

L'Indépendant, 09/02/25

L'actrice Fabienne Bichet présente son livre à Font-Romeu : "Un mauvais départ ne condamne pas toute une vie"



Fabienne Bichet, auteure de "Moi, Fabienne B., mauvaise fille".

Dans son livre autobiographique, Fabienne Bichet raconte son parcours de reconstruction. Elle sera en dédicace ce jeudi 12 février au casino de Font-Romeu.

Figure du cinéma et de la télévision, Fabienne Bichet publie *Moi, Fabienne B., mauvaise fille*, un récit autobiographique dans lequel elle revient sur son parcours de reconstruction après une enfance marquée par la violence institutionnelle. Elle sera en rencontre-dédicace ce **jeudi 12 février** au casino de Font-Romeu, au bar du restaurant de 18 h à 20 h.

En quelques mots, qui est Fabienne Bichet aujourd'hui ?

Une femme qui a connu toutes les formes de maltraitance, et qui en a fait des outils pour construire une vie positive. J'ai transformé mes fragilités en compétences. Et aujourd'hui, je suis dans la transmission.

Vous avez écrit ce livre après des décennies de silence. Pourquoi maintenant ?

Parce que je me rends compte qu'il y a aujourd'hui beaucoup de personnes qui ne croient plus en rien, qui pensent qu'elles n'ont pas de valeur. Je me suis dit qu'il fallait dire qu'on peut traverser des choses extrêmement difficiles dans la vie, mais qu'on peut aussi les transformer. Un mauvais départ ne condamne pas toute une existence. Ce livre est né d'une nécessité : transmettre un message d'espoir. On ne guérit pas, on transforme. La réparation, pour moi, s'est faite par la construction professionnelle, par la reconnaissance, par la famille et par la stabilité.

Le titre "Mauvaise fille" renvoie à une étiquette qui vous a été imposée très jeune. Pourquoi l'avoir conservée ?

Parce qu'aujourd'hui, elle est assumée et dépassée. La reprendre telle quelle, c'est une forme d'affirmation de soi. Ce qui m'a été imposé ne me définit plus.

Qu'auriez-vous envie de dire à une jeune fille qui traverse aujourd'hui ce que vous avez vécu ?

D'acquérir le langage. De ne pas laisser les autres écrire son histoire à sa place. Mettre des mots précis sur ce que l'on vit, c'est déjà reprendre du pouvoir.

Aujourd'hui, vous êtes mère et grand-mère. Comment ce passé influence-t-il votre manière de transmettre ?

J'ai longtemps eu peur de mal faire, parce que je n'avais aucun repère. J'ai élevé mes enfants à l'instinct, dans la débrouille. Heureusement, mon mari, issu d'une famille très structurée, a apporté un cadre. Aujourd'hui, mes enfants vont bien. Mais la peur ne disparaît jamais complètement.

Pourquoi venir à Font-Romeu ?

Parce que c'est une station familiale que j'aime profondément. J'y viens depuis des années, tous les ans. J'y consacre toujours du temps pour me ressourcer.

Que représentent pour vous ces moments avec le public ?

Ce sont des rencontres vraies, loin des projecteurs. Des moments d'échange justes, essentiels. Aller vers les autres, c'est toujours important.

Que souhaitez-vous que le lecteur retienne en refermant votre livre ?

Qu'un moment difficile n'est pas toute une vie. Et que ce n'est pas parce qu'on ne vous donne pas de valeur que vous n'en avez pas.