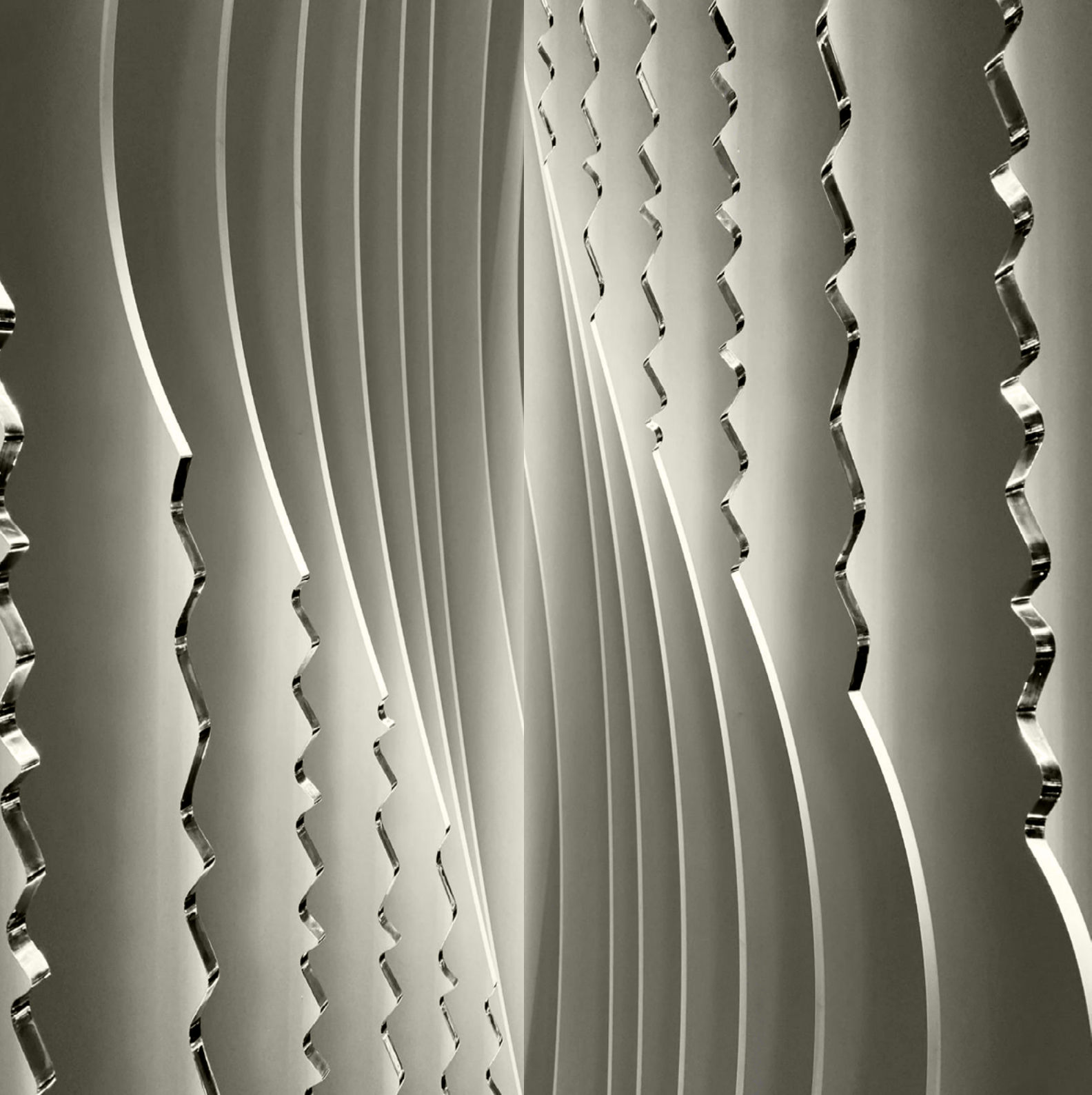
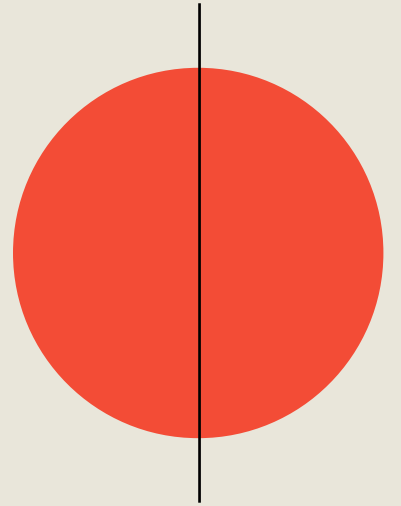


