

## Les rubriques

1. Pour en déguster les bienfaits.
2. Minuscules, rares, fatals ou magiques...
3. Motiver et encourager...
4. Tout se joue avant...  
Et après les rencontres
5. La mémoire est une faculté qui oublie...
6. Les résultats de la soirée
7. Le calendrier –  
« À vos agendas! »

\*\*\* À vous les mots... \*\*\*

- Des idées à partager...

- Des rétroactions...

- Des questions...

- Des commentaires

Écrivez à :

[sylvie.dumoulin@tmolympia.org](mailto:sylvie.dumoulin@tmolympia.org)

\*Facebook, Twitter  
et LinkedIn

Exprimez-vous sur les  
réseaux sociaux du Club!

- Partagez vos  
commentaires, vos photos,  
votre expérience!

## Observer, trier et cueillir le meilleur...

(26.2.15)

### 1. Pour en déguster les bienfaits.

La gastronomie et la randonnée pédestre l'ont amené à s'intéresser à la mycologie.

**Sylvain** notre animateur de la soirée nous a fait découvrir un monde fascinant où les saveurs, les formes, les couleurs, les spécificités sont multiples. Juste au Québec, il y aurait 3000 espèces de champignons. Il y a de quoi se régaler et concocter des plats les plus variés les uns des autres. Cependant, leur cueillette requiert un œil averti pour distinguer ceux qui sont comestibles de ceux qui ne le sont pas et de cette manière éviter de prendre son dernier repas. En effet, 10 % des champignons sont toxiques, dont 25 espèces mortelles.

L'identification de ces organismes est un exercice minutieux et rigoureux où les connaissances doivent être basées sur des faits et non des légendes. Ainsi voir un animal manger un tel champignon n'est pas garant de la digestibilité chez l'humain... Surtout que dans certains cas, il faut plusieurs heures avant que les symptômes d'intoxication fassent leurs actions. Le Jardin botanique offre un service gratuit pour l'identification des champignons, donc si vous avez des doutes, recourez à des experts. Pour en savoir davantage, Sylvain nous a invités à consulter un des nombreux livres sur le sujet et à visiter le site de Myco Québec : <http://www.mycoquebec.org>. Une animation généreuse et des plus intéressante.

votre expérience!

- Cliquez « J'aime »

- Contribuez au dynamisme  
et à la vitalité du Club!

À vous de jouer!

Rédaction de l'infolettre :  
Sylvie Dumoulin

Animer consiste à observer et à intervenir pour faire en sorte que la rencontre soit bien encadrée. Contrôler le déroulement de la soirée et s'ajuster en conséquence des imprévus sont des clés importantes à contenir dans son trousseau. Captiver l'auditoire tout en s'assurant de faire de bonnes transitions, d'accueillir les orateurs, de faire la gestion des applaudissements et du temps. Un beau défi à pratiquer! Le club Olympia se distingue par ses animations colorées et originales, une spécificité à préserver et à stimuler! Une compétence à développer pour explorer sa créativité et sa capacité d'adaptation.

## 2. Minuscules, rares, fatals ou magiques... les champignons font leur effet!

**Raphaëlle** a eu la brillante idée de nous inviter à porter un toast au Dr Alexander Fleming qui a fait la découverte de la pénicilline grâce à un champignon microscopique, une moisissure, le *penicillium notatum*. Comme l'illustre chercheur, il y a ceux qui ressortent du peloton grâce à leur talent et leur travail. Par contre, **Daniel** nous a fait remarquer avec la pensée du jour « *qu'il y a des poètes, des peintres et des musiciens comme des champignons pour un de bon, dix mille de mauvais* ». Il y a aussi des vilains empoisonneurs, comme nous l'a raconté **Kassandra** en nous relatant la malchance de Pierre qui a été trois fois veuf. Deux de ses femmes étant mortes en ayant ingurgité des champignons vénéneux et l'autre d'une fracture du crâne, car au grand dam de Pierre, elle n'aimait pas les champignons.

**Ghita** a mené la session des improvisations avec sourire et vivacité. **Normand** a tenté en vain de convaincre Kassandra de cesser la consommation de champignons magiques, ceux-ci étant dommageables pour la santé.

