

Merci de votre intérêt pour mon texte.

N'oubliez pas de faire le nécessaire pour les droits d'auteur auprès de la SACD (<http://www.sacd.fr>) si vous jouez ce texte dans le cadre de représentations publiques.

Selon la nature de votre spectacle, la SACD vous indiquera s'il y a un montant à payer ou pas.

Si le texte n'apparaît pas dans la liste de mes textes, c'est qu'il n'a pas encore été joué. Je ferai alors l'inscription au répertoire de la SACD et vous pourrez faire la demande quelques jours plus tard.

C'est grâce aux droits d'auteur que les auteurs vivent et peuvent vous proposer des textes pour votre plaisir et celui de votre public.

Quand vous créez un spectacle, même si les représentations sont gratuites, vous payez les décors, les costumes, les accessoires... il n'y pas de raison de ne pas payer le travail de l'auteur sans qui il n'y aurait pas de spectacle.

**Tous mes vœux de succès pour votre projet.**

# **Maigrir grâce au régime UKUP**

**Sketch**

**de Pascal MARTIN**

## **Droits d'exploitation**

Ce texte est déposé sur <http://www.copyrightdepot.com/> sous le certificat 00046541 et son certificat de dépôt peut être consulté à l'adresse suivante :

<http://www.copyrightdepot.com/rep153/00046541.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@laposte.net](mailto:pascal.m.martin@laposte.net)

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

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

## Pascal MARTIN est aussi auteur de romans policiers



### Investigations de Sybille et Lucien, duo d'enquêteurs atypiques

La capitaine Sybille de Berneville, baronne de son état, descend d'une famille d'aristocrates désargentés, tandis que le lieutenant Lucien Togba est issu d'une famille centrafricaine immigrée dans les années 60. Tous deux retrouvent une voiture accidentée dont la conductrice n'est pas la propriétaire. Celle à qui appartient le véhicule a disparu, tout comme son associé dans un business d'accessoires et de produits pour couples. Alors que les parcours éloignés opposent les deux policiers, avec cette première enquête commune ils pourraient bien se découvrir des points communs et devenir, peut-être, un duo d'enquêteurs affûtés.

Disponible chez [Nombre 7 Editions](#)



En cette veille de fêtes de Noël, on tue « naturellement » beaucoup : dindes, sapins, canards, saumons, chapons...

Hélas, on retrouve aussi le corps de Marie Noël. Elle venait de tenir le rôle de la fille du Père Noël lors d'une soirée d'entreprise très arrosée. Et ça, c'est une mort de fin d'année moins traditionnelle que les autres. La baronne et capitaine de police Sybille de Berneville et son adjoint Lucien Togba vont devoir enquêter. Quant au gîte libertin du château de Berneville, il est toujours convoité par Gauthier de Berneville qui ne recule devant aucune bassesse pour se l'approprier. Mais la résistance s'organise avec une nouvelle venue qui pourrait bien prendre plus de place qu'on ne le pense.

L'esprit de Noël, cher à Lucien, et beaucoup moins à Sybille résistera-t-il à tout cela ?

Disponible sur [Nombre 7 Editions](#)

Pascal MARTIN est aussi le concepteur des animations [Mortelle Soirée](#) qui sont des enquêtes policières grandeur nature pour l'événementiel, connues aussi sous le nom de **Murder Party**.

Il s'agit de mettre en scène et de faire vivre une enquête policière fictive à des participants à l'événement qui enquêtent en équipe (environ 6 personnes par équipe).



Une scène de crime est reconstituée.

Des comédiens interprètent les personnages du commissaire, du témoin et des suspects.

Les enquêteurs interrogent les personnages, observent la scène de crime et analysent les indices de la police technique et scientifique.

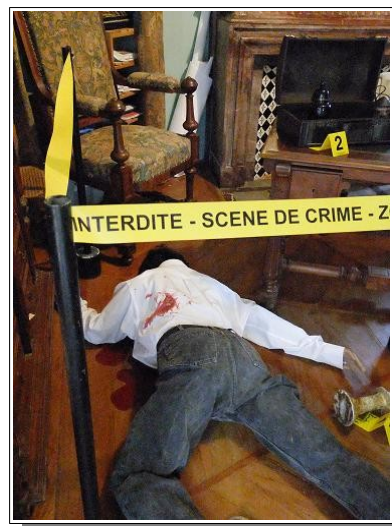
Pour des événements durant entre 1h00 et 3h00, pour 10 à 200 personnes. Les organisateurs peuvent choisir parmi une cinquantaine d'enquêtes à diverses époques et dans des contextes différents.

