

# AVERTISSEMENT

**Ce texte est protégé par les droits d'auteur.**

En conséquence avant son exploitation vous devez obtenir l'autorisation de l'auteur soit directement auprès de lui, soit auprès de l'organisme qui gère ses droits (la SACD par exemple pour la France).

Pour les textes des auteurs membres de la SACD, la SACD peut faire interdire la représentation le soir même si l'autorisation de jouer n'a pas été obtenue par la troupe.

Le réseau national des représentants de la SACD (et leurs homologues à l'étranger) veille au respect des droits des auteurs et vérifie que les autorisations ont été obtenues, même a posteriori.

Lors de sa représentation la structure de représentation (théâtre, MJC, festival...) doit s'acquitter des droits d'auteur et la troupe doit produire le justificatif d'autorisation de jouer. Le non-respect de ces règles entraîne des sanctions (financières entre autres) pour la troupe et pour la structure de représentation.

**Ceci n'est pas une recommandation, mais une obligation, y compris pour les troupes amateurs.**

**Merci de respecter les droits des auteurs afin que les troupes et le public puissent toujours profiter de nouveaux textes.**

# **Le régime gagnant-gagnant**

Sketch amaigrissant

**de Pascal MARTIN**

## Droits d'exploitation

Ce texte est déposé sur <http://www.copyrightdepot.com/> sous le numéro 48622 et son certificat de dépôt peut être consulté à l'adresse suivante :

<http://www.copyrightdepot.com/cd9/00048622.htm>

Toute reproduction, diffusion ou utilisation doit faire l'objet de l'accord de l'auteur.

Toute exploitation doit être faite par l'intermédiaire de la SACD.

L'auteur peut être contacté à l'adresse suivante : [pascal.m.martin@free.fr](mailto:pascal.m.martin@free.fr)

Les autres pièces de l'auteur sont présentées à cette adresse :

<http://www.pascal-martin.net>

## BIBLIOGRAPHIE

Les textes de l'auteur édités chez ABS Editions (<http://www.abseditions.com>)

### *Seul*

- **Faims de mois (4F)**

Trois femmes, une « travailleuse pauvre », une chômeuse et une autre sur le point d'être licenciée tentent difficilement de s'entraider et de garder la tête hors de l'eau saumâtre de la précarité, des fins de mois difficiles et de la violence de la société.

Elles se heurteront à l'incompréhension et au cynisme d'une journaliste qui récupèrera à son compte leur détresse et l'exploitera pour son profit personnel.

Ces trois femmes tentent un coup d'éclat. Un cri de désespoir. Un moyen dérisoire de se prouver qu'elles existent. En vain.

- **Joyeuses Condoléances**

27 sketches. Situations cocasses, grinçantes, burlesques ou absurdes sur le thème des dernières volontés, des condoléances et des veillées mortuaires.

- **Un ange passe (3H, 3F ou 2H, 4F ou 4H, 2F)**

Antoine s'électrocute. Il meurt mais un ange se présente à lui pour lui proposer une seconde chance. S'il accepte de changer son attitude et de faire le bien autour de lui, il sera ressuscité. Il a 24 heures pour démontrer qu'il mérite sa deuxième vie.

### *En collectif*

- **Opération canapé**

17 sketches. Il peut se passer tant de choses sur, sous, dans un canapé, fermé ou ouvert. On peut le déplacer, changer son apparence, la martyriser ou le bichonner. Tout le monde en a un (ou presque), vieux ou neuf, dans le salon ou au grenier. On peut y vivre des choses graves ou légères, insolites ou terriblement banales. Il peut s'y prononcer des phrases immortelles comme on peut y "entendre" des silences éloquents.

#### ***Canapé des ménages***

Un couple fait une mise en scène guerrière pour éviter que leur ébats sexuels ne sombrent dans la routine. Madame finalement n'y trouvera pas son compte... et Monsieur non plus de fait.