**Kassandra** l'a de son côté invité à expérimenter un de ses voyages totalement planants. **Émile** a goûté pour la première fois au jeu de l'improvisation et ses idées champignonnaient sans souci.

Force est de constater que les talents au Club poussent comme des champignons!

## 3. Motiver et encourager...

**Préscilla** nous a présenté une capsule éducative portant sur l'évaluation. L'évaluateur a une délicate tâche, car il a le devoir de transmettre une rétroaction de façon sincère, constructive et stimulante. Son discours doit porter la marque du respect et ses commentaires doivent être exempts de tout propos blessant ou frustrant. La confiance d'un orateur peut être fragile, il faut conserver en tête que le point commun des

membres de Toastmasters est celui d'apprendre et l'évaluateur n'est pas exclu de ce processus, car ses propres apprentissages se poursuivent dans ce continuum évolutif. Nous ne pouvons pas faire partie de Toastmasters et prétendre être au-dessus de ce cheminement. Dans cet état d'esprit, il devient plus aisé d'être empathique et de ne pas exiger la perfection. Les erreurs et les défis sont des opportunités d'amélioration. Tout est donc dans la façon de dire les choses pour inciter l'orateur à persévérer et à croire en son potentiel. Selon l'expérience de l'orateur, l'évaluateur verra à doser les points d'observations pour éviter de démobiliser une personne qui en est à ses premières armes. Une évaluation demeure une perception, un angle de vision et un ressenti personnels. L'évaluateur averti écoutera, raffinerà son attention et communiquera avec bienveillance.

### ***Varier la voix pour mieux exprimer son message***

Précilla a combiné sa présentation avec son projet n° 6, la variation vocale. Cette idée était tout à fait appropriée, car un discours à teneur informative risque d'ennuyer rondement l'auditoire si la voix est monocorde et homogène. Explorer le rythme, le volume, le débit pour mettre l'accent sur certains points, illustrer son propos, faire un usage des pauses de façon stratégiques, diversifier sa voix avec naturel pour enrichir la transmission du contenu. La voix se déploie dans les subtilités, les couleurs et les demi-teintes en lien avec le style et la personnalité de l'orateur. Merci à Précilla pour cette capsule instructive et expressive!

### ***Fructification de nos talents d'évaluateurs***

Profitons de l'occasion pour souligner la progression étonnante de tous ceux qui prennent de plus en plus fréquemment le rôle d'évaluateur. Et lors des rétroactions ouvertes de notre orateur invité, nous avons pu constater une plus grande aisance des membres à exprimer les impressions. De même, félicitons les évaluateurs de la soirée, Lyne, Oleg et Pascale Mylène.

## **4. Tout se joue avant... Et après les rencontres**

Notre invité de la soirée...

Nous avons eu le plaisir d'accueillir

**M. Gilles Brunet** qui a affronté le froid sibérien pour assister à la rencontre et nous présenter une allocution inspirante. C'est en nous reportant à la cérémonie des Oscars, une occasion de voir certains orateurs de grande qualité, qu'il a amorcé son discours avec verve et conviction. Son message, une invitation à continuer à nous impliquer et à nous engager sur le parcours du programme de Toastmasters, était empreint d'élégance et de fermeté. Tout en nous interpellant avec la signature de Toastmasters International, « *Là où se forment les leaders* », il a rappelé que notre désir

d'améliorer notre communication est généralement un prétexte à devenir un meilleur leader. Souvent concentrés sur les rencontres en tant que telles, nous oublions que tout le travail s'effectue avant celle-ci avec la préparation de nos interventions. Et que la pratique intégrée dans nos vies personnelles et professionnelles se poursuit et se déploie dans le temps. Ainsi il nous a conviés à prendre conscience de tout ce qui se fait dans l'organisation hors club pour bénéficier des ressources considérables qui sont à notre portée : la visite d'autres clubs, les concours et les grandes Conférences du district. Merci à Gilles qui nous a témoigné de son éloquence, de sa superbe voix et de sa solide présence.