En fin d'enquête, chaque équipe doit remettre ses conclusions au commissaire :

- Qui est l'assassin ?
- Quel était son mobile ?
- Comment cela s'est-il passé exactement ?

Ces animations sont proposées partout en France depuis nos sites de Toulouse, Paris et Lyon.

Le commissaire est obligatoirement un comédien de notre équipe, mais le témoin et les suspects peuvent être interprétés par des participants.



Ces enquêtes grandeur nature sont l'occasion de partager un moment de détente et d'échanges dans la bonne humeur, entre amis, en famille, entre collègues.

Nous animons beaucoup de Mortelles Soirées les événements festifs d'entreprises et pour les séminaires de cohésion d'équipe.

Pour découvrir nos Mortelles Soirées à Toulouse, Paris ou Lyon, venez participer à un dîner-enquête ouvert au public :

<https://www.mortellesoiree.com/evenements/>

**Durée approximative** : 8 minutes

**Distribution** :

- **Sophie**
- **Mathilde**

**Décor** : Aucune particularité

**Costumes** : Aucune particularité

**Synopsis** : Mathilde a réussi à faire perdre du poids à son mari grâce à un régime révolutionnaire de son invention. Il s'agit du régime UKUP. Le résultat est spectaculaire et rapide.

Sophie, une amie de Mathilde, aimerait bien faire profiter son mari lui aussi en surpoids de cette fabuleuse méthode.

**Sophie**

Dis donc, c'est pas, ton mari là-bas ?

**Mathilde**

Où ça ?

**Sophie**

Là-bas, à côté de la voiture rouge.

**Mathilde**

T'as à raison, c'est lui.

**Sophie**

Dis-donc, il a drôlement maigri !

**Mathilde**

Oui, ça le change non ?

**Sophie**

Ca lui va vachement bien ces kilos en moins.

**Mathilde**

C'est vrai, il s'était un peu empâté ces dernières années. Tu sais ce que c'est la quarantaine pour les hommes...

**Sophie**

M'en parle pas. Mon mari change de taille de vêtements tous les ans.

**Mathilde**

Le mien aussi il a changé de taille. Il est passé du XXL au M en un trimestre.

**Sophie**

Quelle volonté ! C'est rare chez un homme !

**Mathilde**

Ca c'est pas fait tout seul. Il a fallu un bon moment avant qu'il s'y mette.

**Sophie**

Et il a fait quoi comme régime ? Hyperprotéiné ? Hypocalorique ? Il a fait du sport ?

**Mathilde**

J'avoue, que je ne sais pas trop quelle stratégie il a adopté. Je suis pas tout le temps derrière lui.

**Sophie**

Mais il a bien un nom ce régime tout de même.

**Mathilde**

Oui, c'est le régime UKUP.

**Sophie**

C'est suédois ?

**Mathilde**

Non pourquoi ?

**Sophie**

UKUP, ça sonne comme un nom de tabouret IKEA, c'est pour ça que je pensais que c'était suédois.

**Mathilde**

Non, pas du tout. C'est français.

**Sophie**

Ah bon ? J'en ai jamais entendu parler. Tu as vu ça dans un bouquin ou dans un magazine ?

**Mathilde**

En fait, c'est assez peu connu. On n'en parle pas encore beaucoup, mais je compte bien que ça se développe.

**Sophie**

Remarque, tu as raison. Ça à l'air drôlement efficace. *Un temps*. Tu dis que tu comptes bien que ça se développe, tu veux dire, que tu t'occupes de la promotion ce régime ?

**Mathilde**

En fait c'est moi qui l'ai inventé.

**Sophie**

Ah bon ! Mais je ne savais pas que tu étais nutritionniste. Tu as fait une formation en cours du soir ou quoi ?

