

PINKMAIL

LE MAGAZINE DE PINK CROSS | 03/2026



BISEXUALITÉ ET
COMMUNAUTÉ



Crédit photo : Franck Boston - Shutterstock

MENTIONS LÉGALES PINK MAIL 3/2026

Édition

Pink Cross Postfach, 3001 Bern

Devenir membre Pink Cross

www.pinkcross.ch/fr/s-engager

Modifier l'adresse de livraison

office@pinkcross.ch

Vente d'annonces

communication@pinkcross.ch

Date limite de soumission des annonces

Pink Mail 04/2026 : 09.10.2026

Tirage

3500 Ex.

Rédaction

Daniel Furter
communication@pinkcross.ch

Traduction

Anissa Habchi, Daniel Furter

Layout

Nic Hösli

Impression

Merkur Medien AG, Langenthal

Photo de couverture

Natalia de la Rubia, Shutterstock

Dons

CH90 0900 0000 8007 4157 7

Bi et légitimes

« Tu n'oses pas faire un vrai coming out ? » Voilà le genre de remarques soupçonneuses auxquelles les personnes bisexuelles sont confrontées. L'injonction à « se décider une bonne fois pour toutes » ou la question de savoir si elles entretiennent toujours plusieurs relations en même temps font également partie, pour beaucoup d'entre elles, d'une réalité pénible.

Si l'orientation sexuelle s'inscrit sur un continuum allant de l'hétérosexualité à l'homosexualité, une distribution statistique selon la loi normale suggère que de nombreuses personnes ne se situent pas strictement aux extrêmes et ont une part de bisexualité en elles. Il se pourrait même qu'une grande majorité de la population soit bisexuelle. Cependant, la société étant dominée par des normes hétéronormatives, ces personnes ne se retrouveront jamais dans des circonstances qui les inciteront à s'interroger sur leur orientation sexuelle. Dès l'enfance, dans leur environnement hétéronormatif, elles reçoivent la confirmation que leur hétérosexualité (incontestée) est la bonne orientation sexuelle pour elles. Sans oublier que leur vie normative « fonctionne ». Seules une certaine curiosité ou une souffrance psychologique les pousseraient à s'interroger sincèrement



Crédit photo : David Rosenthal

sur leur orientation sexuelle. Une fois de plus, la domination de l'hétéronormativité a un impact négatif : l'absence de réflexion et d'exploration.

Même au sein de la communauté queer, les personnes bisexuelles ne sont pas à l'abri de remarques désobligeantes, discriminatoires et intrusives. Il est donc crucial de reconnaître la bisexualité comme une orientation sexuelle légitime et à part entière. Concentrons-nous sur ce qui nous unit : des personnes de toute identité de genre peuvent être bisexuelles. Les personnes bisexuelles ont ainsi leur place aussi bien au sein de la LOS et de TGNS que chez Pink Cross.

Bien à vous,
Adrian Knecht, co-président

« T'es plus gay ou plus hétéro ? Je suis 100 % bi ! »

Le « B » de LGBTIQ+ représente le groupe le plus vaste de la communauté : les personnes bisexuelles. Paradoxalement, leurs expériences ont tendance à être négligées dans les milieux queer. Pour quelles raisons ? Et en quoi prêter davantage attention à ces vécus serait-il bénéfique, tant à la communauté qu'à la société ?

Lors des rencontres mensuelles du groupe Bi+, les questions d'appartenance et de visibilité queer sont au cœur des échanges. Beaucoup y racontent cette présomption systématique d'hétérosexualité ou d'homosexualité, définie sur la base de la personne avec qui ils sont vu·e·x·s ou en relation. Une généralisation qui invisibilise la bisexualité.

Ce phénomène d'invisibilisation est lié à une conception dichotomique des genres (voir encadré latéral), que nous abordons souvent lors de nos discussions. La séparation binaire stricte qui en découle pose problème à la société tout entière, dont à la communauté queer : en ne laissant aucune place aux différences, elle alimente des stéréotypes sociaux qui peinent à disparaître.

L'hétéronormativité comme obstacle

Un homme est comme ci, une femme, comme ça. Ce type de réflexions nourrit l'hétéronormativité. Dans ce schéma, l'amour ne se conçoit qu'entre deux genres opposés : l'homme aime la femme, la femme aime l'homme, de manière exclusive et définitive. C'est dans ce système que notre communauté a dû lutter pendant des décennies pour obtenir nos droits. La dichotomie et l'hétéronormativité sont la norme, tandis que la queerness, la diversité et la pluralité des genres sont des exceptions.