*Gilles Brunet est gouverneur de la division H et fait partie du trio de Montréal composé de Mme Marzieh Ghiasi de la division G et de M. Phil Méthot de la division F. Il est président sortant du Club de Boucherville. Il travaille actuellement à terminer son « High Performance Leader ».*

### **Partage de notre ami Gilles...**

Des suggestions tirées d'un livre de Randhy J. Harvey intitulé : Public Speaking 101, *Messages that mater.*

*« The essence of every speaker's task, every leader's purpose - convince the audience to believe as you do, and to change their behavior or belief to the truth you hold. »*

*« I want to make a difference in the quality of what an audience gets from you. » « Emotion is the secret passage to the heart of an audience ». « Evoke emotion and you awaken thought ». « Words that matter bring truth onto focus ». « They reveal our truth!. "Immortal speakers engage our emotions".*

Revoici le site l'orateur vedette de la conférence d'automne 2014, M. Randy Harvey

<http://www.randyjharvey.com>

Aussi vous trouverez attaché à cet envoi le PowerPoint réalisé par M. Scott Mines : *"Comment préparer un discours en 15 minutes"*, traduit par la gouverneure S75, Mme Louise Provencher.

## **5. La mémoire est une faculté qui oublie...**

Un dynamisme incroyable souffle sur le club et nous pouvons le constater, car chacun s'active avec diligence pour remplir la feuille des rôles et simplifier la tâche de notre v.-p. formation. Pensez autant à noter vos inscriptions à votre programme. Portez attention à l'ordre du jour hebdomadaire, étant donné que ce document est conforme à vos choix. En prendre connaissance

vous permettra par la suite de vous préparer et de bien planifier votre intervention. Bravo à tous pour cette participation énergique!

## 6. Les résultats de la soirée

### ♥Meilleure improvisation :

Kassandra Dumont

### ♥Meilleure évaluation :

Oleg Voloshyn

### ♥Meilleur discours :

Précilla Labelle

### ♥Meilleure amélioration :

Précilla Labelle

### ♥Meilleure performance :

Précilla Labelle

## 7. Le calendrier – « À vos agendas! »

**>• Lundi 9 mars 2015 – Soirée spéciale  
« L'auto-évaluation : image conforme ou  
miroir déformant ? » // Olympia**

Nous sommes souvent de très mauvais juges de nos propres prestations. Notre ressenti, nos impressions, notre auto-analyse sont la plupart du temps assez différents de l'évaluation de nos pairs. Sommes-nous des critiques impitoyables pour nous-mêmes? Nos forces ou nos défis sont-ils là où nous croyons? À nous le découvrir!

**>• Mardi 10 mars 2015 –  
Concours du secteur 62 » // \*\*\*\***

Venez encourager nos concurrents du Club Olympia et assister aux performances des concurrents des clubs Expression Ahuntsic, Leader en Action et Outremont.

**Lieu :** Expression Ahuntsic Club  
Centre Communautaire d'Ahuntsic  
10780, Rue Laverdure (sous-sol),  
Montréal H3L 1A6  
(près du métro Henri-Bourassa)  
Stationnement gratuit à l'arrière du bâtiment

**Arrivée à 18 h 30 et début 19 h**

**Coûts :** 20 \$ total par club (boissons et collations fournies)

**On vous attends en grand nombre!!**

**>• Vendredi le 13 mars 2015 –  
« 10e anniversaire du Club Avancé  
Sélect**

## [de Laval »](#)

Vous êtes conviés à venir célébrer les 10 ans du Club Avancé Sélect et à venir rencontrer ou connaître des collègues.

Venez entendre les anecdotes et l'expérience des présidents ainsi que l'histoire du Club. On nous annonce une magnifique soirée en perspective.

**Lieu :** Restaurant Giorgo  
2121, boul Carrefour Laval, Laval  
**Arrivée à 18 h 30 et début 19 h**  
**Coûts :** 40 \$ repas et service inclus.  
apportez votre vin et votre bière

**R.S.V.P. : Avant le 6 mars** (places limitées)  
Confirmez votre présence à Mme Lise Blondin  
liseblondin@videotron.ca

## [>• Mercredi le 25 mars 2015 – Soirée « Pecha Kucha 20-20 »///Toastmasters passionnés](#)

Le Pecha Kucha 20-20 est un format de présentation associée à la projection de 20 diapositives se succédant toutes les 20 secondes. Cette technique nécessite, entre autres, que l'orateur ait le sens du rythme et de la concision.

