

PINKMAIL

LE MAGAZINE DE PINK CROSS | 01/2026

DÉBUTER LA NOUVELLE
ANNÉE EN FORCE



Photo : Theoscarvalle.com

**MENTIONS LÉGALES
PINK MAIL 1/ 2026**

Direction de la publication

Pink Cross, Case postale, 3001 Berne

Tirage

3500 Ex.

Impression

merkur medien AG, Langenthal

Responsable des annonces

julia.grell@pinkcross.ch

Délai de livraison des annonces

Pink Mail 02-2026 / 17.04.2026

De bonnes résolutions ?



Photo : David Rosenthal

Est-ce que les organisations aussi peuvent prendre de bonnes résolutions pour la nouvelle année ? Nous pensons que oui. En 2026, nous avons décidé de mettre la participation au centre. Notre nouveau secrétaire général, Daniel Furter, a montré l'exemple en allant à la rencontre de nombreuses organisations dans toute la Suisse, en discutant avec plein de personnes différentes et, surtout, en prenant le temps de les écouter. Le comité n'est pas resté les bras croisés non plus : lors de la révision du règlement politique, les membres ont été associé·e·x·s au processus, leurs avis ont été pris au sérieux et de très bonnes idées ont été mises sur la table. Résultat ? Un règlement qui fait consensus et que toutes les personnes concernées soutiennent.

Dans les pages suivantes, tu découvriras les résolutions que poursuivent d'autres personnes queer. Tu y trouveras aussi des

infos sur les changements au sein du comité (avec une résolution claire de notre côté : plus de diversité). Tu es plutôt du genre chiffres ? Nous avons aussi préparé des données sur les appels à la Helpline. Et si, en 2026, tu as prévu de t'intéresser davantage au sport, ne manque pas la recommandation de notre nouvelle collaboratrice Julia : une série romantique sur le hockey sur glace.

Les bonnes résolutions ne doivent pas toujours viser à devenir une meilleure version de soi-même. Peut-être que le but est simplement de vivre comme on est. Être authentique et fidèle à soi-même apporte sûrement plus de joie.

Meilleures salutations,
Adrian Knecht, coprésident

Ensemble, nous pouvons accomplir de grandes choses.

Cher·ère·x·s membres de Pink Cross, chère communauté,

C'est avec grand plaisir que je reprends dès à présent la communication et la gestion du projet Lehrplan Q au sein de Pink Cross! Avec vous et l'équipe du secrétariat à Berne, je souhaite m'investir afin de renforcer la visibilité et la portée des thématiques qui vous tiennent à cœur. Si les attaques actuelles de la droite contre la communauté queer me mettent en colère, elles me motivent aussi à agir. Le combat des militant·e·x·s nous ayant permis d'avoir cette vie ne doit pas avoir été mené en vain.

C'est dans cette perspective que je souhaite exercer mes fonctions, en adoptant une approche intersectionnelle, solidaire et empreinte d'empathie. J'espère pouvoir compter sur vous et sur vos retours. Ce poste est mon premier emploi « adulte » à plein temps après l'obtention de mon master en histoire et en études de genre. Au cours de mes études, je me suis particulièrement intéressée à l'histoire du genre et du colonialisme et aux transformations sociales. Parallèlement, j'ai travaillé plusieurs années comme journaliste à la radio SRF, où je contribuais au télétexte et au site

d'information, de jour comme de nuit. En 2025, j'ai vécu dans le nord de l'Allemagne, à Hambourg, où je faisais partie de l'équipe des médias sociaux de l'orchestre Symphoniker Hamburg.

Je suis engagée comme bénévole à la bibliothèque du Regenbogenhaus à Zurich depuis 2021. En 2022, j'ai rejoint l'équipe du magazine de HAZ Queer Zürich, d'abord comme chroniqueuse, puis en participant progressivement à l'ensemble des étapes de production et en contribuant à la création de la rédaction en ligne.

Ces expériences ont montré mon aisance avec une immense palette de formats communicationnels. Je me réjouis aujourd'hui de mettre ces compétences au service de Pink Cross et de continuer à les développer au sein de l'équipe.