**Mathilde**

Tu rigoles ? J'ai pas le temps et puis c'est un vrai métier, faut être médecin. Non, je laisse ça aux spécialistes.

**Sophie**

Mais comment tu as fait alors pour obtenir des résultats aussi spectaculaires ?

**Mathilde**

J'ai travaillé sur le plus dur dans le régime : la motivation.

**Sophie**

Alors là, chapeau ! *Un temps*. Mais pourquoi tu lui as donné ce nom-là ?

**Mathilde**

En fait, ce sont 4 lettres, ce sont des initiales et ça forme un acronyme facile à retenir.

**Sophie**

Ah oui ? Et ce sont les initiales de quoi ?

**Mathilde**

Un Kilo Une Pipe. UKUP.

**Sophie**

Je savais pas qu'il fumait ton mari.

**Mathilde**

C'est pas vraiment...

**Sophie**

Je suis pas sûr que remplacer le surpoids par le tabagisme ce soit un gain pour la santé.

**Mathilde**

Sophie, c'est pas une pipe qu'on fume, c'est une pipe qu'on... fait.

**Sophie**

Je savais pas qu'il était bricoleur ton mari. Il fabrique des pipes ? Et ça le fait maigrir ?

**Mathilde**

Tu le fais exprès ou quoi ? Une pipe, tu sais bien ce que c'est non ? Une fellation si tu préfères.

**Sophie**

Ah oui ! OK, autant pour moi. *Un temps*. Mais il fait une pipe à qui ton mari pour maigrir ?

**Mathilde**

Mais c'est pas lui, c'est moi !

**Sophie**

Qui a maigri ?

**Mathilde**

Non ! Qui fait des pipes !

**Sophie**

Et ça le fait maigrir ? T'es sûr que tu n'y vas pas un peu fort ?

**Mathilde**

Mais non, c'est pas comme ça que ça marche...

**Sophie**

Il me semblait bien aussi...

**Mathilde**

C'est pour la motivation. S'il perd un kilo, je lui fais une pipe.



**Sophie**

Et sinon ?

**Mathilde**

Et sinon, je lui en fais pas, évidemment.

**Sophie**

Il a pas un gage ?

**Mathilde**

Non, il a pas de pipe, c'est tout. C'est déjà dur pour lui.

**Sophie**

Et ça suffit pour le motiver ?

**Mathilde**

Il a perdu 12 kg en 3 mois.

**Sophie**

Ca fait une pipe par semaine. C'est correct.

**Mathilde**

Tu vois le résultat. C'est imparable. Il se débrouille comme il veut pour perdre du poids. C'est pas mon problème. Y a que la sanction du pèse-personne qui compte.

*Un temps.*

**Sophie**

C'est drôlement bien comme méthode. Mon mari aussi a pris beaucoup de poids. Ca lui ferait du bien ton régime UKUP.

**Mathilde**

Une fois qu'on a compris le principe, c'est pas très compliqué.

**Sophie**

Je crois que je vais te l'envoyer.

**Mathilde**

Comment ça tu vas me l'envoyer ?

**Sophie**

Pour qu'il perde du poids avec ta méthode UKUP. Si ça a fonctionné pour ton mari, ça doit fonctionner pour le mien.

**Mathilde**

Oui, mais c'est ton mari, pas le mien.

**Sophie**

Mais ta méthode elle marche pour tout le monde ?

**Mathilde**

Oui, évidemment, mais c'est ton mari...

**Sophie**

Il perdra peut-être pas aussi vite que le tien, ça dépendra de son métabolisme, de sa moti-

vation, mais en tous cas, ça vaut le coût d'essayer.

**Mathilde**

Mais je ne peux pas appliquer mon régime UKUP à ton mari !

**Sophie**

Si c'est une question d'argent, c'est pas un problème. J'en peux plus de le voir boudiner dans ses vêtements. Je paierai ce qu'il faut. Tu fonctionnes comment ? A la séance, au forfait, au résultat ?

**Mathilde**

Mais enfin Sophie, je peux pas faire ça...

**Sophie**

Mais si, avec le statut d'auto entrepreneur, tu peux créer ton entreprise en 3 clics sur Internet. Tu as un statut légal, tu peux facturer et ce que tu gagnes est intégré dans tes impôts sur le revenu. C'est très simple.