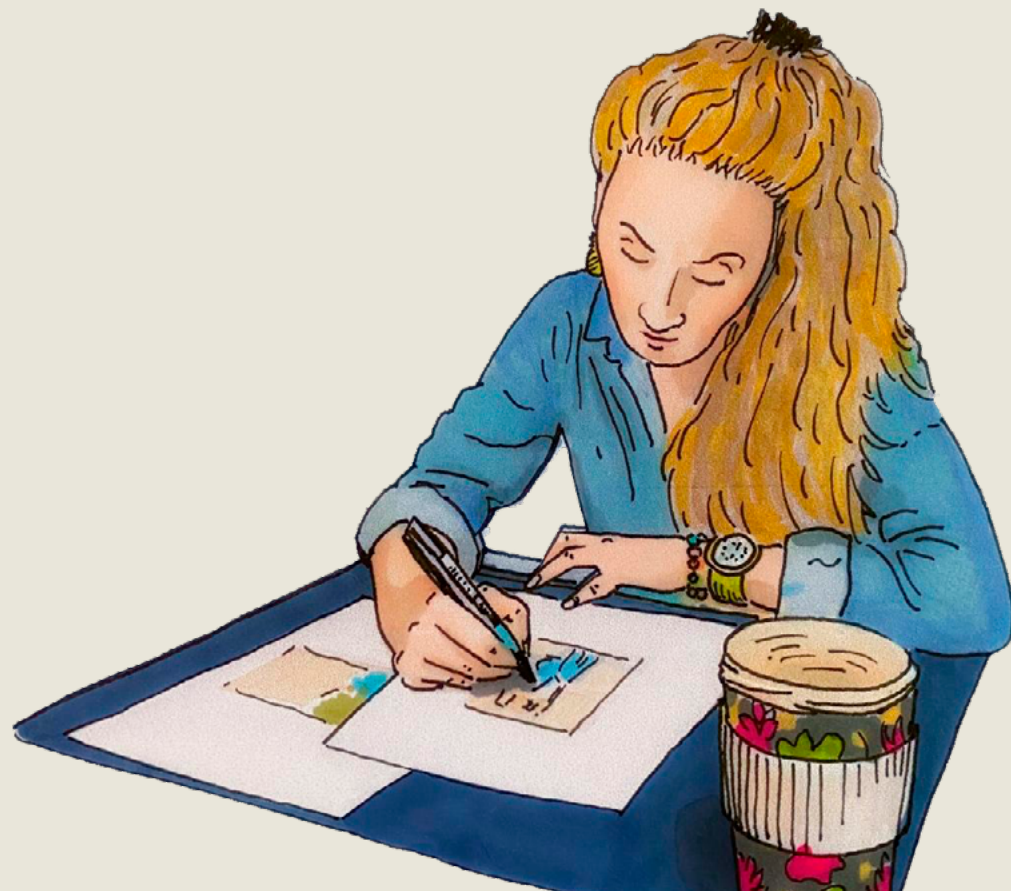


sophie gabus



book

à propos



rigueur et créativité

Transmettre, connecter, donner du sens : c'est ce qui me motive dans chaque projet que j'entreprends. Passionnée par la communication sous toutes ses formes, j'aime **créer du lien** entre les personnes, qu'il s'agisse de patients et de médecins, de citoyens et d'institutions, d'un public et d'un message qui mérite d'être entendu.

Mon parcours dans les médias et les milieux associatifs m'a appris à allier rigueur, créativité et accessibilité. J'ai à cœur de faire de l'information un outil de compréhension et d'action, en structurant des messages clairs et percutants. Organiser, coordonner, transmettre et travailler en équipe sont des aspects essentiels de mon approche.

Curieuse, j'explore toutes les formes d'expression.

Que ce soit à travers le storytelling, la stratégie de communication ou la gestion d'événements et de projets, mon objectif est toujours le même : faire émerger du **sens**, toucher les esprits et permettre à chacun de mieux comprendre pour mieux agir.

médias & Communication

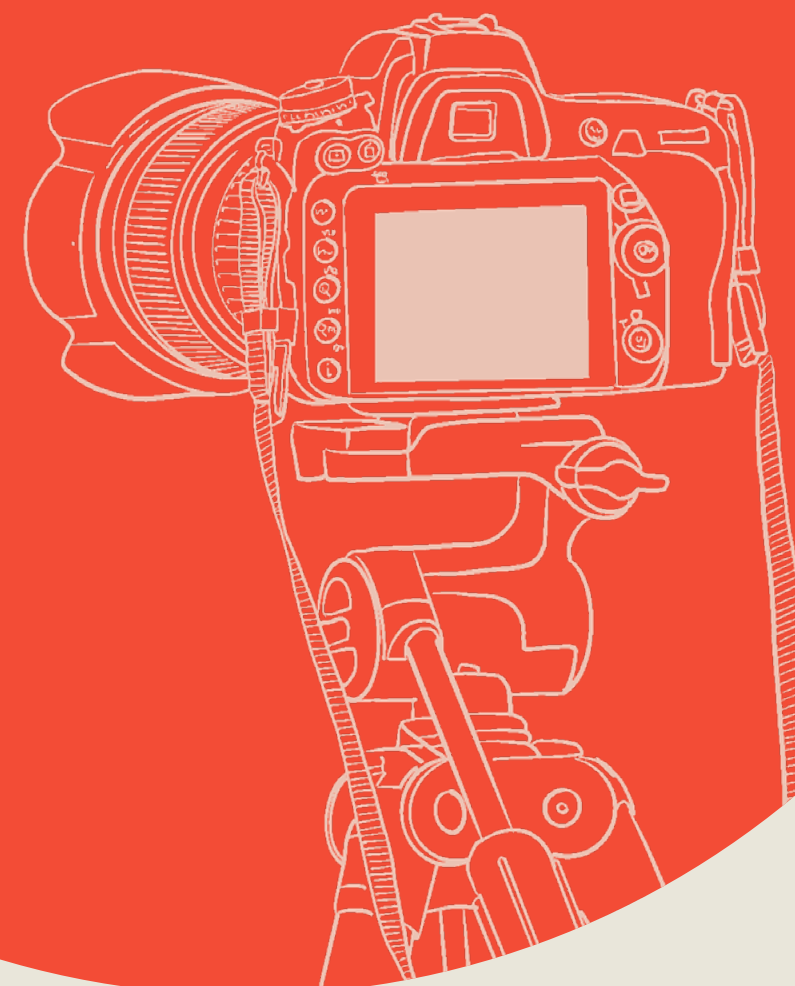


table des matières

mots p. 4

radio p. 6

video p. 8

TV nationale p. 10

digital p. 12

comm p. 14

valoriser p. 16

graphisme p. 18

photo p. 20

illustration p. 22

contact p. 24

C'est par l'écrit que je suis arrivée au journalisme. Un passage presque logique, après des études de lettres, comme une continuité naturelle du rapport que j'entretiens avec les mots. Mais écrire pour informer, c'est un exercice tout autre : **il faut aller vite**, penser vite, structurer, faire naître un récit sous contrainte, sans perdre la précision ni la profondeur. C'est un exercice exigeant — parfois vertigineux — mais extraordinairement formateur. Car derrière chaque article, chaque enquête, se cache cette tension entre la spontanéité du terrain et la rigueur de la forme.