- **Jésus, Marie, Joseph !**

18 sketches. Quelques personnages bien connus traversent ces scènes burlesques, décalées ou insolites : Jésus, Joseph, Marie, Satan, Dieu(e), Ève. Mais on y croise aussi quelques personnes moins connues, comme les femmes des Rois Mages. Une même situation absurde déclinée selon les sept péchés capitaux.

#### ***L'Éden de l'amer***

Ève après s'être fait volontairement chasser du Paradis, vient demander l'attribution d'un logement à une assistante sociale.

### **Cadeaux de naissance**

Trois amies discutent après avoir rendu visite à une amie qui vient d'accoucher. Ce ne sont pas n'importe quelles femmes et ce n'est pas n'importe quelle jeune mère. C'était il y a plus de 2000 ans.

- **Qu'est-ce qu'on mange ?**

20 sketches traitant de l'alimentation, de la nourriture, des repas. Ces scènes courtes sont destinées à être jouées par des enfants de 6 à 10 ans. Mais certains sketches peuvent être joués par des adolescents ou des adultes.

### **T'as goûté au moins ?**

Le fils de l'ogre se pose des questions sur son régime alimentaire et en débat avec la fille de la sorcière. Manger des enfants matin, midi et soir, est-ce vraiment sain ?

### **Les mouches**

Trois ami(e)s mouches sortent au restaurant. le concept d'hygiène est légèrement inversé.

### **Le premier barbecue**

Quatre enfants au temps de la préhistoire font des découvertes alimentaires. La nouveauté inquiète les traditionalistes.

- **Quoi ? Déjà Noël !**

Noël ?

Une belle fête de famille ou des coups de bûches en traître ?

La paix sur Terre ou la guerre autour de la dinde ?

Distribution de cadeaux ou de beignes ?

Les auteurs de ce recueil ont leur idée sur la question.

Humour noir, grincements de dents, Pères Noëls en crise, manquerait plus que le p'tit Jésus reste au bistrot pendant la messe de minuit.

### **Ca sent le sapin**

Dans une forêt, deux sapins reçoivent la visite du bûcheron venu les couper. Ils découvrent avec stupeur, leur rôle dans la fête de Noël.

- **Scènes de footage**

*Du foot au théâtre ?*

*Vous allez adorer ou détester !!!*

*Tout se joue sur scène : l'amour, la passion, la folie. Pourquoi pas le foot ?*

*En 17 tableaux, le foot est chahuté par des fous de foot, des terrorisés du foot, des mécréants qui ne croient même pas au foot.*

*Scènes de vie, scènes de ménage, scènes de foot...age... de footage de g.... de footage de m...*

*Rendez-vous à la buvette, à la mi-temps ou plutôt à l'entracte.*

*Bon match !*

### **Babil-foot**

*La parité a atteint les joueurs des baby-foot (les figurines). On trouve désormais des baby-foot avec des joueuses à la place des joueurs. Cela nécessite quelques explications et quelques adaptations.*

- **Les bienfaits de la colonisation**

Un collectif d'auteurs proposent d'apporter un point de vue décalé sur une initiative parlementaire pour le moins saugrenue qui fit inscrire dans un texte de loi (article 4 de la Loi du 23 février 2005) la reconnaissance du "rôle positif de la présence française outre-mer, notamment en Afrique du Nord". Cette reconnaissance devait de surcroît apparaître dans les manuels scolaires.

Cet article de loi a depuis disparu, mais nous avons pensé qu'il n'était pas anodin qu'il eut un jour existé. Aussi nous nous sommes proposés de collecter quelques textes pour tordre le cou à quelques idées nauséabondes.

***Les G.O. De la géo-politique***

Rovenal, Ministre des (bonnes) Affaires Extérieures d'un pays développé, le Beltumace et Zakina, Président démocratiquement nommé d'un pays en voie de développement, le Kamboutala, se concertent pour décider du "meilleur" emploi des subventions destinés au développement du Kamboutala.

