

Romana Vrede werd geboren in Suriname en verhuisde op jonge leeftijd naar Nederland. Ze speelde in het theater bij Onafhankelijk Toneel, Bogaerdt/VanderSchoot, Bonheur, Artemis en het Noord Nederlands Toneel. In 2016 maakte ze de voorstelling *Who's Afraid of Charlie Stevens* over haar verstandelijk gehandicapte en autistische zoon. Romana speelde in producties zoals *Moordvrouw*, *Hiernamaals* en *Oom Henk*.

Jarenlang maakte zij deel uit van het ensemble van Het Nationale Theater. Met Eric de Vroedt werkte ze aan stukken zoals *The Nation*, waarvoor ze werd genomineerd voor een Colombina (Beste Vrouwelijke Bijrol in het Theater) en *Race*, waarvoor ze een Theo d'Or ontving (Beste Vrouwelijke Hoofdrol in het Theater). De afgelopen jaren heeft ze gewerkt aan *Tijd Zal Ons Leren* over de helden uit de koloniale tijd, wat ze heeft omgevormd tot een podcast, talkshow, theaterstuk en televisieuitzending. De Nederlandse Toneeljury heeft *Tijd Zal Ons Leren* geselecteerd en genomineerd als een van de meest indrukwekkende voorstellingen van het afgelopen seizoen. Daarnaast is Romana genomineerd voor de Theo d'Or voor meest grensverleggende podiumprestatie.

Romana werkte recentelijk aan films zoals *De Matchmaker*, *Anne+* en *De Zitting*. Ook maakte ze de documentaire *Dit Is De Leven*. Voor haar rol in de speelfilm *I Don't Wanna Dance* van Flynn Von Kleist ontving ze in 2021 een nominatie voor een Nederlandse Academy Award. Ze werkte aan series zoals *Follow de Soa*, *Seef Spees* en *Santos*. In 2024 was ze te zien in het tweede seizoen van *Arcadia* en de Disney+ show *Nemesis*. In 2025 gaat de film *Jimpa* in première op het Sundance Film Festival. Later dat jaar volgt de release van de serie *Amsterdam Empire*.

Haar boek *De Nobele Autist* werd uitgegeven bij De Arbeiderspers. Haar tweede boek is in de maak.