L'écriture est une porte d'entrée vers le réel. Dans le reportage, même en TV ou en radio, **tout commence par elle** : un canevas qui alterne retranscriptions brutes d'interviews et commentaires plus construits, un équilibre fragile entre la voix des un·e·s et celle des autres, entre la leur et la mienne. L'image, le son, viendront ensuite. Ils enrichiront le récit, l'ancreront dans une autre temporalité. Mais l'écrit, lui, impose son propre rythme. Il oblige à choisir ses mots, à décortiquer le sens, à chercher la **nuance** dans un monde qui en manque cruellement.

L'écrit, c'est aussi **une liberté**. Celle de la rencontre sans dispositif, sans caméra ni micro, avec pour seule interface la parole partagée et l'écoute. Cette simplicité favorise l'intime, fait tomber certaines barrières. Elle permet de creuser davantage, d'interroger l'époque en profondeur, de ne pas se contenter des évidences. Car ce que je cherche, dans le journalisme, c'est à aller au-delà de la surface : comprendre les ressorts invisibles d'un système, les travers qu'il produit, les vies qu'il façonne, les impasses qu'il crée.

Mes sujets de prédilection naissent là, dans cet espace d'observation et de réflexion : la spiritualité, non comme refuge mais comme interrogation vive ; la mise en lumière de celles et ceux que l'on ne regarde pas ; la rencontre comme point de bascule du regard ; et toujours, cette volonté de rendre visibles les marges, les tensions, les fractures. Écrire, pour moi, c'est cela : donner forme à un monde qu'on regarde autrement, avec précision, avec écoute, avec engagement.



Spécial Femmes : La mort en face

Le cadre de la journée de la femme paraît idéal pour aborder le thème de l'inégalité de l'homme et de la femme face à la mort. En effet, les femmes ont en moyenne une espérance de vie de 10 ans supérieure à celle des hommes. Devant cette inégalité, les hommes ne peuvent pas lutter, ni les femmes céder. Et la plupart de celles qui formèrent la génération de nos grands-mères et de nos arrière-grands-mères ont poursuivi leur histoire seules. Une femme. Destinée qui ne manque pas de poser une série de questions : Perdre sa moitié, est-ce être condamné à vivre à demi ? La femme est-elle

Église et jeunes : le fossé «dégénération»

La religiosité nage en eaux troubles, et l'Eglise éprouve de la difficulté à s'adresser aux jeunes. A-t-elle vraiment le souci de les accompagner, de les épauler ? Si de réels efforts ont été accomplis dans la manière d'aborder la question religieuse au catéchisme, le jeune, après sa confirmation, se trouve confronté à lui-même, avec ses certitudes et surtout ses doutes ! L'Eglise semble en effet se désintéresser de l'avenir spirituel de ses catéchumènes. Confirmer à 15 ans : quel sens pour ces ados ? A cet âge, croire c'est difficile : que ce soit en Dieu, en la vie ou en soi. La relation

Le fil : rencontre avec Emilie Flacher de la compagnie Arnica

Soyons honnêtes, vous avez peu d'expérience avec la marionnette à fils. En France, quand on apprend à manipuler des marionnettes, on apprend plutôt la marionnette à gaine, une technique qui nous vient de Polichinelle ou encore de Guignol. Par la suite, on transpose ces techniques de manipulation et de phrasé du texte à d'autres formes de marionnettes, comme la marionnette sur table ou la marionnette portée, et c'est comme ça que j'ai appris le théâtre de marionnette. La marionnette à fils est la grande absente de mon parcours. Je ne m'y suis jamais vraiment intéressée. En fait,

Détection du cancer du sein chez les femmes de moins de 50 ans.

Un cinquième environ des cancers du sein est diagnostiqué avant 50 ans, soit avant de pouvoir bénéficier d'un programme de dépistage organisé. Chez les femmes plus jeunes, le diagnostic est généralement posé à la suite de la palpation d'une masse ou de l'apparition de symptômes, soit à un stade plus avancé de la maladie. Le pronostic est alors moins bon. C'est ce que confirme le Dr Khalil Zaman, oncologue, qui fait ici le point sur les difficultés liées au diagnostic chez les femmes de moins de 50 ans. Face à ces cancers, les gynécologues sont en première

radio



« venez, mais elles ne parleront pas. »

Le ton du directeur est définitif. Il en voit passer des «comme moi». Mais il me donne le précieux sésame. Le lundi suivant, je me présente devant la grande porte de fer de la prison de La Tuilière à Lonay. Mon minidisque et deux micros fraîchement achetés dans ma sacoche. Quelques bruits de clé plus tard, je suis introduite dans l'« atelier ». Une quinzaine de femmes y plient des emballages pour un fleuriste du coin. Elles me regardent. Méfiance. Sauf Jacqueline, pulpeuse blonde, la soixantaine, accent du Sud, qui fait le show. Moi ? Maladroite. Je bégaye. Il me faut trois tentatives pour prononcer correctement le nom de la cheffe d'atelier. Fou rire général. Je ne le sais pas encore, mais, magie du rire oblige, un lien s'est créé. Pendant une semaine, je vais partager leur quotidien de femmes détenues, constatant nos différences, mais surtout nos ressemblances. Une immersion. Un voyage dans le son.

