

## Les rubriques

1. Les symboles de la fragilité
2. Profondeur et légèreté des improvisations
3. Témoignage d'un participant à la conférence
4. Ouvrir de façon percutante et faire une belle boucle
5. Témoignages requis pour le site Web
6. Les candidatures pour le CA 2014-2015
7. Les résultats de la soirée
8. Au calendrier

## Une délicatesse allégorique... (5.514)

### 1. Les symboles de la fragilité

Michel, notre animateur de la soirée nous a transmis sa vision de la fragilité ou à tout le moins l'apparente fragilité à travers des personnages célèbres et de symboles significatifs pour lui. Son fil conducteur nous a menés vers diverses destinations.

#### **Notre fragilité... lieu d'insoupçonnables ressources**

La plupart du temps nous souhaiterions nous montrer devant l'autre plein d'assurance, infailible et ainsi occulter notre vulnérabilité. Nous tardons alors à présenter nos discours, nous n'osons pas prendre la parole. Toutefois, accepter sa fragilité nous permet d'accéder à nos forces. Elle permet de nous adapter, de bouger, de changer, de chercher, de découvrir, d'être touché et de toucher l'autre. Pour transcender nos peurs, autorisons-les à circuler en nous afin qu'elles se diffusent, se dé cristallisent et laissent émerger la puissance de notre potentiel. Une invitation à vous lancer, à faire des discours et à participer.

### 2. Profondeur et légèreté des improvisations

Exerçant pour la première fois le rôle de meneur des improvisations, Ilias avait préparé des questions qui jouaient sur les plans de la réflexion et de l'émotion. Les improvisateurs, Sylvain, Camille et Arnaud ont relevé le défi en répondant avec beaucoup de sensibilité.

#### **La peur de perdre le contrôle**

À certains moments, des sujets nous interpellent et peuvent parfois nous ébranler. Une émotion peut spontanément nous traverser et la peur de cet envahissement s'entremêle à celle-ci. Tenter de combattre cet état risque de l'amplifier et de nous faire perdre pied. Pour demeurer réceptif et ne pas perdre le contact avec l'auditoire, prenons le temps de respirer, de faire une pause, de faire un balayage avec le regard, de penser à sa posture et ses mouvements. L'émotion continuera son chemin, se diluera d'elle-même et nous conservons notre point d'équilibre.

#### **Une question pour le dessert**

Nos deux dernières improvisatrices, Céline et Louise s'en sont données à cœur joie pour cette dernière prestation improvisée. Louise a investi le tout pour le tout pour convaincre Céline de s'abstenir de chocolat et Céline tentait avec candeur de charmer son interlocutrice afin de parvenir à ses fins. Belle idée d'avoir utilisé le téléphone de Louise en guise de tablette de chocolat.

#### **L'improvisation double, un travail de la complicité**

Vous participez à une improvisation double, n'hésitez pas à jouer avec complicité et à danser avec les interventions de l'un et l'autre.

Le défi est de toujours conserver une juste mesure dans les interactions. Un très bel exercice pour pratiquer un leadership axé sur la collaboration.

### **3. Témoignage d'un participant à la conférence**

Michel, notre vice-président relations publiques, nous a partagé son expérience plus que positive à la conférence du printemps à Montebello. Il a constaté qu'observer des performances diverses nous permet d'intégrer des apprentissages fort utiles. Michel l'a d'ailleurs éprouvé dans un atelier sur les improvisations où il a eu recours, avec succès, à des façons de faire captées chez les concurrents des concours.

### **4. Ouvrir de façon percutante et fermer avec une belle boucle**

Préscilla nous a présenté son deuxième discours et elle a su efficacement susciter notre attention avec une introduction originale et bien menée. Le développement était composé de théorie et d'exemples pratiques. Pour terminer, elle a dessiné sa conclusion d'une boucle reliée à son introduction. Cette façon de faire permet de faire une synthèse rapide et de consolider son argumentaire.

### **5. Votre témoignage est important**

Pour bonifier et actualiser notre site Web, nous aurions besoin de nouveaux témoignages. Exprimez dans vos mots en deux ou trois lignes ce que le Club Toastmasters Olympia vous a apporté. Ou encore, relatez-nous une expérience vécue qui vous a permis de constater les améliorations et le chemin parcourus.

