S’exprimer dans les médias

Guide pour personnes issues de l’asile



Pourquoi ce guide ?

Prendre la parole pour partager son expertise ou son vécu permet de rappeler que derrière « l'asile » et les chiffres se trouvent des personnes au parcours unique. Ce guide a pour objectif d'accompagner les personnes issues de l'asile* dans leur préparation en clarifiant les droits et les risques liés à une exposition médiatique, leur permettant de faire des choix éclairés et de poser leurs limites. Les raisons de s'exprimer sont variées : sensibiliser l'opinion publique, alerter les politiques, ou à une échelle plus personnelle se réapproprier son histoire. Actuellement, certaines personnes hésitent à s'adresser aux médias par peur, méfiance ou méconnaissance, souvent en lien avec des expériences négatives passées, personnelles ou rapportées. À cela s'ajoutent la fatigue du témoignage, un sentiment d'impuissance ou encore d'illégitimité : au nom de qui parle-t-on ?

Fonctionnement des médias : En Suisse, les médias sont privés, à l'exception de la Société Suisse de radiodiffusion et télévision (SSR) qui est une entreprise audiovisuelle de service public. La Suisse garantit la liberté de la presse : les journalistes peuvent enquêter et publier sans contrôle du gouvernement. Un code déontologique intitulé « La Déclaration des devoirs et des droits du/de la journaliste », encadre l'exercice de la profession ; y est par exemple mentionné le respect de la dignité humaine, l'interdiction de méthodes déloyales, ou encore le devoir de rectifier toute information se révélant inexacte. Les journalistes travaillent sous pression – en tension entre rapidité et fiabilité de l'information – et comptent sur la disponibilité immédiate des personnes à interviewer : il faut donc être joignable rapidement par téléphone.

*Dans ce guide, la notion de « personnes issues de l'asile » inclut toute personne fuyant la guerre ou les persécutions, indépendamment du résultat de sa demande d'asile.

Droits face aux médias

Rappel : Ce sont des droits ; leur application peut s'avérer plus ou moins facile.

■ LIBERTÉ D'EXPRESSION

Quel que soit votre statut, vous avez le droit de vous exprimer dans les médias. Vous pouvez conditionner votre prise de parole à certaines exigences (accompagnement, relecture, anonymat). Au ou à la journaliste d'accepter vos conditions ou de chercher une autre personne à interviewer.

■ REFUS, ARRÊT OU COUPE

Lorsqu'un·e journaliste ou une personne de confiance vous sollicite, vous avez le droit de refuser. Personne ne vous en voudra de dire non. Si vous acceptez, vous avez la possibilité de refuser de répondre à une question spécifique, de demander une pause ou de mettre fin à la discussion à tout moment. Vous pouvez également demander qu'une partie de vos propos soit coupée.

■ CLARIFICATIONS

Demandez des précisions sur le format (audio, vidéo, texte), l'angle, la participation d'autres personnes, et les modalités de diffusion prévues (traduction, publication sur les réseaux sociaux). Clarifiez également le niveau de langue attendu ; généralement, un français parfait n'est pas nécessaire. Vous pouvez demander à recevoir les questions à l'avance et refuser d'être enregistré·e ou filmé·e.

■ ACCOMPAGNEMENT

Se retrouver seul·e face à un·e journaliste peut être intimidant, entourez-vous d'une personne (proche ou association) avec qui vous pouvez vous préparer, débriefer et échanger en cas de sollicitations ultérieures du·de la journaliste (par exemple pour des photos ou témoignages supplémentaires). Lors de l'interview, vous pouvez demander à être accompagné·e par une personne de confiance ou un·e interprète.

ANONYMAT

Vous avez le droit de conditionner votre prise de parole à une anonymisation. Identifiez par qui vous ne voulez pas être reconnu·e – vos proches, les autorités de votre pays, autre – et discutez avec le·la journaliste des options à disposition : nom d'emprunt, suppression d'éléments contextuels, photographie de dos, logiciel de modification de voix ou lecture par une autre personne, etc. La technologie évoluant rapidement, le·la journaliste pourra vous conseiller sur ce qui est le plus à même de garantir votre sécurité et celle de vos proches.

RELECTURE

Pour les contenus écrits, la relecture des citations avant publication est toujours possible sur demande. Pour la TV et l'audio, cela est plus difficile : une écoute préalable n'est souvent possible que pour les formats longs, rarement pour ceux courts/d'actualité.

RÉTRACTATION

Les demandes de retrait sont traitées différemment selon les rédactions. Supprimer une citation écrite ou l'anonymiser après coup est relativement simple, tandis qu'un retrait après diffusion d'une interview TV/audio – bien que possible – est rare. Il est important de manifester au plus vite le retrait de votre consentement, en précisant s'il concerne l'entièreté de vos déclarations ou seulement une partie. Vous pouvez le faire immédiatement après l'interview si son déroulement vous fait changer d'avis et renoncer à la médiatisation de vos propos.

Risques à considérer avant d'accepter une interview

Rappel : Ce sont des risques ; tous ne vont pas se concrétiser.