Si vous avez des suggestions ou des idées, let me know. Ensemble, nous pouvons accomplir de grandes choses. J'ai hâte de poursuivre cette aventure à vos côtés.



Julia Grell, Communication et cheffe de projet Pink Cross

Queer Care : 2025 en chiffres

Parfois, il s'agit d'une simple question. Parfois d'une crise. Parfois d'un coming-out longtemps retenu. En 2025, la LGBTIQ Helpline a de nouveau été sollicitée pour des histoires très différentes, marquées par des doutes, des moments de courage et, surtout, par le besoin de ne pas rester seul·e face à une situation devenue trop lourde. www.lgbtiq-helpline.ch/fr

La Helpline intervient précisément dans ces moments-là : lorsque quelque chose devient urgent, lorsqu'il faut remettre de l'ordre dans ses pensées ou lorsqu'on a juste besoin de parler. Elle est aussi là lorsque l'enjeu est « juste » de mieux comprendre ce que l'on ressent — ou de savoir comment faire face à ce qui s'est passé. Voici un aperçu, en chiffres, de notre année de conseil 2025:

931 conseils

ont été fournis en 2025 — soit 2397 e-mails, 166 appels téléphoniques et 281 chats.



+21% de demandes en plus par rapport à 2024

une augmentation marquée en l'espace d'une seule année.

10% des accompagnements

concernent des questions et des situations liées à l'asile. Cette année également, les trois thématiques les plus fréquentes demeurent : 1) le coming-out, 2) les crimes de haine, 3) les questions liées à l'orientation sexuelle.



3 mois et 2 semaines

correspond à la durée moyenne d'accompagnement par situation en 2025.

20% de l'ensemble des demandes

proviennent du canton de Zurich — suivi de Berne et des deux Bâle.



¼ des personnes nous contactant

s'identifient comme trans ou non binaires.



>¼ des situations

ont été discutées en équipe ou en entretien individuel.

96 conseils

ont été fournis depuis l'ouverture de l'offre pour la Suisse romande, le 1er avril 2025.

Chaud, encore plus chaud, « Heated Rivalry »

J'écris ces lignes en plein mois de janvier et il fait un froid de canard. La neige glisse doucement le long de ma fenêtre. Qu'est-ce qui me tient chaud ? Mon chauffage bien sûr, mais surtout la nouvelle série canadienne « Heated Rivalry ». Voici ma recommandation.

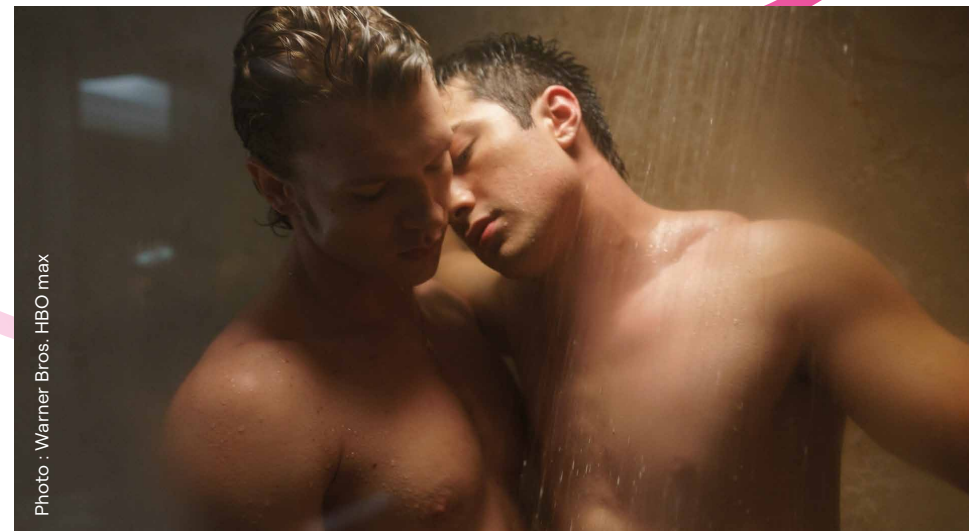
Sur les réseaux sociaux, on se fait littéralement bombarder de contenus autour de la série canadienne de hockey sur glace « Heated Rivalry » : ici, de jolies fesses nues, là, un baiser intense, ailleurs le visage d'un protagoniste capté en plein orgasme. Depuis le début de la diffusion, je suis complètement accro – et depuis le 26 décembre 2025, tous les épisodes sont disponibles en ligne. La série électrise son public, notamment grâce à ses scènes de sexe très explicites.