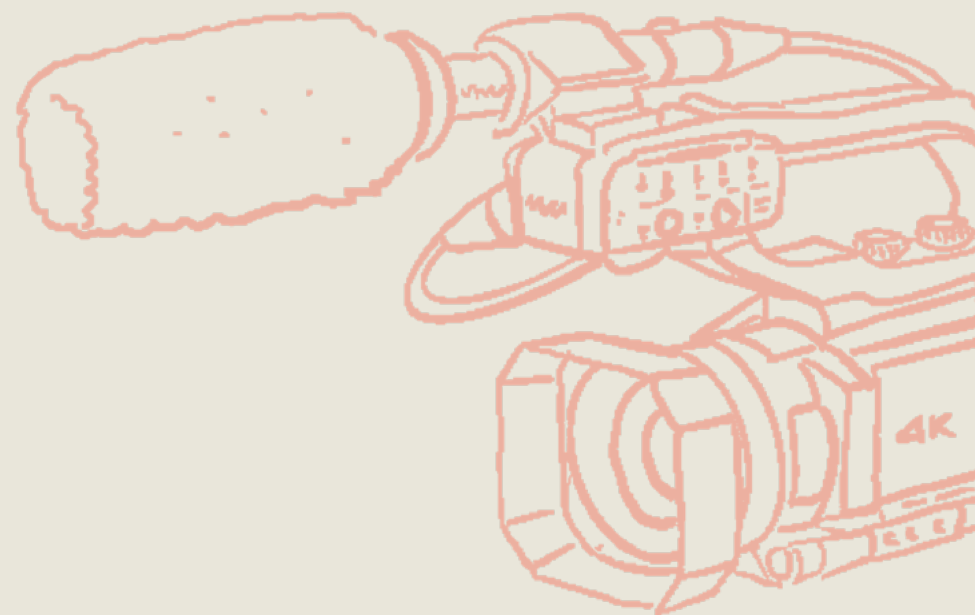
Le dernier jour, le directeur me serre la pince : « Vous alors... »

J'ai 23 ans et c'est mon premier reportage. Aujourd'hui encore, il reste l'un des plus marquants. Nous sommes en 2003 et je viens de rejoindre la petite équipe des Sons du réel, une émission de terrain montée avec des programmes craqués sur Internet dans nos chambres d'étudiant·e·s. Des **reportages de 30 minutes** pour explorer des thématiques sociales et culturelles : femme musulmane moderne, éducation sexuelle, paysan·ne·s du futur, tuning, vie dans les prisons, clowns dans les hôpitaux... Ces récits, en apparence disparates, dessinent ensemble le portrait d'une société en mutation.

Diffusion sur **Radio Fribourg**, juste après l'émission en patois du dimanche matin.

Deux ans à recueillir la parole de gens simples, à rencontrer. J'ai adoré.

vidé



Alors que je me destine à la radio ou à l'écrit, un événement vient bousculer mes plans. Fête des vendanges en terres neuchâteloises, conversation légère autour d'un verre de non-filtré, et cette phrase lancée en passant : « Mon demi-frère cherche une journaliste pour une télé régionale genevoise. » Un entretien improvisé autour d'une tarte aux noisettes plus tard, me voilà une caméra à la main. Trente minutes pour apprendre à filmer. Pareil pour monter. « Tu as les bases, le reste viendra avec la pratique. »

Je me retrouve à couvrir la vie locale d'une commune genevoise, et j'entre dans un univers que je ne soupçonnais pas : fait de micro-histoires, de solidarités discrètes, mais aussi de tensions profondes.

À Onex, la route de Chancy trace une frontière invisible. D'un côté, les villas, la stabilité, des voix bien relayées. De l'autre, les immeubles denses, une population hétérogène, parfois précaire, souvent moins entendue. Les intérêts divergent, les récits s'entrechoquent, les réalités s'éloignent. Ce qui rassemble les un-es peut agacer les autres. Dans cet écart, **l'information devient un outil de cohésion.**

Pendant quatre ans, j'ai vécu au rythme d'Onex : ses élections, ses campagnes pour la propreté, ses débats municipaux, ses tiraillements face à l'urbanisation, ses spéculations immobilières. J'ai appris à me mouvoir dans des mondes très différents : interviewer Brigitte Fontaine, filmer des centaines d'enfants, courir après des oies, découvrir le disc golf, documenter des récits de migration, croiser des générations et des visions du monde qui coexistent sans pour autant se rencontrer.

Ce travail de terrain m'a appris une chose : informer localement, c'est faire société. C'est éclairer les décisions concrètes, donner de l'écho aux voix discrètes, interroger les récits installés. C'est aussi tendre un miroir à la commune — ses forces, ses fractures, ses élans, ses contradictions. Mais dès qu'on met en lumière ces tensions, une ligne sensible apparaît. Quand une collectivité finance un média, même avec les meilleures intentions, une tentation existe : celle d'orienter le récit, de vouloir gommer les aspérités. **L'équilibre entre communication publique et information indépendante est précaire.** Il faut le défendre, sans cesser de l'interroger.



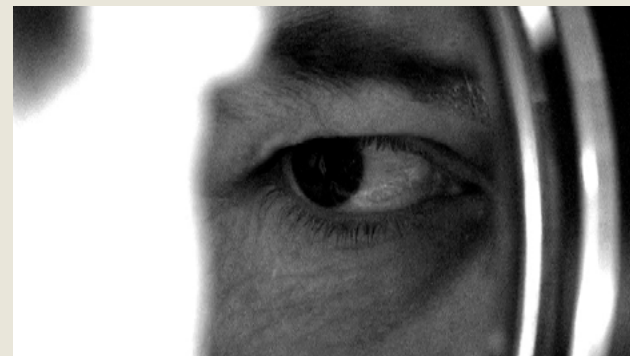
La résidence de la Rive se distingue par son offre unique d'accueil de nuit pour les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer, dans le but de soulager leurs proches.



Campagne pour sensibiliser la population aux problèmes des encombrants, une démarche participative, élaborée en co-construction avec des volontaires de la commune



Enquête - Onex : Quand la spéculation immobilière laisse les immeubles se dégrader, au détriment des habitant-e-s.