### **6. Le lundi 12 mai, les élections du prochain conseil d'administration**

La période des élections remplacera celle des affaires et aura une durée presque équivalente. Afin de constituer le nouveau CA et de procéder aux élections, nous devons nous assurer du quorum. Votre présence est donc très importante.

Un rappel des candidatures...

Présidente : Sylvie Dumoulin

VP formation et responsable mentorat : Céline Bélanger

VP relations publiques : Michel Langlois

VP recrutement : Robin Plourde

Trésorier : Daniel Sylvain

Secrétaire : Pascale-Mylène Beauregard

Huissière en chef : Louise Hébert

La période du vote se fera à main levée. Les nouveaux dirigeants entreront en fonction le 1<sup>er</sup> juillet.

### **7. Les résultats de la soirée**

Meilleure improvisation : Sylvain Stopponi

Meilleur discours : Préscilla Labelle

Meilleures évaluations : Pascale-Mylène Beauregard

Meilleure amélioration : Michel Langlois

Meilleure performance : Pascale-Mylène Beauregard

## 8. Au calendrier...

### ● Le lundi 26 mai « Soirée spéciale » Argumentaire

#### /// Club Olympia

La soirée de l'argumentaire avait remporté un franc succès et c'est pourquoi ce thème revient au calendrier. Cette soirée prendra peut-être une formule quelque peu différente, mais sera tout aussi colorée et allumée!

### ● Le vendredi 13 juin, le club NDG Leader célèbrera ses 10 ans!

Si vous avez envie de connaître les membres d'un club anglophone, vous êtes invités à aller fêter avec eux.

Endroit : Restaurant Bocci à LaSalle.

Coûts : 45.00 \$ par personne (incluant un repas quatre services, un verre de vin, les taxes et le pourboire)

Pour information et réservation, communiquez avec Nathalie Mailhot, présidente à [ndgpresident@gmail.com](mailto:ndgpresident@gmail.com) ou 514 733-1913

Et soyez prêts à vous amuser!

### ● Le lundi 16 juin « Une soirée festive » /// Club Olympia

Voilà notre dernière soirée avant la pause de l'été et c'est le moment idéal pour célébrer notre année des plus dynamique. C'est le moment de souligner les efforts de tous et de chacun. Nous en profiterons pour faire un toast pétillant et déguster de délicieux petits à côté.

### ● Les 7, 8, 9 novembre 2014 Conférence de l'automne « Naviguons vers le futur »

Cette conférence marquera le 90<sup>e</sup> anniversaire de Toastmasters International.

Situé au pied du magnifique Mont-St-Anne, le Château Mont-Saint-Anne est un endroit exceptionnel pour aller se ressourcer, voir des conférenciers reconnus, assister aux grands concours du district et profiter d'ateliers thématiques formateurs.

#### Au programme

##### ● Des conférenciers d'exception

**M. Randy J. Harvey**, Ph.D. a remporté le titre de Champion du monde de discours lors du Concours de discours de Toastmasters International qui s'est tenu en 2004.

**M. Jean-Marie De Koninck**, président fondateur d'[Opération Nez rouge](#).

##### ● Vendredi soir :

Soirée karaoké, une excellente occasion pour briser la glace, pour faire des retrouvailles et pour nouer de nouvelles connaissances.

##### ● Samedi et dimanche :

Concours de discours humoristique en français et en anglais; concours d'évaluation de discours en français et en anglais; nombreux ateliers sur la communication et le leadership. Le tout sera suivi de l'assemblée générale semestrielle, du banquet du gouverneur et d'une soirée dansante.

#### Pour information et inscription :

<http://www.toastmastersconference.com/fall/2014/fr/inscription.php>

Prix de la conférence : 189 \$ (incluant deux déjeuners, un dîner et

un souper / le prix augmentera à compter de septembre)  
Hébergement : Entre 119 \$ et 139 \$ (occupation simple ou double)  
Partagez votre chambre et économisez

**Le beau temps s'en vient et c'est tant mieux!  
Que celui-ci vous donne la persévérance de  
continuer à assister aux rencontres et à vous  
inspirer.**

**Deux petites heures par semaine qui  
rapporteront gros et qui vous tiendront en  
forme !**

**Sylvie Dumoulin**  
Présidente

---