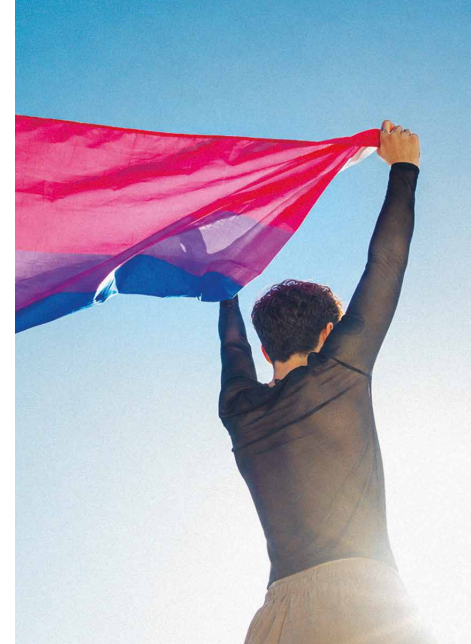
Rien de surprenant donc à ce que le manque de visibilité soit si souvent abordé dans les échanges du groupe bi. Il suscite un sentiment d'insécurité et donne cette pénible impression de « ne pas être vu·e·x tel·le·x que l'on est ». Quand et dans quel contexte

Dichotomie des genres

La dichotomie des genres divise les êtres humains en deux catégories strictement opposées : les hommes et les femmes. Cette construction historique et sociale présuppose que les deux genres sont diamétralement opposés et s'excluent mutuellement.

Besoin d'appartenance

Les êtres humains sont des êtres sociaux. En d'autres termes, nous voulons appartenir à un groupe. Dans une société façonnée par l'hétéronormativité, les personnes bisexuelles ont la possibilité d'appartenir à un groupe par le biais d'une relation hétérosexuelle. Ceci nuit toutefois à la visibilité de la bisexualité en tant qu'orientation sexuelle à part entière.



La visibilité et la reconnaissance favorisent également la santé

est-ce que je peux, dois ou veux parler de mon orientation sexuelle et faire mon coming out ? À quel point est-ce important pour moi d'être perçu·e·x comme une personne bisexuelle ? Ou encore trop souvent : suis-je suffisamment bi ?

Ni indécis·e·x·s, ni moins aptes à être en relation

Le coming out est un sujet récurrent au sein de notre communauté, mais il revêt une dimension particulière pour les personnes se situant sur le spectre bisexuel. Et pour cause : la bisexualité n'est pas une orientation monosexuelle. Alors que les personnes monosexuelles sont attirées exclusivement par un seul genre, les personnes bisexuelles ressentent de l'attirance pour plusieurs genres, ce qui est loin de signifier qu'elles sont indécises ou moins aptes à être en relation ! Pourtant, certains préjugés tenaces

subsistent, comme l'idée que les personnes bisexuelles auraient toujours besoin d'entretenir simultanément des relations avec des individus de genres différents, ou qu'il s'agirait d'une simple phase.

Manque d'acceptation dans la communauté

Il ressort de plusieurs études (par exemple Hässler/Eisner, 2023), mais aussi de nos discussions, que cette situation conduit à un stress minoritaire et à une double stigmatisation spécifique. L'orientation sexuelle est considérée comme un élément important de l'identité de genre. Lorsqu'elle est niée



ou n'est pas prise au sérieux, les personnes concernées ont le sentiment de ne pas être acceptées ou de ne pas faire partie de la communauté. Ce qui nous mène au souhait principal des personnes bisexuelles à l'égard de notre communauté et de la société hétéronormative majoritaire : « Prenez nous au sérieux et reconnaissez notre orientation sexuelle, au même titre que toutes les autres couleurs de l'arc-en-ciel ! » Favoriser la visibilité et la reconnaissance contribue d'ailleurs à promouvoir la santé.

Il n'est pas rare que les hommes bi+ prennent conscience de leur orientation sur le tard. Ce cheminement, souvent lié au besoin d'appartenance (voir encadré latéral), soulève de vraies questions au sein du couple et de la famille. Il invite à repenser les relations de couple et offre une opportunité précieuse : enrichir les relations hétéronormatives de modes de vie queer et permettre une compréhension mutuelle.