IMPACT SUR LA VIE PRIVÉE

Une exposition publique peut engendrer des réactions, positives ou négatives. Le contenu diffusé sur internet (et relayé sur les réseaux sociaux) est accessible longtemps et au-delà des frontières. Vos proches, où qu'ils·elles soient, peuvent également être impacté·es. Les journalistes travaillent souvent dans l'urgence et avec une temporalité pouvant être différente de la vôtre. N'hésitez pas à prendre du recul et à prioriser votre propre procédure d'asile : vous aurez toujours la possibilité de prendre la parole ou de médiatiser votre situation plus tard.

INSTRUMENTALISATION OU SIMPLIFICATION

Vos propos peuvent être repris et sortis de leur contexte par certains médias ou personnalités politiques, et cela même plusieurs mois ou années après votre interview. Votre parole peut être généralisée comme représentative de « tous les réfugié·es », ou réduite à un « cas » ou à une figure de « victime ». Pour anticiper cela, précisez de quelle perspective vous vous exprimez : Allez-vous parler de votre vécu personnel et/ou de votre expertise sur un sujet précis ?

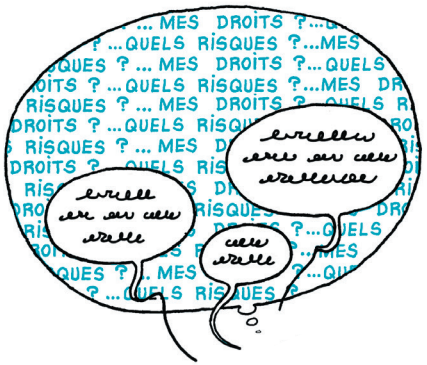
■ RETRAUMATISATION

Évoquer des expériences traumatisantes peut raviver des souvenirs douloureux et entraîner du stress, de l'angoisse ou une forte fatigue émotionnelle. Il est donc important de définir à l'avance ce que vous souhaitez partager, de poser clairement vos limites et de refuser les questions qui vous mettent mal à l'aise. N'hésitez pas à demander du soutien avant ou après l'entretien si vous en ressentez le besoin (voir l'application Sui de la Croix-rouge suisse par exemple).

■ JURIDIQUES OU ADMINISTRATIFS

Les informations publiées (et non-anonymisées) peuvent être utilisées par les autorités suisses. Des propos contradictoires sur les motifs déterminants de la demande d'asile peuvent conduire à une révocation de l'asile. Des déclarations incomplètes, floues ou en partie contradictoires sur l'itinéraire d'exil ne sont généralement pas suffisantes pour une révocation.

Une version à l'intention des journalistes intitulée « Interviewer des personnes issues de l'asile: guide à l'intention des journalistes » peut être téléchargée ici.



En conclusion, s'exprimer dans les médias peut être un levier puissant pour sensibiliser l'opinion publique, alerter les politiques et contribuer à une meilleure compréhension des réalités de l'asile. Toutefois, cette démarche doit rester un choix libre, guidé par vos besoins, vos limites et votre sécurité. Prenez le temps de vous préparer et n'oubliez pas que vous pouvez conditionner votre participation à certaines exigences (accompagnement, relecture, anonymat).

RÉALISÉ AVEC LE SOUTIEN DE

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Commission fédérale des migrations CFM

Soutenu par le crédit à l'intégration de la Confédération pour la période 2024-2027.

NOUVEAU NOUS CULTURE MIGRATION PARTICIPATION

ETAT DE FRIBOURG
STAAT FREIBURG

Direction de la santé et des affaires sociales DSAS
Direktion für Gesundheit und Soziales GSD
WWW.FR.CH/DSAS

REPUBLIQUE ET CANTON DE GENEVE
POST TENEBRAS LUX

canton de vaud

PIC
PROGRAMMES D'INTÉGRATION CANTONAUX

ETAT DE FRIBOURG
STAAT FREIBURG

Bureau de l'intégration des migrant-e-s et de la prévention du racisme IMR
Fachstelle für die Integration der Migrantinnen und für Rassismusprävention IMR

VILLE DE GENÈVE

Coordination asile.ge

Ce guide a été réalisé par asile.ch, service d'information et de documentation sur l'asile, dans le cadre du projet « Le Comptoir des médias », dont l'objectif est de favoriser une information factuelle et dénuée de préjugés.

RÉDACTION Elodie Feijoo, avec la collaboration de Sarah Pfitzmann

REMERCIEMENTS Ce guide a vu le jour grâce à la collaboration de nombreuses personnes que nous tenons à remercier chaleureusement. Parmi elles, la rédaction de Voix d'Exils, des journalistes de la presse écrite et audiovisuelle, le comité d'asile.ch et des membres des associations suivantes : 3ChêneAccueil, Gezana, Droit de rester Neuchâtel, Pangea Kolektif, Vivre Ici.

RELECTURE Camille Aubry et Sophie Malka

ILLUSTRATION Ambroise Héritier

CONCEPTION GRAPHIQUE jennifer@l-artichaut.ch

CONTACT media@asile.ch

© asile.ch, Genève, septembre 2026

asile.ch