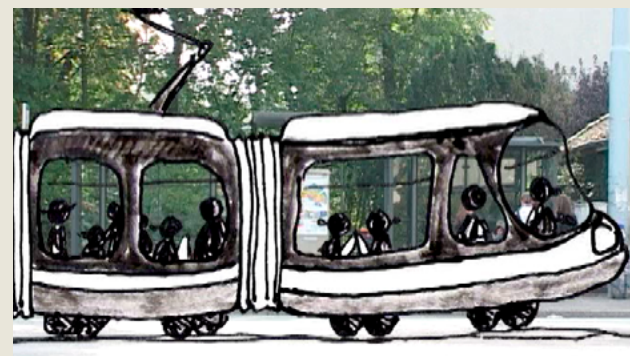
L'offre culturelle est riche sur la commune, avec des événements tels que les Spectacles Onésiens, le festival des Créatives et les représentations dans les écoles. Ici, la famille Prin présente un spectacle de cirque.



Réalisation de fouilles archéologiques suite à la découverte de restes romains sur un chantier de la commune, avec la mise au jour d'une sesterce.



Canal Onex couvre chaque votation et élection, en amont pour expliquer les enjeux et en aval pour analyser les résultats et leurs implications.



L'arrivée du TCOB, le tram Cornavin-Onex-Bernex, suscite des résistances. Un magazine analyse ces oppositions et met en commun les arguments de ses détracteur-ice-s et partisan-e-s.



Organisation d'une rencontre avec Cédric Grand, champion olympique de bobsleigh. Au programme : matinée de gymnastique spéciale pour une classe onésienne.



La naturalisation de plusieurs Onésien-ne-s est l'occasion d'explorer la thématique de l'intégration, en abordant les enjeux sociaux, économiques et culturels liés à l'immigration.

tv nationale



En 2010, j'intègre la **Radio Télévision Suisse** en tant que réalisatrice. D'abord en binôme avec un-e journaliste, je prends régulièrement en charge la réalisation de sujets en solo. Je collabore avec tous les départements, explorant ainsi les multiples facettes de la mise en image (reportage & studio/direct).

L'**actualité** impose de travailler avec rapidité et précision. Des formats comme Couleurs Locales, Couleurs d'été, 19h30, 12h45, Infrarouge, jusqu'aux grandes émissions spéciales — de la rencontre entre Poutine et Biden aux journées électorales — m'apprennent l'exigence de l'instantanéité. Dans ces formats courts, l'image doit transmettre des informations que le commentaire ou l'interview ne suffisent pas à exprimer. Les **magazines** offrent le luxe du temps et de la nuance : Mise Au Point, A Bon Entendeur, Temps Présent, Passe-moi les jumelles, C'était mieux avant ? et surtout 36.9°. Je travaille aussi dans les domaines du **sport** et du **divertissement** (Paléo festival et Montreux Jazz), adaptant à chaque contexte une mise en image pensée pour transmettre l'émotion, l'analyse ou l'immersion.

En marge de mon travail à la RTS, je réalise également des films en **free-lance** pour des artistes ou des causes qui me touchent. En septembre 2022, j'accompagne l'organisation Van For Life en Ukraine pour documenter ses actions et l'aider à lever des fonds.

La narration par l'image est avant tout une intuition, un instinct qui ne s'apprend pas. Mais c'est aussi un langage qui s'apprivoise. L'image offre des clés pour comprendre et ressentir, donnant aux récits une puissance émotionnelle.



36.9 ° - 5G et santé : quels sont les dangers ? (avec Christophe Ungar)

» voir



36.9 ° - Le coma artificiel, ils en sont revenus (avec Arditë Shabani)

» voir



C'était mieux avant ? - L'école (avec Eric Burnand)

» voir



direct - Eurovision / RTS - Sommet Poutine - Biden au Parc Lagrange



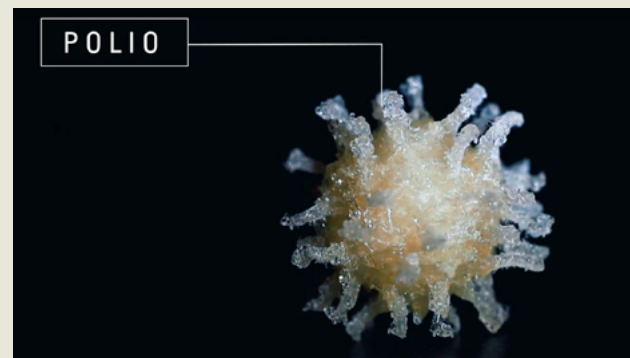
36.9° - La vie grâce aux robots - Prix Suva 2013 (avec Isabelle Moncada)

» voir



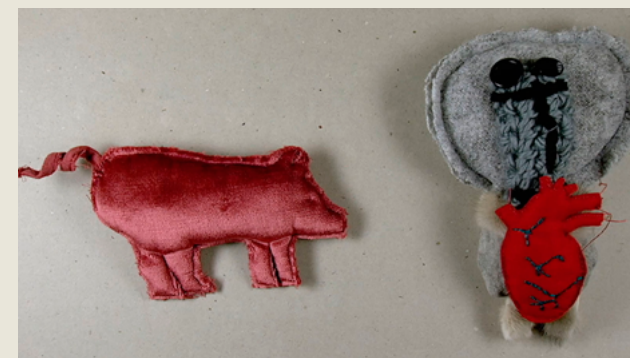
36.9° - SLA : Mon corps est une prison

» voir



36.9 - Vaccins pourquoi font-ils peur ? (avec Christophe Ungar)

» voir



36.9° - Les animaux futurs donateurs d'organes ? (avec Aurélie Coulon)