S'écouter mutuellement au lieu de faire des suppositions

Du coming out au désir fondamental d'aimer en toute liberté, les hommes gays et bisexuels partagent un vaste socle d'expériences communes. Mais leurs parcours

comportent aussi des défis propres. La véritable compréhension mutuelle commence peut-être là : reconnaître que l'appartenance n'est pas vécue de la même façon pour chacun·e·x. En nous écoutant les un·e·x· s les autres au lieu de faire des suppositions, nous donnons de la force aux personnes bisexuelles, tout en renforçant notre communauté dans son ensemble.

En tant que coresponsables du groupe d'échange Bi+, nous sommes touchés lorsque les discussions permettent d'aider les participant·e·x·s à s'assumer, à afficher leur orientation sexuelle et à se sentir intégré·e·x·s à la communauté queer. Comme le dit notre devise : *bi-happy, bi-proud !*

Groupe d'échange Bi+ à Zurich :

(en allemand) :
www.haz.ch et
bi-gruppe@haz.ch

En Romandie :

Association 360
association360.ch et
 Groupe BiPan+
bipanplus@association360.ch

Arosa Gay Ski Week

16 - 23 JANVIER 2027

Certains l'aiment frappé
 La Winter Pride préférée d'Europe



photo: © Aaron Cobbett

7

Au cœur de la communauté LGBTQIA+, la majorité oubliée des personnes bi+

Depuis sa création à l'été 2022, l'association Bisexuel Suisse s'engage en vue de renforcer la visibilité des personnes bisexuelles, les mettre en lien et sensibiliser le public aux réalités bi+.

Collègues, ami·e·x·s, partenaires ou membres de la famille : les personnes bi+sexuelles font partie intégrante de nos vies. Et pourtant, la bi+sexualité demeure souvent invisible. Bien que les personnes bi+ constituent la majeure partie de la communauté LGBTQIA+, il aura fallu attendre 2022 pour que la première association indépendante visant à représenter les intérêts des personnes bi+ de tous genres en Suisse, Bisexuel Suisse, voit le jour. Pink Cross se considère aussi comme une organisation faîtière pour les hommes bisexuels. Néanmoins, force est de constater que la bi+sexualité bénéficie toujours d'une visibilité relativement faible.

Dans la communauté queer aussi, les questions bi+ méritent plus d'attention

Pour nous, la communauté LGBTQIA+ est un ensemble, dont nous faisons partie. Si nous apprécions la collaboration avec des organisations comme Pink Cross, nous sommes convaincu·e·x·s que chaque communauté a ses propres expériences et

besoins. C'est aussi ce qui ressort d'une enquête publiée par Pink Cross, réalisée auprès de ses membres. En effet, 52 % des personnes interrogées ont déclaré qu'elles soutenaient moins les préoccupations des hommes bisexuels que celles des hommes gays. Si les résultats ne permettent pas de tirer des conclusions générales, ils montrent toutefois que les questions liées à la communauté bi+ continuent de nécessiter une attention particulière aussi dans la communauté queer.

Une invisibilisation de la véritable identité

La bisexualité est souvent mal comprise. Le fait que l'attraction pour plus d'un genre constitue une orientation sexuelle à part entière est souvent peu présent dans la conscience collective. Les personnes bi+ voient donc régulièrement leur identité remise en question, relativisée ou mécomprise. Une personne en couple avec une personne du genre opposé est rapidement perçue comme hétérosexuelle. De même, une personne en couple avec une personne



du même genre est, elle, considérée comme homosexuelle. L'identité réelle reste souvent invisible.

Cette invisibilisation a des conséquences. Des études montrent que les personnes bi+sexuelles souffrent plus souvent de troubles psychiques que les personnes homosexuelles ou hétérosexuelles. Les personnes bi+ ont aussi moins tendance à faire leur coming out et ont souvent le sentiment de ne pas être pleinement représentées, que ce soit dans les milieux hétérosexuels ou queer.

Nos activités

Visibiliser, rassembler, sensibiliser : voilà notre mission. D'une part, nous organisons des rencontres et des événements sportifs et communautaires (comme des groupes de course à pied aux Prides). D'autre part, nous portons la voix des personnes bi+ dans les médias, en politique et dans le débat public. À nos yeux, il est essentiel de bâtir des espaces où

partager nos expériences et prendre conscience que nous ne sommes pas seul·e·x·s.

