique, l'aménagement des environnements devrait prendre en compte les dimensions sensorielles, perceptives et communicationnelles, tout en assurant la durabilité et l'adaptabilité des espaces. Par exemple, une aide financière pour adapter les logements ou acquérir du matériel visant à améliorer le confort sensoriel est jugée pertinente. Les participants expriment également le besoin de vivre dans des lieux prévisibles et faciles à comprendre, où la logique spatiale et la régularité sont soutenues par des repères visuels et auditifs.

Un autre enjeu soulevé concerne l'amélioration de la diversité des modèles d'habitation. Les personnes autistes interrogées soulignent que les options résidentielles et les formes d'accompagnement sont souvent trop limitées, contraignant plusieurs adultes autistes à vivre dans des milieux qui ne correspondent pas à leurs besoins. La conception de logements adaptés devrait permettre à chacun de faire des choix en fonction de ses besoins, qu'il s'agisse du type de bâtiment, du niveau de soutien requis, du type de cohabitation ou de la localisation géographique, tout en assurant un accès équitable à un logement abordable.

Les participants insistent aussi sur la nécessité de **simplifier et élargir les modes de communication** dans les démarches liées au logement. Naviguer dans les systèmes administratifs, qu'ils soient gouvernementaux, municipaux ou communautaires, représente souvent un défi. Les préférences en matière de communication varient d'une personne à l'autre, ce qui rend essentiel l'accès à des formats d'information variés, tels que le texte, les images ou les supports audio, ainsi que la possibilité de s'exprimer par écrit, oralement ou autrement.

L'amélioration de l'offre de services pour soutenir le fonctionnement à domicile constitue également une priorité exprimée par les participants. Ces derniers ont mis en lumière le manque de services adaptés à leur réalité, notamment en raison des délais d'attente, de l'inadéquation des services proposés et du manque de formation du personnel. Ils expriment le souhait

d'avoir accès à une gamme plus large de soutiens, tant en termes de types que d'intensité, incluant des services ponctuels disponibles rapidement. Certains évoquent le désir d'une organisation des services de santé et sociaux plus communautaire et de type ascendant, mieux alignée avec les besoins exprimés par la communauté. Le soutien pour les tâches domestiques et l'accès à des outils technologiques facilitant le quotidien sont également mentionnés comme des avenues intéressantes.

Les participants soulignent par ailleurs l'importance d'intégrer les besoins des personnes autistes dans les projets de développement urbain et communautaire. La qualité du voisinage et la cohésion du quartier sont reconnues comme des facteurs influençant le bien-être. Il serait donc souhaitable que les plans d'aménagement urbain tiennent compte de ces besoins, notamment en mettant en place des stratégies pour réduire le bruit, améliorer les infrastructures piétonnes, augmenter les espaces verts et adapter les horaires d'ouverture des commerces (ex. des périodes *sensory-friendly*).

Enfin, les résultats de l'étude mettent en évidence le désir des personnes autistes de **participer activement à l'élaboration des politiques, des programmes et des services** qui les concernent. Plusieurs expriment le souhait de s'impliquer dans les processus décisionnels liés au logement, et l'idée d'un milieu de vie conçu *par et pour* les personnes autistes revient fréquemment. Les recherches montrent que cette implication favorise le développement de compétences et la confiance en soi, ce qui peut faciliter la transition vers un logement autonome. Toutefois, cette participation ne peut se concrétiser sans une **lutte continue contre la stigmatisation, une amélioration de l'accès à l'emploi et une diversification des sources de revenus**, des éléments étroitement liés à la stabilité résidentielle. 

* Cette étude a été soutenue par l'Office des personnes handicapées du Québec et les Fonds Recherche Inclusion Sociale dans le cadre d'une subvention visant à soutenir la participation sociale des personnes autistes. Le rapport complet est disponible sur https://cdn-contenu.quebec.ca/cdn-contenu/adm/org/ophq/Administration/PEPH/Rapports_recherche/Milieu-vie-adapte-adultes-autistes.pdf

Les résultats de l'étude mettent en évidence le désir des personnes autistes de participer activement à l'élaboration des politiques, des programmes et des services qui les concernent.

Référence:

- ¹ Salt, M., Schor, M., Daniels, S., Lai, J., Gergiades, S. et Singal, D. (2024, Avril). *Favoriser l'inclusion : Définir les besoins des adultes autistes au Canada*. Un sondage mené par des personnes autistes. Alliance canadienne de l'autisme. https://autismalliance.ca/wp-content/uploads/2024/04/2024_FR_Adult-Needs-Assessment-Survey.pdf
- ² Nader, A.M. & St-Jean, E. (2025). Un milieu de vie adapté aux besoins spécifiques d'adultes autistes : Que propose la littérature et qu'en pensent les adultes autistes ? Rapport de recherche. Office des personnes handicapées du Québec. https://cdn-contenu.quebec.ca/cdn-contenu/adm/org/ophq/Administration/PEPH/Rapports_recherche/Milieu-vie-adapte-adultes-autistes.pdf