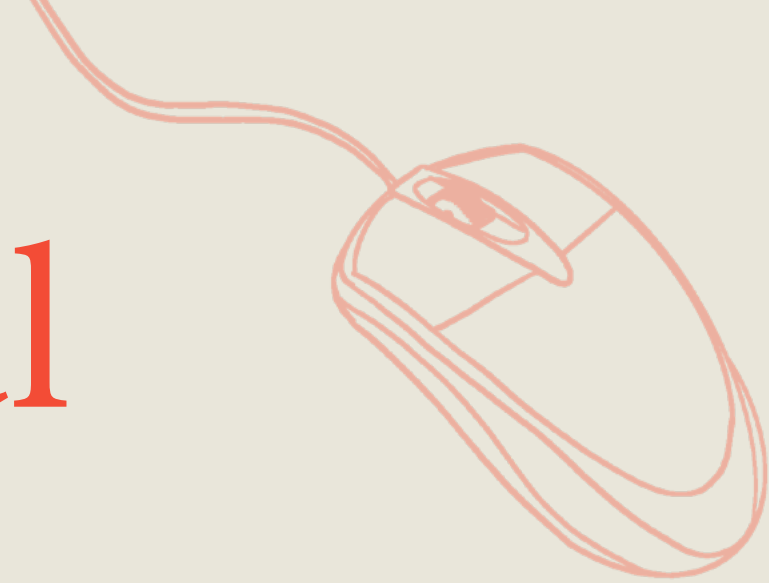
» voir



Temps Présent - Neuchâtel, l'heure des comptes a sonné (avec D. Willemin)

» voir

digital



Lorsque la RTS décide de développer son offre sur les réseaux sociaux, certain·es y voient une réalisation de seconde zone. Plutôt que de lutter contre ce changement, je choisis de l'accompagner. Je travaille d'abord comme co-productrice de **contenus pour les réseaux sociaux** au sein de l'émission 36.9°, puis on me propose de prendre la tête de la **cellule Digital Santé**. Notre défi : développer la communauté Instagram de la RTS avec des formats innovants. Notre équipe va largement dépasser les objectifs fixés.

Cette cellule nous permet d'élargir nos compétences, d'expérimenter. J'apprends aussi beaucoup de mes jeunes collègues qui me forment autant que je les forme.

Au cœur de cette aventure, il y a l'humain.
Les témoignages.
Les rencontres.



ma maladie rare

2020. A l'heure où la pandémie mondiale monopolise toute l'attention, quelques 300 millions de personnes vivent avec des maladies dont on ne parle jamais ou presque, parce qu'elles sont dites «rares». On en recense plus de 6'000 et elles sont le plus souvent graves et invalidantes. Entre errance diagnostique, absence de traitement ou traitements lourds, méconnaissance de la part des assurances et démarches sans fin pour obtenir de l'aide, les malades et leurs proches font face à bien des défis.

» voir

(avec Cyril Moulin & Gaëlle Bisson)



j'ai pas l'air malade, mais...

Ce format donne la parole à celles et ceux dont la maladie est invisible aux yeux du monde. À travers des journaux intimes filmés, ces témoins partagent leur quotidien, leurs défis et leur résilience. Chaque récit est suivi d'une rencontre avec une personne confrontée à la même réalité, créant un espace d'échange et de reconnaissance. Une plongée sensible au cœur de l'invisible, pour mieux comprendre ce qui ne se voit pas.

» voir

(avec Alain Orange, Gaëlle Bisson, Louise Saudan & Coralie Binder)



moi, éco-anxieux·se

«Moi, éco-anxieux·se» est un paris! Un seul tournage pour deux formats (un reportage broadcast et une série pour le digital). Ils donnent la parole à celles et ceux qui ressentent une angoisse profonde face aux crises écologiques. À travers des témoignages intimes, ils explorent ce que signifie vivre avec l'éco-anxiété. Entre prises de conscience, doutes et engagement, ces récits mettent en lumière un mal de notre époque et ouvrent la discussion sur les moyens d'y faire face.

» voir

(avec Alain Orange & Véronique Rotelli)



trauma

«Trauma» explore ces instants où la vie bascule. Il met en lumière le parcours de personnes ayant vécu un traumatisme, qu'il soit physique ou psychique. Chaque épisode raconte cette cassure, ce moment où tout a changé, mais surtout la façon dont ces personnes ont affronté l'épreuve et trouvé des solutions pour se reconstruire. Un récit sensible et authentique, où la résilience prend toute sa place.

» voir

(avec Gaëlle Bisson, Louise Saudan & Coralie Binder)



kéSEXa

«kéSEXa» est un format qui parle de sexualité sans tabou, avec humour et pédagogie. À travers des témoignages et des échanges avec des «SEX-perts», ce format explore des thématiques variées pour déconstruire les idées reçues, répondre aux questions que l'on n'ose pas toujours poser. L'objectif est d'informer, de rassurer et de normaliser les discussions autour de l'itimité, du sexe, du désir et des relations, sans jugement. Une fois le concept fixé, je porte ce projet seule : de la collecte des témoignages à la mise en forme.

» voir

(avec Clémentine Bischoff)

Début 2024, je reprends la direction de l'Association Savoir Patient / ASAP à Genève. Sa mission : mettre en lumière l'expertise des patient-e-s et favoriser le dialogue entre celles et ceux qui vivent la maladie et les professionnel-le-s de santé.

Je structure notre communication autour d'une thématique annuelle pour clarifier notre message et lui donner une portée plus large. Cette approche rassemble patient-e-s, soignant-e-s et partenaires autour d'un enjeu précis, tout en assurant la **cohérence** de nos actions. A l'occasion d'Octobre Ross, les patient-e-s choisissent comme thématique 2024 la détection du cancer du sein chez les femmes de moins de 50 ans.