Répondre à ce besoin est primordial, comme le montrent les retours de ces dernières années. De nombreuses personnes nous confient que nos offres leur ont donné pour la première fois le sentiment d'être directement concernées ou leur ont permis d'établir un premier contact avec la communauté bi+.

Nous en sommes convaincu·e·x·s : une meilleure visibilité aide l'ensemble de la société à appréhender l'orientation sexuelle de manière plus nuancée et à considérer la diversité comme une évidence.

Retrouve plus d'informations sur Bisexuel Suisse, sa prise de position et des événements pour les personnes bi+ en allemand sur biplus.ch

Rendre visible, c'est Bi-en

Helpline: 0800 133 133
lgbtiq-helpline.ch/fr

De nos jours, le terme bi·e·x signifie être attiré·e·x par le même genre ou par un genre différent. Bien au-delà de la fausse vision binaire, il englobe d'autres identités qu'il est important de mentionner, comme celles de pansexuel·le·x/panromantique : personne qui éprouve de l'attraction physique et/ou sentimentale pour d'autres personnes, indépendamment de leur genre, ou encore omnisexuel·le·x/omniromantique, soit une personne qui éprouve de l'attraction physique et/ou sentimentale pour tous les genres.

La LGBTIQ Helpline offre une écoute, du soutien face aux discriminations et une orientation vers des structures adaptées. Elle est, par conséquent, en première ligne face aux préoccupations et aux questions que vivent notamment les personnes bisexuelles, souvent victimes de biphobie. En effet, certaines évoquent des discriminations qui prennent différentes formes, comme le fait que leur orientation soit souvent considérée comme une phase ou encore qu'elles soient perçues comme hétérosexuelles ou homosexuelles selon le genre de leur partenaire. Des idées préconçues qui ont la tête dure, sans compter les stéréotypes liés à une supposée hypersexualité, à une prétendue incapacité à

s'engager. De plus, de nombreux·ses bi·e·x mentionnent le fait de se sentir rejeté·e·x par leurs adelphe·s issu·e·x de la même communauté LGBTQIA+. Ce cocktail d'injustices, bien connues des bi·e·x·s, les conduisent à nier leur propre orientation, à invisibiliser leur identité, à s'auto-exclure. Des discriminations qui impactent lourdement leur santé mentale.

Être bi·e·x est une merveilleuse façon d'être attiré·e par quelqu'un et de se connecter à un humain. Il est important de les rendre visibles, de leur permettre d'exister, parce qu'être bi c'est Bi-en.

La Semaine de la visibilité bisexuelle, également connue sous le nom de BiWeek, est une semaine de célébration annuelle qui se tient en septembre, à l'occasion de la journée de la célébration de la bisexualité le 23 septembre. La célébration de cette semaine encourage l'acceptation de la communauté bisexuelle et tente de créer une plate-forme de défense des droits des personnes bisexuelles.

Mais qui se cache donc derrière backlash ?

Signaler un crime de haine : stophate.ch

Le retour de bâton qui nous vise sur les réseaux sociaux, dans certains médias ou dans l'espace public inquiète. D'autant plus que, à l'exception de quelques milliardaires bien connu·e·s, on ne sait souvent pas qui se cache derrière ces attaques. Raison de plus de se pencher sur la question.

Pink Cross analyse les médias et l'actualité politique de différentes façons. Nous effectuons un suivi quotidien des médias, surveillons les initiatives politiques et, bien sûr, recevons de nombreux signalements de la part de la communauté, notamment de publications haineuses sur les réseaux sociaux.

Après des années de progrès en matière de droits et d'ouverture sociale, les agressions et les discriminations à l'encontre des personnes LGBTIQ se multiplient à nouveau. Cela peut effrayer, mais la peur n'a jamais été de bon conseil. Mieux vaut observer et analyser exactement les faits, ce à quoi s'est consacrée Pink Cross ces derniers mois. Voici nos conclusions.

Petit groupe, gros vacarme

Le retour de bâton, aussi appelé « backlash », s'appuie sur des idéologies de droite conservatrices et évangéliques, importées en partie des États-Unis ou du Royaume-Uni et propagées sur le web par des associations ou réseaux nouvellement créés. Sous le couvert de la liberté d'expression, ces mouvements ont tendance à cultiver une hostilité générale envers l'État et à embrasser des théories du

complot. On remarque d'ailleurs que ce sont toujours les mêmes quelques personnes qui reviennent régulièrement au sein de ces organisations.

