



## Colette Roumanoff

**Quel âge avez-vous ?**

78 ans.

**Est-ce que vous mentionnez facilement votre âge ?**

Oui, j'en suis fière.

**Comment vous sentez-vous dans votre âge ?**

J'ai toujours été active, pour ne pas dire plutôt débordée, ce qui est encore le cas maintenant ; je charge mon emploi du temps et j'aime beaucoup travailler. J'ai connu des grands moments de fatigue quand j'étais plus jeune. À une époque, je ne voulais pas sortir de mon lit, si on ne m'apportait pas un café chaud et sucré. Je fais attention maintenant à ne pas dépasser mes limites. Mais cela m'arrive encore. Pour l'instant, je ne sens pas de baisse d'énergie.

**Par quel terme (un vieillard, un vieux, une personne âgée...) aimez-vous qu'on appelle une personne de votre âge ?**

J'aime bien qu'on m'appelle par mon nom. On désigne par un vieillard, un vieux, une personne âgée, ceux qui ont besoin d'aide, ce qui n'est pas mon cas pour l'instant. J'apprécie qu'on se lève pour me laisser une place dans le métro, surtout s'il y a beaucoup de monde et si le trajet est long ; mais depuis que je fais du Qi Qong (je recommande), j'ai du plaisir à rester debout, ce qui pour moi est nouveau.

**Avez-vous un souvenir du moment où vous vous êtes dit, pour la première fois : « Je suis vieille ! »**

A 12 ans, j'étais dans une école primaire où les grands – « ceux qui avaient 12 ans » – étaient de l'autre côté de la cour. Il n'y avait pas de barrière, mais il était interdit d'aller de leur côté. Quand j'ai eu douze ans, j'ai eu l'impression de passer de l'autre côté de la vie, d'être vieille d'un coup.

**Quand vous vous tournez vers les années qui viennent, comment les voyez-vous ?**

Je vis au jour le jour ; bien sûr, j'ai planifié des spectacles jusqu'en 2021, mais je ne sais rien de mon futur. Tout peut arriver n'importe quand.

**Quand vous pensez au jour où il vous faudra partir, que ressentez-vous ?**

J'espère que j'aurai réussi à faire, à donner et à recevoir tout ce que je voulais. En fait, j'essaie de le faire chaque jour qui passe, puisqu'on ne sait pas quand il faudra partir. Si quelque chose me dérange ou ne me plaît pas, j'essaie de trouver une solution sans attendre, car je suis persuadée que rien ne s'arrange avec le temps. J'espère que je pourrai dire à la fin, comme mon mari l'a fait : « Je suis très heureux, j'ai eu une très belle vie. »

**Quelles activités vous sont-elles les plus précieuses dans cette période de votre vie ?**

Les mêmes que des années plus tôt : les mises en scène, la vie de ma compagnie, les pièces qu'on joue, et particulièrement *La Confusionite* que j'accompagne toujours en tournée. Pour moi, le mot retraite ne signifie rien. Je me sentirais punie si on m'empêchait de faire ce qui me plaît.

**Comment vous sentez-vous dans le monde d'aujourd'hui ?**

Toutes les époques ont leurs problèmes, leurs modes, leurs valeurs, leurs conflits, leurs bons et leurs méchants. Je ne crois pas que celle que l'on vit soit pire ou meilleure qu'une autre. C'est différent et ça change tout le temps.

Je vis beaucoup avec Molière, puisque j'ai mis en scène ses pièces que joue ma compagnie de théâtre depuis 27 ans maintenant. Lui et moi, on se comprend très bien : pour les êtres humains, la vie est un jeu ou un enjeu. Chacun écrit son scénario et le joue avec plus ou moins de conviction ou d'enthousiasme.

**Quand vous rencontrez une personne proche de votre âge, de quoi parlez-vous ?**

De tout sauf de notre âge. Si une amie se plaint en disant : « Je me fais vieille, je suis fatiguée », je lui suggère de faire du Qi Qong et surtout d'arrêter de faire les choses qui lui déplaisent ou qui lui pèsent et de faire ce qui la met de bonne humeur. Quand on est jeune, on peut faire des choses qui déplaisent parce qu'on croit (à tort ou à raison) que, plus tard, cet effort douloureux rapportera un bénéfice quelconque. A nos âges, c'est vivement déconseillé. On n'est pas là pour gâcher notre énergie. Elle est précieuse. Il faut commencer par se respecter soi-même en respectant son énergie.

15 janvier 2020.



---

**Colette Roumanoff** est née à Casablanca en 1941. Diplômée de Sciences Po et licenciée en droit en 1961, elle a travaillé d'abord comme expert économique et journaliste. En 1967 elle a fait son premier voyage en Inde. Elle a écrit sur cette expérience *Les yeux de l'Orpheline*. Elle a collaboré à une société d'importation de produits indiens, créée par son mari Daniel.

A partir de 1987, elle a co-écrit les sketches de sa fille Anne Roumanoff qu'elle a coachée et mise en scène jusqu'en 1997. A partir de 1990, elle a donné des cours de théâtre dans des collèges et écrit des adaptations de *Peau d'Âne*, de *Cendrillon*, de *Blanche-Neige*.

Parallèlement, elle a fondé en 1993 sa compagnie de théâtre, spécialisée dans les pièces classiques et les spectacles pour enfants. La compagnie Colette Roumanoff a aujourd'hui 16 spectacles à son répertoire et donne plus de 100 représentations par an à Paris, actuellement au Palais des Glaces, et en province.

En 2005, on a diagnostiqué la maladie d'Alzheimer à son mari Daniel. Elle a commencé à partager son expérience d'accompagnement en 2009, à travers un site internet : [Alzheimer-autrement.org](http://Alzheimer-autrement.org), puis, en 2014, une pièce de théâtre, *La Confusionite*, qu'elle a écrite avec sa fille Valérie. Cette même année, elle a créé le blog : [bienvivreavecalzheimer.com](http://bienvivreavecalzheimer.com). Elle a publié en 2015 *Le Bonheur plus fort que l'oubli*, en 2017 *Alzheimer. Accompagner ceux qu'on aime (et les autres)*, et en 2018 *L'Homme qui tartinait une éponge*. Elle anime également des « ateliers de théâtre pour les soignants et les aidants Alzheimer », participe à des congrès et donne des conférences.

**Laconfusionite.com** indique les dates des représentations passées et à venir.

**Bienvivreavecalzheimer.com** donne les dates des conférences, en plus de nombreux articles.

**Theatre.roumanoff.com** présente les dates des spectacles, les bandes annonces et le répertoire de la compagnie.

---