Pour donner un visage à cette campagne, nous réalisons un clip très **visuel**, **simple** à réaliser et muet, **facilement déclinable**, afin qu'il puisse être diffusé dans des espaces publics et chez nos partenaires. Pharmacie Populaire le projette tout au long du mois d'octobre dans ses officines. Nous organisons également des interventions dans des pharmacies et dans des centres commerciaux pour toucher un large public. En parallèle, nous portons notre message auprès des entreprises, notamment pharmaceutiques, à travers des conférences et des échanges avec les collaborateur-trice-s. Le sport et la culture sont aussi des vecteurs essentiels : Pink Night du Genève-Servette Hockey Club, Balxert 20 km de Genève, concert de l'OSR et un dîner de soutien au Grand Théâtre avec le soutien de la Ville de Genève. Avec **peu de moyens**, mais une **identité forte** et une communication claire, nous prouvons que l'engagement et la créativité suffisent à faire avancer une cause essentielle.



soignant-e-s & soigné-e-s

Rédaction et diffusion d'une Newsletter auprès des 160 membres du Réseau Cancer du Sein (33 organismes en Suisse romande) sur la détection du cancer chez les femmes de moins de 50 ans. Ce numéro inclut des interviews de spécialistes et des témoignages de patientes pour une approche éclairée et humaine. Interventions auprès de groupes pharmaceutiques et d'entreprises afin de sensibiliser les collaborateurs aux enjeux de la détection précoce.

» lire la Newsletter

public & événements

L'ASAP (co-)organise des événements d'envergure pour sensibiliser à la lutte contre le cancer du sein : • Illuminations en rose de bâtiments publics (GE / VS) • Sport & culture • Présence terrain : stands en centres commerciaux, Festival du Crabe (10 ans de la Ligue Genevoise contre le Cancer) • Festival Planète Santé 2025 (Beaulien Lausanne) : stand, ateliers, expo Mon système de santé idéal.

médias

Organisation d'une conférence de presse. Prise de contact avec certain-e-s journalistes en amont avec envoi de la Newsletter sous embargo. Proposition d'autres thématiques en lien avec le cancer du sein.

Présences : RTS TV (19H30, 12h45, Ensemble) & radio (12h30, Forum), 24 heures, Tribune de Genève, swissinfo.ch, Le Quotidien jurassien, Léman bleu, Radio Lac, Blue News, RFJ, One fm, Grand Saconnex, Le Dauphiné, RTN, PharmaPro.ch, Blick, Femina, Le Temps...

politiques

Organisation avec le soutien de la Ville de Genève d'une soirée de soutien au Réseau Cancer du Sein, avec la complicité de la Maire de Genève Christina Kitsos. Présence du Conseiller d'Etat Pierre Maudet. Soirée qui accueillait notamment des représentant-e-s du corps médical et des membres des fondations qui soutiennent les causes défendues par l'association.

» voir le film



valoriser

Septembre 2022. En Ukraine, les bombes tombent, les civils fuient, les images affluent – et avec elles, une impression vertigineuse d'impuissance. Avec mon conjoint, nous en parlons sans relâche. L'idée germe : partir, prendre un véhicule, rejoindre la frontière, aider à évacuer. Mais très vite, la réalité nous rattrape : les enfants, les vacances, la logistique.

Un reportage de Mise au Point me fait découvrir Van for Life, une association genevoise qui organise des convois humanitaires vers l'Ukraine. Je prends contact. Dimitri, son fondateur, me répond qu'il n'a pas besoin de chauffeurs pour l'instant, mais d'images, une vidéo : pour montrer ce qu'ils font, justifier les dons, continuer à mobiliser. Un mois plus tard, il me rappelle : « On part vendredi en Ukraine, tu viens ? » Je dis oui. Billet en poche, je le rejoins en Pologne, puis direction l'Ukraine.

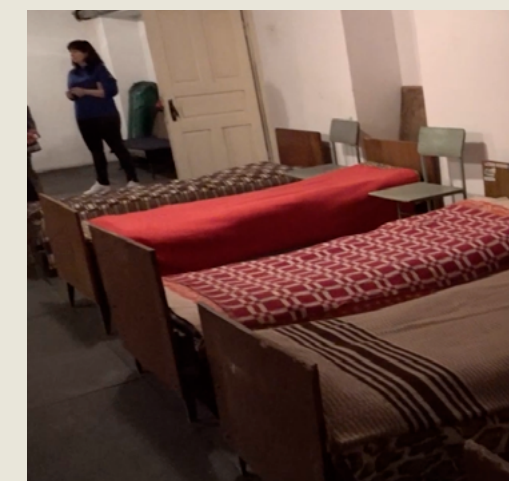
Pas de zones de front, mais des orphelinats, des centres d'accueil, des refuges animaliers. Là où la guerre laisse des traces plus discrètes, mais tout aussi profondes.

Je filme. Le transport de matériel depuis la Suisse ou acheté à la frontière. La logistique improvisée. La fatigue. Et, partout, des gestes de solidarité tenaces.

Je mesure alors à quel point les mots, les sons, les images détiennent un pouvoir que l'on sous-estime souvent : celui de relier. De rendre audible et visible ce qui paraît lointain. De créer, par le récit, un espace partagé.

Il en résultera un film, des illustrations... et même une chanson.

» voir
» écouter





Affiche du festival des Films de midi à la RTS



Exercice d'une refonte du journal N+, le journal d'information de Neuchâtel



Brochure pour une exposition itinérante des marionnettes

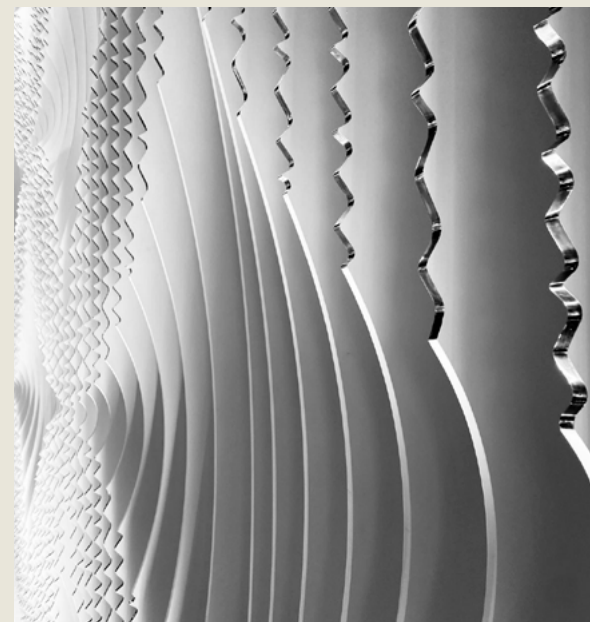


Campagne imaginée pour La Main Tendue, 143.ch

graphisme

Communiquer ne se limite pas à transmettre une information ; c'est structurer un message, articuler le sens entre intellect et sensible. Mon parcours dans les arts visuels m'a appris qu'il ne s'agit pas d'orner, mais d'organiser la pensée, capter l'attention et renforcer la lisibilité.