Celles-ci peuvent néanmoins être très bruyantes, se servant de certains médias réactionnaires pour amplifier leur message auprès du grand public. Ensuite, des responsables politiques d'extrême droite reprennent ces thèmes, les mettent sur le devant de la scène politique et misent ainsi sur l'effet de sensationnalisme médiatique. En ce moment, leurs sujets de prédilection sont l'éducation sexuelle et l'éducation à la diversité dans les écoles, les questions liées au genre et les droits des personnes transgenres.

Retrouver sa capacité d'agir

En y regardant de plus près, on constate que la menace diffuse du retour de bâton s'incarne dans des personnes bien réelles. Une prise de conscience qui permet d'agir, notamment en portant plainte en cas de propos discriminatoires et d'appels à la haine. Le phénomène perd ainsi de sa superbe pour se réduire à un bien triste tas de misère.

Comment mieux inclure les hommes queer issus de la migration ?

Peu de personnes avec un parcours migratoire sont actives chez Pink Cross. Comment rendre l'organisation plus inclusive et représentative de notre communauté ? Des personnes concernées ont échangé avec nous sur le sujet lors d'une table ronde à Berne.

C'est une partie de la communauté peu représentée au sein de Pink Cross : les hommes gay et bi et les personnes queers issues de la migration. Que faire pour changer cette situation ? Cette question occupe notre organisation, qui a décidé d'en faire un axe prioritaire de sa stratégie. Pink Cross veut ainsi favoriser le dialogue sur la thématique de la migration, afin de sensibiliser davantage aux enjeux inter-sectionnels. Elle est aussi chargée de mettre en place des offres et un accompagnement pour les hommes* gay et bi issus de la migration.

Rencontre enrichissante

Quels sont donc les besoins spécifiques et les attentes à l'égard de Pink Cross dans ce domaine ? Plusieurs personnes concernées ont répondu à notre appel à mener cette réflexion ensemble. Venues de Suisse romande et alémanique, elles ont participé dans nos bureaux, à Berne, à une table ronde sur le sujet. Une rencontre enrichissante qui a permis d'échanger expériences vécues, préoccupations et offres

possibles. Une deuxième rencontre avec des hommes gay et bi issus de la migration devrait suivre, avant la concrétisation d'une première mesure.

Pistes à l'étude

Pour certains, le rôle de Pink Cross est de sensibiliser sur l'homonationalisme. Pour d'autres, la faïtière doit s'engager contre le racisme sur les applications de rencontre. La mise en place d'opportunités de rencontre accessibles figure aussi parmi les mesures discutées lors de la table ronde du 18 mai. Pink Cross va désormais étudier les différentes propositions et idées discutées.

Envie de participer :

gabriel.sassoon@pinkcross.ch

En route pour la Conférence LGBTIQ+ le 17 octobre

Après les Prides, place à la conférence : le 17 octobre, des organisations LGBTIQ+ et des activistes queer de toute la Suisse se retrouveront au pied du Gurten pour la grande rencontre annuelle communautaire axée sur l'échange de connaissances. Cette édition portera sur la justice migratoire et l'antiracisme.

Cet automne, la LOS, Pink Cross, TGNS, Inter-Action et la Milchjugend donnent rendez-vous à la Conférence LGBTIQ+. Plus d'une centaine de personnes venues de toute la Suisse et issues d'horizons très divers se réuniront à la Heitere Fahne, à Wabern, pour échanger leurs expériences, approfondir leurs connaissances et célébrer ensemble.

Justice migratoire et antiracisme, thèmes phares de cette édition

Cette année, nous nous pencherons sur les questions de justice migratoire et d'antiracisme au sein de notre communauté et de la société dans son ensemble. Il n'est malheureusement pas rare que des personnes issues de la migration aient encore du mal à s'intégrer dans notre communauté. Nous sommes déterminé·e·s à y remédier, ensemble.

Notre objectif est d'apprendre des personnes et des organisations qui ont déjà acquis une expérience précieuse dans ce domaine. Ensemble, faisons évoluer les structures queer vers plus d'inclusion :

comment pouvons-nous intégrer dans notre réflexion et valoriser les différentes réalités de vie des personnes queer liées à la migration, à l'exil et aux expériences de racisme ? Comment pouvons-nous mettre en pratique ensemble la justice migratoire et l'antiracisme ?