**Où :** Bar à vin Le Cent 50,  
150 rue St-Jacques à Granby  
**Heure :** à 19 h  
**Coûts :** 12 \$

## [>• Samedi 28 mars 2015 – Concours de la division G »///\\*\\*\\*\\*](#)

Dernière étape avant le grand concours du district... Votre présence et vos encouragements seront nourrissants pour tous les participants, soyez-y!

**Lieu :** Collège André-Grasset  
1001, boul. Crémazie  
Montréal H2M 1M3  
Stationnement payant  
Près du Métro Crémazie

**Heure :** 13 h  
**Coûts :** 10 \$

**Autres concours de notre division :**  
Concours de la division F, 27 mars 2015 à 18 h  
Concours de la division H, 28 mars 2015 à 8 h

## [>• Avril 2015 - Soirée spéciale avec notre](#)

Nous aurons le grand plaisir d'accueillir J.A. Gamache et d'entendre une de ses prestations.

*J.A. Gamache est classé dans les 82 meilleurs au monde parmi 25 000 concurrents au concours de discours anglais au championnat du monde 2013. J.A. Gamache est membre du club Toastmasters « Les Dynamiques » de Laval. Il est le seul Québécois à avoir remporté un podium (3e position en 2001) au Championnat du monde des orateurs de Toastmasters International et il a été un des 10 finalistes à ce même concours en 2005 et 2007. Pour information <http://www.jagamache.com>*

**>• Les 24, 25, 26 avril 2015,  
la conférence du printemps du district  
« Brisez vos chaînes »/Château Montebello**

La conférence du printemps est un événement des plus attendus... un week-end grandement formateur!

**Une opportunité de voir et d'entendre...**

- Les concours anglophones et francophones « Discours d'inspiration » et « Improvisation »
- Des conférenciers motivants et inspirants
- Des ateliers thématiques formateurs
- Le directeur international de Toastmaster, **M. Ross Mackay, DTM, auteur et conférencier certifié.** Pour en savoir plus visitez son site <http://www.rossmackay.com>
- Spectacle musical le vendredi soir
- Banquet du Gouverneur le samedi soir

Une occasion de rencontrer des collègues, de découvrir des gens de tous les horizons des plus intéressants!

**Pour vous inscrire :**

<http://toastmastersconference.com/spring/2015/>  
Programme à venir

**Coûts (incluant les taxes, mais hébergement en sus)**

**1. Inscription complète :**

200 \$ avant le 17 février ou

215 \$ avant le 31 mars ou 235 \$ après le 31 mars

**2. Samedi seul. incluant déjeuner, dîner, souper : 175,00 \$**

**3. Samedi seul. incluant le dîner : 85 \$**

**4. Samedi, banquet seul. : 95 \$**

**5. Dimanche seul. incluant le déjeuner: 55 \$**

**6. Concours seul. sans repas : 40 \$ ch. journée**

**>• Mercredi le 17 juin 2015 –  
25e anniversaire du Club Rive-Sud**

Notre ami André Pilon et ses joyeux collègues cogitent une soirée pétillante pour souligner le quart de siècle d'existence du club.

Surveillez les infolettres pour les détails à venir prochainement!

## À lundi pour une soirée bien remplie!

**Sylvie Dumoulin**  
Présidente

.....  
*Depuis le 1<sup>er</sup> juillet 2014, la nouvelle loi canadienne antipourriel nous oblige à avoir votre consentement pour recevoir ces infolettres. Vous recevez ce courriel, car vous avez accepté de nous transmettre votre adresse courriel et que vous êtes ou vous avez été un visiteur de notre club, un membre de Toastmasters, un ancien membre de Toastmasters ou simplement une personne qui a donné son accord pour recevoir ces communications.*

*Si vous ne voulez plus recevoir de courriels, veuillez s'il vous plaît cliquer sur le lien situé au pied de la page de ce courriel.*

*Dans le cas contraire, ne pas tenir compte de cet avis et vous allez continuer à être au courant des nouvelles de notre Club et de Toastmasters.*

**Club Toastmasters Olympia** | [www.tmOlympia.org](http://www.tmOlympia.org)



[Suivez-nous sur Twitter](#) / Cliquez J'aime



/ Adhérez à notre groupe



Co 2

---

[Pour vous désabonner ou mettre à jour votre profil, cliquez sur ce lien](#)

Powered par [YMLP](#)