Mais reprenons depuis le début : « Heated Rivalry » est adaptée de la série de romans de hockey-romance « Game Changers » de Rachel Reid. Chaque tome met en scène un joueur professionnel de hockey sur glace qui se lance dans une relation avec un autre homme.

Cette histoire commence en 2008. Lors du championnat du monde Junior, deux talents prometteurs se rencontrent pour la première fois : Shane Hollander, Canadien en pleine

ascension (Hudson Williams), et Ilya Rozanov, Russe tout aussi talentueux (Connor Storrie). Au fil des années, ils se croisent régulièrement en tant que rivaux dans la même ligue. Loin de la glace, en parallèle, une relation sexuelle se développe entre eux – une *situation* classique. Ils se retrouvent en secret pour coucher ensemble lorsque leurs équipes s'affrontent. La tension ne vient pas seulement de leur rivalité sportive, mais surtout de leur environnement : hétéro-normativité et masculinité toxique du sport professionnel. Tous deux ont peur d'un coming-out et peinent, pour cette raison, à laisser de la place à une véritable proximité émotionnelle. Il faudra près de dix ans pour que Shane parvienne à accepter son homosexualité (Ilya est bisexuel et beaucoup plus à l'aise avec son identité que Shane) – et pour que leur relation, jusque-là purement sexuelle, devienne enfin romantique.

Ce que « Heated Rivalry » a de particulier :



la série ne se repose pas sur la tragédie, comme c'est trop souvent le cas dans d'autres récits gays. Malgré des contraintes bien réelles, c'est la *queer joy* qu'on retrouve au cœur de l'histoire. En ligne, la série est souvent qualifiée de soft porn – et ce n'est pas totalement faux. À part les organes génitaux, tout est montré, rien n'est censuré. La sexualité gay y est célébrée, et l'alchimie entre les personnages se transmet directement au public.

Ce qui séduit aussi, ce sont les contrastes : Shane, réservé, timide, surprotégé et élevé dans une logique de performance, et Ilya, fermé, provocateur, émotionnellement difficile à saisir. Beaucoup est raconté à travers les regards, les gestes et le désir – comme lorsque Shane, après qu'ils aient couché ensemble, est sur le point d'écrire : « On s'est même pas embrassés. » En six épisodes, on se laisse happer par cette relation et, peut-être, on se redécouvre un peu soi-même.

Ce qui rend cette série particulièrement pertinente : l'acteur Hudson Williams a raconté publiquement que, après la diffusion de la série, des athlètes professionnels non outés l'avaient contacté. Des hommes qui se sont reconnus dans cette histoire. Ça montre bien l'importance de « Heated Rivalry » pour la diversité, la visibilité et la normalisation des réalités gays dans le sport masculin.

En tant que femme, je ne peux pas pleinement mesurer ce que cette série fait ressentir aux hommes gays. Mais je la recommande quand même de tout cœur. Elle apporte une contribution importante à une meilleure acceptation à la télévision – loin des récits centrés sur le sida ou des coming-outs purement dramatiques. L'enthousiasme va au-delà des questions d'orientation sexuelle ou d'identité de genre.

« Heated Rivalry » est disponible en Suisse sur HBO Max depuis le 6 février. Bon visionnage !

10 bonnes résolutions pour 2026

Nouvelle année, nouveau départ ?

L'équipe du secrétariat de Pink Cross vous propose dix résolutions pour 2026.

1

Me prendre au sérieux – respecter mon identité, mes émotions et mes limites.