phot

Voyager, pour moi, c'est chasser des images. Chaque ville est un nouveau terrain de jeu, une scène en perpétuel mouvement. Pas de mise en scène, juste une tension entre le sujet et son décor, une composition dictée par l'instant. Cerner les contrastes, les textures, les reflets, prendre ce que la rue offre.

La photographie de rue affine mon regard et ma patience. Elle m'oblige à observer au-delà des apparences, à anticiper, à **capter l'essence** d'une scène en un instant. Cette exigence du détail et du bon timing se retrouve dans ma manière de travailler : savoir écouter, comprendre un contexte, saisir l'opportunité quand elle se présente.

La photographie, c'est aussi une forme d'écriture visuelle, un outil puissant pour documenter, sensibiliser et transmettre un message. Une approche qui me permet de **donner à voir autrement**, avec justesse et authenticité.

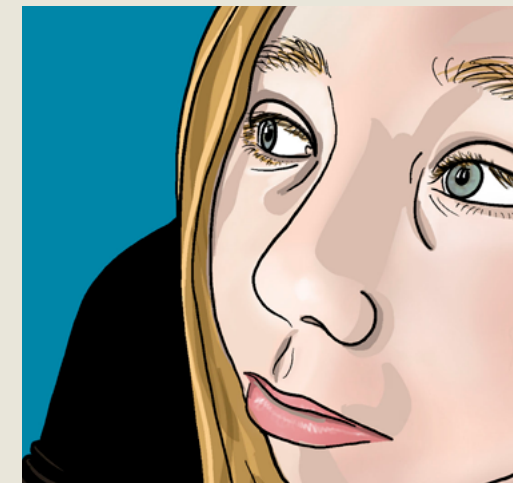
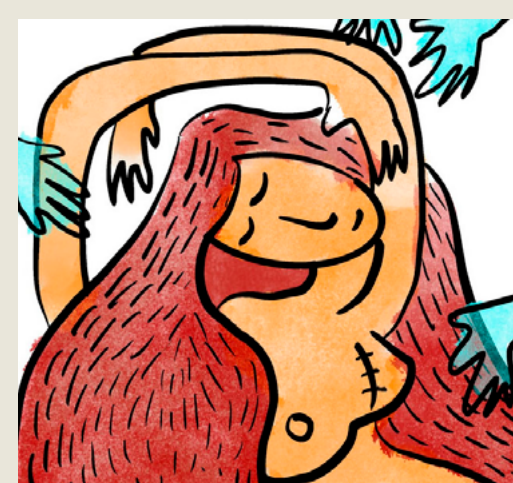
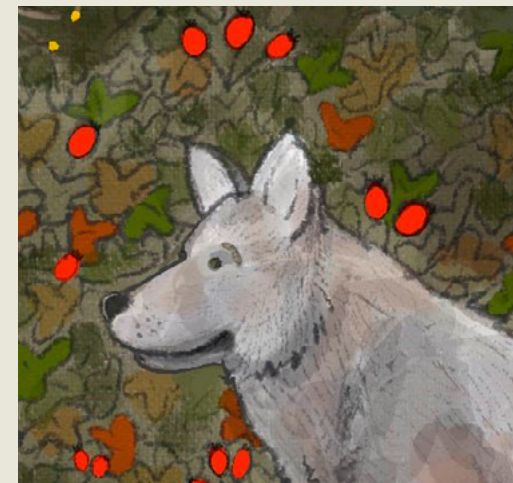
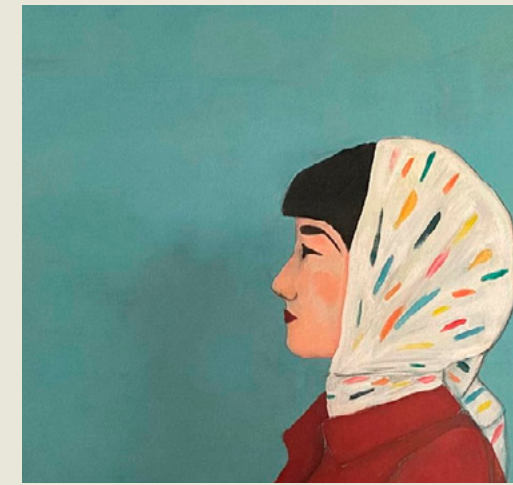
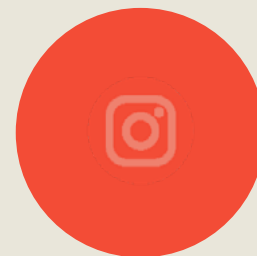
«Entre les lignes» - Série new-yorkaise, 2023



«Le dessin est la mise en réserve d'un secret.» (Matisse)

illustration

Le dessin ne dit pas tout : il invite à l'interprétation, à la rêverie. Un-e illustrateur-ice ne montre jamais uniquement ce qui est visible, il ou elle traduit aussi l'invisible – une sensation, une ambiance, une tension.



contact



sophie_gabus@yahoo.fr

+41 79 634 87 97