

« Ce n'est qu'un chiffre » : quand la scène donne voix à l'intimité des aînés

Auteure: Elisa Klein-Peters - Proportional Message Association

À 76 ans, Emília Araújo poursuit son chemin pour enseigner et inspirer. Infirmière, éducatrice, militante et comédienne à la retraite, elle est aujourd'hui l'une des figures de la pièce « É só um número » | « Ce n'est qu'un chiffre », présentée par l'Académie des seniors de Braga au Portugal. Née d'une impulsion collective et portée par l'énergie indéniable d'Emília, cette pièce aborde avec courage et sensibilité la sexualité chez les personnes âgées.

De l'infirmerie à la scène : une vie tournée vers les autres

Avant de monter sur les planches, Emília a construit une carrière marquée par la proximité humaine. Pendant 17 ans, elle a œuvré au sein du projet Autoestima, créé pour accompagner des personnes en situation de prostitution, incluant des hommes et des femmes sans-abri. À ce titre, elle a sillonné les rues de Porto, Matosinhos et Leça da Palmeira avec une unité mobile, distribuant des préservatifs, offrant des soins de santé et, surtout, tendant une oreille attentive. Au fil du temps, grâce à elle, le projet s'est également étendu à Braga et Guimarães, où il a poursuivi sa mission.

« J'ai beaucoup appris d'eux, j'ai pleuré, j'ai ri, et j'ai même donné mes vêtements à celles qui arrivaient trempées de pluie », se souvient Emília. « Le corps n'a jamais été un tabou pour moi. En tant qu'infirmière, j'ai soigné de nombreux patients, des hommes, des femmes, et je parlais de leur sexualité. La première chose que je disais pour les mettre à l'aise : "Ne soyez pas gêné, car je regarde vos organes génitaux comme je regarde un nez : avec respect et professionnalisme." »

Cette vision franche et humaniste du corps et de la sexualité l'a naturellement préparée à un nouveau rôle, cette fois-ci au théâtre.

« Il n'est jamais trop tard pour apprendre »

À son arrivée à Braga, Emília a cherché de nouvelles occupations : « J'ai toujours adoré le théâtre, depuis petite. Je montais déjà des pièces à l'école. » En s'inscrivant à l'Académie des seniors de Braga il y a deux ans, elle a renoué avec cette passion et, encouragée par la metteuse en scène Ângela Silva, est remontée sur scène.

Dans la pièce « É só um número », Emília n'a pas seulement joué : elle a aussi contribué à façonner le contenu. Le spectacle est né de conversations et de témoignages réels partagés par les étudiants. Structurée en scènes symboliques, la pièce explore des thèmes comme la solitude, le plaisir, le corps vieillissant et les préjugés persistants autour de la sexualité des seniors.

Avec enthousiasme, Emília décrit la pièce : « Nous avons parlé de solitude, du manque de toucher, de l'absence de préliminaires... Je suis même apparue en lingerie, traversant la

scène. Pour moi, ça n'a pas été trop difficile, mais ça ne l'a pas été pour tous les autres acteurs et actrices. »



08.06.2024 - « Des étudiants de l'Académie des seniors de Braga ont joué une pièce au théâtre Sá de Miranda ». Photo extraite de : <https://www.cm-braga.pt/pt/0201/home/noticias/item/item-1-18226>

Sexualité et vieillesse : une réalité trop souvent tue

Le regard d'Emília est double : elle parle en tant que femme âgée, mais aussi en tant que professionnelle de santé. « La ménopause n'est la fin de rien », affirme-t-elle. « Mais je constate que beaucoup de couples âgés font chambre à part, arrêtent de se toucher, ne se voient plus comme désirables. » Elle déplore que le sexe reste tabou : « Autrefois, il semblait interdit aux femmes de réclamer du désir. Beaucoup de mes consœurs ont rencontré des difficultés après la ménopause et ignoraient des aspects essentiels, comme l'importance de l'alimentation ou le fait que les changements hormonaux peuvent provoquer une atrophie vaginale, entre autres symptômes. »

Outre l'accueil chaleureux du public à Braga, Emília souligne l'impact de la pièce sur les jeunes. Lors d'une représentation pour des lycéens, « même des enseignants sont venus poser des questions sur la ménopause, et une jeune fille de 14 ans m'a abordée, pleine de doutes. »

Eduquer à tout âge



Emília est convaincue que le théâtre est un outil puissant pour une éducation intergénérationnelle. « Les jeunes doivent nous écouter. Et nous devons aussi les écouter. Nous vivons des époques différentes, mais nous avons tant à apprendre les uns des autres. »

Pour elle, une sexualité épanouie commence par le respect, le consentement et le lien émotionnel. « Une sexualité saine et positive, c'est d'abord s'apprécier. Une relation saine, c'est se plaire. Pour être en bonne santé. Il faut commencer par regarder vraiment le corps de l'autre. »

Une vie avec un sens

Après une carrière qui l'a menée des hôpitaux aux camionnettes mobiles, des conférences aux centres d'écoute, et désormais à la scène, Emília n'a aucun doute : « J'ai terminé ma carrière le cœur rempli. C'est vrai. J'ai vraiment aimé les soins infirmiers ; je n'échangerais mon métier pour aucun autre. »

Son histoire et son rôle dans « Ce n'est qu'un chiffre » prouvent que vieillir peut rimer avec dignité, mais aussi avec audace, humour et désir. Comme elle le dit elle-même, avec un sourire perceptible même au téléphone :

« Ce n'est qu'un chiffre. L'âge n'est pas ce que nous avons, mais ce que nous ressentons. C'est beau d'être sur scène. On se sent bien en expliquant, en enseignant. »

« Ce n'est qu'un chiffre » remonte sur scène

Après le succès de sa première à Braga, « Ce n'est qu'un chiffre » sera rejouée : rendez-vous le 15 septembre 2025 au théâtre Jordão de Guimarães. Une nouvelle occasion d'être ému, de rire, de réfléchir et, surtout, d'entendre la voix de celles et ceux qui vivent ce que l'on tait trop souvent. Restez à l'écoute – cette pièce mérite d'être vue et ressentie par tous les âges.