2

Cultiver la joie queer – faire des choses qui me font explicitement plaisir en tant que personne queer.

3

Poser des limites saines – dans la famille, au travail, dans le dating et dans l'activisme.



4

Renforcer ma communauté – soutenir les espaces queer, créer des liens, être là les un·e·x·s pour les autres.

5

Stop aux comparaisons – mon parcours n'a pas besoin d'être normatif ni « exemplaire ».



6

Prendre soin de ma santé mentale – demander de l'aide est une force, pas un échec.



7

Respecter mon corps – indépendamment des normes, des étiquettes ou des attentes.

8

Être visible quand je me sens en sécurité.



9

Me traiter avec compassion – la guérison n'est pas un processus linéaire.



10

Célébrer mon histoire – je ne suis ni « trop » ni « trop différent·e·x », je suis assez.

Ciao les gars!

Lors de l'assemblée générale 2026, trois membres engagés quittent le comité de Pink Cross. Florian Vock, Dominik Steinacher et Nicolas Walder reviennent ici ensemble sur leur parcours et se projettent vers l'avenir. Pink Cross les remercie chaleureusement pour leur engagement en faveur des droits des hommes gays, bisexuels et queer au cours de ces dernières années.

Depuis quand fais-tu partie du comité de Pink Cross ? Seit wann bist du im Vorstand von Pink Cross?

Nicolas : Je siège au comité depuis l'automne 2023.

Flo: Seit März 2018, also 8 Jahre insgesamt.

Dominik: Seit 2021.



Qu'est-ce qui s'est amélioré depuis pour les hommes* gays, bisexuels et queer ? Was hat sich seither für schwule, bisexuelle und queere Männer* verbessert?

Nicolas : La mise en place de la Helpline qui permet de soutenir les victimes de la haine mais aussi de mettre en lumière la violence derrière l'homophobie et la transphobie à l'heure où certains veulent nous faire croire que l'égalité serait acquise.

Flo: Ich durfte bei zwei Abstimmungskämpfen massgeblich dabei sein und mitgewinnen:

Diskriminierungsschutz und Ehe für alle. Und auch sonst haben wir wahnsinnig viel erreicht: Hassverbrechen sind nicht mehr von der politischen Agenda wegzudenken, Information an Schulen ist präsenter, und die LGBTQ-Community ist heute engagierter, auch politischer vielleicht?

Dominik: Zum einen hat sich einiges auf rechtlicher Ebene verbessert, neben der Ehe für alle, wurde z. B. auch die Blutspende ermöglicht. Zum anderen wuchs die gesellschaftliche Akzeptanz für queere Männer.



Nicolas Walder

Quel a été le plus beau moment au sein du comité de Pink Cross ? Was war der schönste Moment im Vorstand von Pink Cross?

Nicolas : Tous les moments étaient très agréables même si mon emploi du temps comme parlementaire ne m'a pas toujours laissé le temps de participer pleinement.

Flo: An einer Vorstandsretraite morgens um 5 Uhr, ich war schon fast eine Stunde im Bett, als der Feueralarm im Hotel losging, und wir uns alle draussen versammelten. Der folgende Arbeitstag war nicht meine stärkste Leistung, aber sicher eine der lustigeren Erinnerungen.

Dominik: Auch für mich sind die schönsten Erinnerungen bei den gemeinsamen Vorstandsretraiten.



Qu'est-ce qui t'a motivé à t'engager au niveau national ? Was war deine Motivation dich auf nationaler Ebene zu engagieren?

Nicolas : En tant que Conseiller national, je connais l'importance du plaidoyer national et pouvais dès lors aider Pink Cross en servant de relais au sein du Palais fédéral.

Flo: Einer unserer Slogans bei der Gründung der Milchjugend war: «Wir haben es uns nicht ausgesucht. Wir hatten einfach Glück!» Bis heute, und auch in Zukunft, ist es mein Verständnis von Aktivismus, diese Erfahrung von Glück mit vielen Menschen zu teilen.