- **Régimes totalitaires**

Dictature de la silhouette, tyrannie du pèse-personne, despotisme de l'excès pondéral.

Lundi je commence mon régime.

Oui mais quel lundi ?

16 sketches d'un collectif d'auteurs pour reprendre en main son corps.

***Les poids gourmands***

Barbara et Charles reçoivent des amis pour dîner.

Un couple un peu rond comme eux et Georges un intégriste de la minceur. Georges fait encore étalage de ses principes de minceur mais trouve une résistance offensive de la part de ses amis qui lui impose un stage de "grossissement".

- **(Des)amours**

Les histoires d'amour finissent mal en général

L'objectif était d'écrire sur le couple. Au sens large.

Le résultat est une collection de 24 histoires d'amours...Et désamours...

Un, deux, trois... Couples classiques ou multiples...

24 auteurs, 24 styles. Du drame à la farce.

La matière première idéale pour construire une soirée "spéciale amour" à distribution variable.

***Itinéraire bis***

Une femme offre à son mari un GPS d'un nouveau genre. Les nouvelles technologies pour sauver le couple.

**Les textes de l'auteur édités ETGSO (<http://www.etgso.com>)**

*En collectif*

- **Volume 6**  
***Amuser, musée et demi***

*Un groupe d'enfants termine la visite d'un musée. De manière inexplicée, ils se retrouvent enfermés.*

*Trois personnages représentés dans le musée vont s'adresser à eux : un(e) homme/femme de Cro-Magnon, un chevalier du Moyen-âge et un(e) berger(ère).*

*Chacun veut délivrer un message humaniste aux enfants pour qu'ils aillent le faire connaître autour d'eux.*

- **Volume 9**  
***Les naufragés du parking***

*Quatre personnes se rendent au parking pour récupérer leur véhicule après une soirée qui s'est prolongée. Malheureusement, le parking est fermé. Ces personnes qui ne se connaissent pas se retrouvent bloquées devant la grille du parking d'un centre commercial isolé en banlieue. La situation est déclinée 3 fois selon 3 thèmes.*

*Est-ce qu'on s'aime ?*

*Un couple en crise rencontre un jeune homme et une jeune femme. Deux nouveaux couples se formeront. Pas mieux assortis mais ce sera l'occasion de suspendre la monotonie des reproches et de laisser filtrer une vérité cachée.*

*Qu'est-ce qu'on gagne ?*

*Un couple au train de vie aisé rencontre un homme travailleur précaire et une femme plombier qui vie en marge et travaille seulement quand elle a besoin d'un peu d'argent.*

*Qu'est-ce qu'on mange ?*

*Un couple repu dont le mari est obsédé par la nourriture rencontre une femme SDF qui préfère survivre de chasse dans les parkings plutôt que de jouer le jeu de la société de consommation et un homme qui n'admet pas qu'on l'on revendique cette rupture avec la société.*

**Durée approximative** : 6 minutes

### **Personnages**

- **Claude Duponchel** : Patient du régime ELSTP, un homme
- **Dominique Bourlignac** : Patient du régime ALSTP, un homme
- **Docteur Duchemin** : Inventeur du régime, un homme ou une femme

### **Synopsis**

Claude Duponchel et Dominique Bourlignac viennent pour leur séance respective d'exercice physique dans le cadre de leur régime amaigrissant. Chacun contribue à la perte de poids de l'autre. Un principe gagnant-gagnant donc. Quoique...

### **Décor**

Une salle d'attente / vestiaire.

### **Costumes**

- Costumes de ville puis tenue de sportif pour Claude Duponchel et Dominique Bourlignac
- Blouse blanche de médecin pour le Docteur Duchemin.

**Claude Duponchel**

Tiens, déjà arrivé ?

**Dominique Bourlignac**

J'ai horreur d'être en retard. Surtout dans ce genre de situation.