**Mathilde**

Je vais pas ouvrir une boutique pour faire des...

**Sophie**

Tu as raison, ne prend pas de local. Le prix du loyer va te bouffer le bénéfice. En tant qu'auto-entrepreneur, il vaut mieux que tu travailles à domicile. Ca réduit les frais.

**Mathilde**

J'ai pas l'impression que tu réalises...

**Sophie**

Tu as quoi comme investissement ? Un ordinateur, un site Internet... et un pèse-personne évidemment. Ca va chercher dans les combien... 1 000 Euros ?

**Mathilde**

Mais enfin, Sophie, je vais pas faire des pipes au premier venu !

**Sophie**

Ah ben non. Faut en faire qu'aux gros !

**Mathilde**

Enfin Sophie, tu réalises quand même que je suis mariée et que mon mari ne verra pas d'un très bon œil que j'applique le régime UKUP à grande échelle.

**Sophie**

T'es pas obligé de parler boulot quand tu rentres à la maison. Moi, je parle jamais de mon travail à mon mari. De toute façon, ça l'intéresse pas. Et toi, il s'intéresse à ton boulot ton mari quand tu rentres le soir ?

**Mathilde**

Non.

**Sophie**

Tu vois. Tu changes rien. *Un temps*. Par contre, il faut définir une grille de tarif.

**Mathilde**

Tu penses que les gens sont prêts à mettre combien ?

**Sophie**

A mon avis, faut pas que tu aies un engagement de résultat, mais seulement un engagement de moyens. Tu as regardé un peu les tarifs de la concurrence ?

**Mathilde**

Y a pas de concurrence, puisque je viens de l'inventer ce régime UKUP.

**Sophie**

Alors, là, c'est du velours. Tu peux faire les tarifs que tu veux.

**Mathilde**

Oui, mais là, j'en ai aucune idée. Toi, tu serais prête à payer combien pour que ton mari perde... combien déjà ?

**Sophie**

Faudrait viser une perte de 15 kilos pour qu'il ressemble à nouveau à quelque chose.

**Mathilde**

Tu es prête y mettre combien ?

**Sophie**

Le renouvellement de ses pantalons, ses costumes et ses chemises tous les ans, ça nous coûte dans les 4 500 Euros. Je préférerais dépenser cet argent pour qu'il maigrisse.

**Mathilde**

Ca nous fait du 300 Euros le kilo. C'est pas mal.

**Sophie**

J'avais jamais réalisé que mon mari valait 300 Euros le kilo. Remarque, c'est le prix de la truffe... *Un temps*. Et sinon, une séance ça dure combien de temps ?

**Mathilde**

Faut le temps de la pesée, de mettre à jour le dossier du patient, de faire... l'intervention, de discuter un peu pour faire le point sur les progrès du régime, plus le temps de déplacement pour se rendre sur place. Disons en moyenne une heure.

**Sophie**

Bon, alors, disons 4 patients par jour, 20 jours par mois à raison de 300 Euros la séance...

**Mathilde**

24 000 Euros par mois. *Un temps*. 4 par jour, c'est peut être beaucoup non ?

**Sophie**

Tu sais, 67% des hommes sont en surpoids en France, à mon avis tu trouveras bien 4 patients par jour... maintenant, faut voir si pour toi, ça ne fait pas trop...

**Mathilde**

Pas du tout. Je vais m'acheter un scooter, je pourrai me déplacer plus vite en ville. *Un temps*. Tu crois pas que c'est un peu cher 300 Euros ?

**Sophie**

Faudrait voir si ça pourrait pas être pris en charge par la Sécu ou par les mutuelles.

**Fin de l'extrait**

Pour obtenir la fin de la pièce, merci de bien vouloir envoyer un courriel à cette adresse : [pascal.m.martin@laposte.net](mailto:pascal.m.martin@laposte.net) en précisant :

- Le nom de la troupe
- Le nom du metteur en scène
- L'adresse de la troupe
- La date envisagée de représentation
- Le lieu envisagé de représentation

Faute de fournir ces informations, la fin du texte ne sera pas communiquée.