Dominik: Pink Cross ist eine Menschenrechtsorganisation und ich wollte mein Wissen als Jurist und die Erfahrungen aus meiner ehemaligen beruflichen Tätigkeit

beim Schweizerischen Kompetenzzentrum für Menschenrechte einbringen.



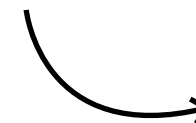
Florian Vock

Quelle était ta préoccupation principale chez Pink Cross et qu'en est-il advenu ? Welches war dein Herzensanliegen bei Pink Cross und was ist daraus entstanden?

Nicolas : Porter les combats de Pink Cross au sein du parlement et soutenir Pink Cross dans la définition de sa stratégie de plaidoyer politique.

Dominik: Mein Herzensanliegen war und ist wie gesagt der Diskriminierungsschutz. Mit Pink Cross konnte ich eine Arbeitsgruppe zu einem allgemeinen Antidiskriminierungsgesetz mitprägen. Ich hoffe, dass diese Arbeiten politische Früchte tragen werden.

Flo: Auch bei mir wars der Diskriminierungsschutz. Der Abstimmungskampf im Februar 2020 war eine meiner grössten und verantwortungsvollsten Aufgaben bei Pink Cross. Und wir haben mit 63% gewonnen. Nicht schlecht, oder?





**Qu'est-ce qui pouvait le plus te gêner le moral dans ton travail pour Pink Cross ?
Was konnte dir in der Arbeit für Pink Cross am meisten die Laune verderben?**

Nicolas : De constater la montée de l'extrême droite partout dans le monde depuis quelques années et, avec elle, la remise en question de droits et libertés pour la communauté LGBTIQ+ qu'on considérait naïvement comme acquis.

Flo: Ich bin da sehr robust. Wenn Menschen auch wollen, findet sich immer einen Weg. Und die meisten Menschen in unserer Community wollen. Und über das wie, wann und wo, darüber kann man sich einigen.

Dominik: Ich finde auch am strengsten, sich immer wieder mit gleichen Gegenargumenten und der gleichen Art von Gegenwind herumschlagen zu müssen. Auch wenn das zur Arbeit bei einer NGO dazu gehört.

Que fais-tu de ton temps libre après ta démission ? Was machst du mit der freien Zeit nach deinem Rücktritt?

Nicolas : Ayant été élu au Conseil d'Etat à Genève, je dois malheureusement abandonner mes engagements au sein de Pink Cross et ce par manque de temps libre !

Flo: Dank meinem Job bei der Aids-Hilfe Schweiz bleibe ich den Themen und der Gesundheit schwuler Männer weiterhin eng verbunden. Und was ich weiterhin machen werde: Queere Kultur und Partys veranstalten.

Dominik: Wir sind leider noch lange nicht dort, wo wir als queere Community hinwollen. Ich werde mich als Co-Präsident der HAZ - Queer Zürich auf kommunaler und kantonaler Ebene weiter für unsere Rechte einsetzen.



Quel serait ton slogan pour recruter de nouveaux membres au comité ? Was wäre dein Werbeslogan um neue Vorstandsmitglieder zu gewinnen?

Nicolas : Rejoins-nous pour défendre tes droits, car, ensemble, nous sommes plus forts !

Flo: Nichts bringt mehr Freude im Leben als zu erleben, dass dein Engagement der Anstoss sein kann für das Glück vieler Menschen.

Dominik: Lust, in einem engagierten, kompetenten und herzlichen Team queere Rechte zu verteidigen und Verantwortung für unsere Community zu übernehmen?



drgay.ch/pep



Préservatif déchiré ? PrEP oubliée ?
Exposé au VIH ? La PEP est un traitement VIH d'urgence indiqué après un rapport anal ou vaginal non protégé. Pour être efficace, elle doit être commencée dans les heures qui suivent. Pour en savoir plus: drgay.ch/pep

ZÜRICH: 28.4. – 7.5.26
FRAUENFELD: 8.5. – 10.5.26



QUEER FILM FESTIVAL

PINKAPPLE

pinkapple.ch

PRESALE: 17.4.2026

Main Partner



Zürcher
Kantonalbank

Main Partner