Nouveau format de Community Night

Après une présentation introductive, les participant·e·s exploreront différentes questions lors d'ateliers. Un repas en commun permettra de recharger les batteries avant d'enchaîner sur une seconde série d'ateliers, qui se conclura par un court temps de partage autour des enseignements clés. Cette année, l'équipe organisatrice a décidé de remplacer la Community Night par un apéro d'initiation ouvert à tou·te·s, ce qui permettra de consacrer plus de temps et d'espace aux échanges entre participant·e·s.

Inscris-toi dès maintenant :

lgbtiq-conference.ch/fr

Flower Power pour Pink Mail

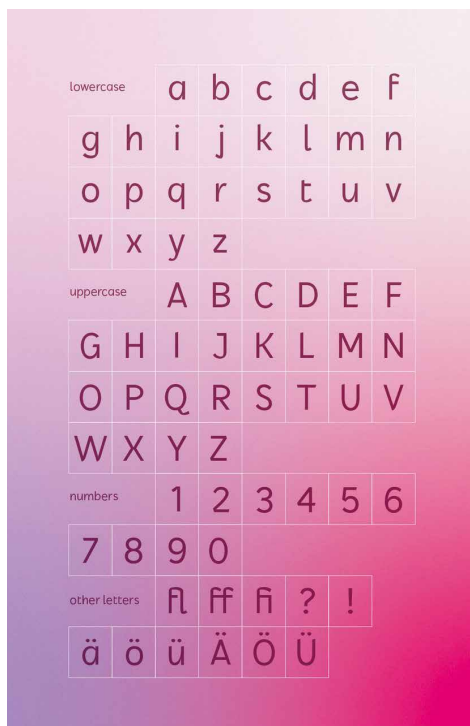
Kilian Büchi s'est lancé dans un travail de diplôme peu commun : créer une nouvelle police de caractères pour Pink Mail. Nous l'avons interrogé sur ses motivations et ses liens avec la communauté queer.

Kilian, tu as consacré ton travail de diplôme au développement d'une nouvelle police. Pourquoi avoir choisi Pink Cross ?

J'ai su depuis le début que je voulais intégrer une touche personnelle à mon travail de diplôme. J'ai pensé créer une police de caractères inspirée de ma propre écriture et il me fallait un mandat adapté. Comme la place de l'orientation sexuelle et de l'identité dans le design me fascine depuis longtemps, je suis tombé sur Pink Mail. C'est ce mélange de contenu politique et de récits personnels qui en a fait le terrain créatif idéal.

Qu'est-ce qui t'a inspiré pour créer la police Florens ?

Au cours du processus de création, je me suis plongé dans la symbolique de la communauté queer, et les fleurs sont revenues constamment. Elles incarnent la diversité, l'individualité, la visibilité et la



Kilian Büchi a développé la nouvelle police Florens pour Pink Mail. (Photo : Kilian Büchi)

communauté, autant de thèmes majeurs dans le magazine. En plus, les fleurs revêtent une signification particulière dans l'histoire de la communauté gay.

Que souhaites-tu exprimer à travers cette police ?

Je voulais créer une police capable de véhiculer aussi bien des informations factuelles et des analyses politiques que des récits intimes touchants issus de la communauté. Tout le défi était de trouver le juste équilibre entre une grande lisibilité, un style professionnel et une touche de chaleur humaine. Le résultat est une police florale, teintée d'accents manuscrits, qui affiche un vrai caractère sans rien perdre de sa fonctionnalité.

Que souhaites-tu pour la communauté queer aujourd'hui ?

La visibilité est cruciale, en particulier dans l'art et la culture. Je rêve d'une société

où tout le monde peut être soi-même. La diversité embellit notre monde. Après tout, un champ de fleurs est plus agréable à regarder qu'une monoculture !

Un grand merci, Kilian, d'avoir consacré ton temps et ton talent à un projet pour Pink Cross et de mettre ta police de caractères à notre disposition. Nous te souhaitons beaucoup de succès pour la suite de ton parcours !

Tu es un nouveau membre ou tu as simplement envie de parler de ton engagement auprès de Pink Cross dans une interview ?

Envoie un e-mail à
communication@pinkcross.ch

Dr. Gay

PrEP

La PrEP, c'est pour moi ?
Découvre-le ici : drgay.ch/prep



Aids-Hilfe Schweiz
Aide Suisse contre le Sida
Aiuto Aids Svizzera

CHECKPOINT

swiss
PREP
ARED