**Claude Duponchel**

Faut pas s'inquiéter, ça va bien se passer.

**Dominique Bourlignac**

Mais je ne suis pas inquiet.

**Claude Duponchel**

On dirait pas. C'est la première fois, non ?

**Dominique Bourlignac**

Presque.

**Claude Duponchel**

Comment ça presque ?

**Dominique Bourlignac**

J'ai fait un premier essai, mais ça n'a pas marché.

**Claude Duponchel**

C'est bien, il faut persévérer.

**Dominique Bourlignac**

Cette fois-ci, je me suis équipé. Voilà ce que j'ai apporté.

*Bourlignac montre un flacon à Claude Duponchel. On ne sait pas ce que c'est. Claude Duponchel le prend, l'observe et lui rend.*

**Claude Duponchel**

Et sinon, ce régime, c'est efficace ?

**Dominique Bourlignac**

J'ai déjà perdu 6 kilos en 2 semaines.

**Claude Duponchel**

En effet, c'est spectaculaire.

**Dominique Bourlignac**

C'est sûr, ma femme est très contente du résultat. C'est elle qui m'a inscrit.

**Claude Duponchel**

Elle vous trouvait trop gros ?

**Dominique Bourlignac**

Oui. Vous savez ce que c'est, on se laisse un peu aller. On arrête le sport et puis sans s'en rendre compte, on a pris 10 kg. Alors que elle, elle fait très attention à sa ligne.

**Claude Duponchel**

Je comprends. Moi, c'est pareil.

**Dominique Bourlignac**

C'est votre femme aussi qui vous a inscrit au programme de perte de poids.

**Claude Duponchel**

C'est pas ma femme, c'est mon compagnon. Mais sur le principe, c'est pareil. On va se pacser dans 3 semaines et mon costume m'en trop juste. J'ai juste 4 kilos à perdre.

**Dominique Bourlignac**

Ah oui, votre compagnon ? Et vous êtes sur quel programme vous ?

**Claude Duponchel**

Je suis sur le programme ALSTP. Et vous ?

**Dominique Bourlignac (résigné)**

Je suis sur le programme ELSTP.

**Claude Duponchel**

Formidable, on sera certainement ensemble alors.

**Dominique Bourlignac (dépité)**

Eh oui...

*Le Docteur Duchemin entre et sert la main à Duponchel et Bourlignac. Il a deux dossiers médicaux en main.*

**Docteur Duchemin**

Bonjour Messieurs. Ravie de vous accueillir chez nous. *(Le Docteur Duchemin regarde le dossier de Bourlignac)*. Alors Monsieur Bourlignac, ce régime, ça progresse bien, on dirait. Perte de graisse et augmentation de la masse musculaire. C'est très bien ça.

**Dominique Bourlignac**

Y a quand même des effets de bord un peu gênants Docteur.

**Docteur Duchemin**

*(Il regarde à nouveau le dossier)*. Vous voulez parlez de ces irritations du rectum sans doute ? Ce sont les petits inconvénients du traitement.

**Dominique Bourlignac**

Petits inconvénients, petits inconvénients... j'ai beaucoup de difficultés à m'asseoir après chaque séance.

**Docteur Duchemin**

Effectivement, c'est assez normal. J'avais d'ailleurs prévu votre femme quand elle vous avait inscrit à ce programme.

**Dominique Bourlignac**

Ah oui ? Et qu'est-ce qu'elle avait dit ?

**Docteur Duchemin**

Que ces petits inconvénients passagers étaient sans importance au regard des résultats obtenus.

**Dominique Bourlignac**

On voit bien que c'est pas elle qui se fait...

**Docteur Duchemin**

*Il prend l'autre dossier et l'examine.*

Je vous suggère de vous mettre en tenue M. Bourlignac.

*Dominique Bourlignac se change et se met en tenue de sport.*

Et donc nous avons aujourd'hui un nouveau venu, M. Duponchel. Soyez le bienvenu dans notre programme de perte de poids. Vous aussi, c'est votre femme qui vous a inscrit ?

**Claude Duponchel**

Non, c'est mon compagnon.

**Docteur Duchemin**

Ah oui, je comprends mieux. C'est pour ça que vous êtes sur le programme ALSTP.

**Claude Duponchel**

Moi par contre, je ne comprends pas bien. C'est quoi le programme ALSTP ?

**Docteur Duchemin**

ALSTP, c'est une abréviation qui signifie : Attape Le Si Tu Peux.

**Claude Duponchel**

Attraper qui ?

**Docteur Duchemin**

En l'occurrence aujourd'hui, M. Bourlignac, ici présent.

*Bourlignac fait un petit signe misérable.*

**Claude Duponchel**

Et qu'est-ce que je fais quand je l'ai attrapé ?

**Docteur Duchemin**

Vous avez un rapport sexuel avec lui.

**Claude Duponchel**

Ah bon ? Mais il est d'accord ?

**Docteur Duchemin**

Non et c'est tout l'intérêt de cette méthode d'amaigrissement. M. Bourlignac lui est sur le programme ELSTP, qui signifie Échappe Lui Si Tu Peux. Vous, vous êtes sur le programme Attape Le Si Tu Peux.

Donc, vous courrez après lui pour l'attraper et lui il court pour éviter que vous le rattrapiez. Tout le monde court, tout le monde perd du poids.

**Claude Duponchel**

Ah je comprends. C'est un principe gagnant-gagnant.

**Dominique Bourlignac**

Personnellement, je ne trouve pas vraiment.

**Docteur Duchemin**

Vous pouvez vous mettre en tenue M. Duponchel.

*Claude Duponchel se change et se met en tenue de sport.*

Vous êtes injuste M. Bourlignac, depuis que vous avez commencé le programme il y a 2 semaines, vous avez perdu 6 kg.

**Claude Duponchel**

(A Bourlignac) Et vous venez à quelle fréquence ?

**Dominique Bourlignac**

Tous les 2 jours.

**Claude Duponchel**

Ah oui quand même.

**Dominique Bourlignac**

Ben oui.

**Docteur Duchemin**

Bien alors je vous rappelle les consignes. M. Bourlignac part avec 500 mètres d'avance. Vous devez rester sur la piste du stade. L'exercice dure 30 minutes. M. Duponchel, si vous ne parvenez pas à attraper M. Bourlignac, vous n'aurez pas la possibilité de coucher avec lui. En revanche, M. Bourlignac, si vous êtes rattrapé, il faut être fair-play et accepter de coucher avec M. Duponchel.

**Dominique Bourlignac**

Fair-play, vous avez de ces expressions !

**Docteur Duchemin**

Bien entendu, nous fournissons le préservatif. M. Duponchel, si vous voulez bien me laisser juger de la taille que je dois vous donner.

*Claude Duponchel est dos au public, il baisse son short pour montrer son anatomie au Docteur Duchemin.*

**Docteur Duchemin**

Mes félicitations M. Duponchel.

*Le Docteur Duchemin donne un préservatif à Claude Duponchel.*

Je pense que XXL devrait quand même vous aller.

*A ces mots, Dominique Bourlignac regarde à son tour l'anatomie de Claude Duponchel et blêmit. Il part précipitamment en courant et sort.*

*Claude Duponchel, prend la flacon que Dominique Bourlignac avait montré en arrivant et qu'il a oublié en partant précipitamment.*

**Claude Duponchel**

Docteur, il a oublié son lubrifiant. Qu'est-ce que je fais ? Je le prends ?

**Docteur Duchemin**

Non, laissez-le là. C'est mieux pour lui. Quand il s'apercevra qu'il l'a oublié, il courra encore plus vite.

*Le Docteur Moreau regarde au loin.*

C'est bon, vous pouvez y aller.

*Claude Duponchel part en courant et sort.*

**Fin**