

INFOLETTRE

# Olympia

LE PLAISIR D'APPRENDRE À MIEUX COMMUNIQUER !



CLUB 721 DU SECTEUR 62 DE LA DIVISION G DANS LE DISTRICT 61



## Le non-verbal parle avec éloquence!

### SOMMAIRE

1. La synergologie
2. Le thème pour orienter nos prestations (sauf pour les discours)
3. Un brise-glace et deux autres discours
4. Les conseils de nos évaluateurs.

### LES CHRONIQUES

- ▶ Pense-bête : Le manuel du parfait olympien
- ▶ Les résultats de la soirée
- ▶ À vos agendas

### Des idées à partager

Faites-nous part de vos commentaires, de vos photos et de votre expérience!

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

Crédit © Rédaction de l'infolettre  
Sylvie Dumoulin, CC, CL

Notre site Web



## 1. La synergologie, un langage révélateur

Être animateur permet de développer plusieurs compétences, dont celle de savoir jongler avec la conjoncture de la soirée et le temps. **Pascale Mylène** a été une réelle acrobate de la situation. Ce lundi s'est avéré très chargé et Pascale a su adapter son contenu à la circonstance. La synergologie est un sujet vaste et fort intéressant, nous aurions bien aimé l'entendre davantage, mais elle a dû choisir certains éléments pour aller à l'essentiel et pour prioriser les différentes interventions. Elle a tout de même su capter notre attention avec efficacité.

La synergologie ou l'analyse de la communication non verbale est un domaine qui est peut-être mis en doute par certains, mais nous ne pouvons pas renier le fait que le non verbal est tout autant éloquent que la communication verbale. L'auditoire reçoit et comprend les choses qui lui sont transmises sur plusieurs plans. Le corps ne fait rien sans raison. Notre vérité, notre histoire, nos émotions, notre aisance ou nos blocages l'habitent. Philippe Turchet, un des précurseurs de la synergologie affirme que le cerveau et le corps sont une entité unique, constitutive de l'être. Décoder le corps c'est observer l'esprit en mouvement.

Observer le langage non verbal nous aide à mieux communiquer. Ainsi nous tenons compte des sentiments de notre interlocuteur. Cela nous apprend à écouter réellement et à décrypter ce que pense et ressent l'autre. Dans le même ordre d'idées, Pascale Mylène nous a appris que les enquêteurs portent leur attention sur la gestuelle dans les interrogatoires pour détecter si la personne dit vrai ou pas. Pour déchiffrer le langage d'un suspect, la police pose toutes sortes de questions préliminaires afin de saisir les microdémangeaisons spécifiques à la personne. À la question d'appât, si le témoin n'a aucune microdémangeaison, il y a de fortes chances qu'il soit coupable.

Merci à **Pascale Mylène** pour ce sujet passionnant. Nous l'invitons à revenir pour nous en parler plus longuement.

## 2. Le thème pour orienter nos prestations\*

Le thème oriente les prestations reliées aux rôles la soirée et évidemment cela exclut les discours. Dénicher quelque chose en lien avec le sujet de la rencontre est un cadre et un défi qui nous poussent à aller plus loin et trouver un sens à notre prise de parole.

**Ilias** est tombé pile en rendant hommage à l'icône du cinéma muet Charlie Chaplin. Véritable maître dans l'art de faire parler son corps, il a inspiré des générations d'acteurs et de comédiens. Porter un toast à sa mémoire tait des plus pertinent.

**Kassandra** a sélectionné une pensée de Dale Carnegie « Une fenêtre n'attire pas l'attention sur elle-même. Elle laisse simplement passer la lumière. Un bon orateur doit lui ressembler. Il doit être tellement naturel que ses auditeurs ne prêtent pas attention à son

style. Ils n'ont conscience que de son message. »

**Mélissa** a demandé à **Caroline** d'incarner une directrice des ressources humaines d'un centre sportif et de nous dire quel serait le type de langage non verbal inacceptable. Elle a choisi **Sandra**, qui en était à sa première soirée en tant que membre et à sa première improvisation, pour savoir si elle portait attention au non verbal au quotidien. Sandra qui a étudié la PNL a répondu vivement « oui », car cela lui donne des indices sur ce que la personne pense vraiment.

*\* Le thème de la soirée ne concerne pas les sujets de discours. Les orateurs choisissent l'objet de leur présentation en fonction des objectifs du projet et sont libres de traiter du sujet qui leur plaît.*

### 3. Un brise-glace et deux autres discours

#### ***Les deux choses surprenantes de William***

La première, il a les traits d'un Asiatique et cependant il est né au Brésil. La deuxième est que les gens lui donnent vingt ans et pourtant il en a trente-huit. L'auditoire a constaté que finalement William a bien plus que deux choses surprenantes. Ses multiples talents et intérêts nous ont tous fascinés. Il aime les sciences, mais préfère travailler dans le marketing qui est un domaine plus créatif, il parle quatre langues. Il adore les voyages, la musique, la danse et il est féru du forro, une danse brésilienne. C'est d'ailleurs lui qui a organisé le premier festival de forro à Montréal. Bravo **William!**

#### ***Le plaisir d'apprendre grâce à nos erreurs***

**Yingjia** a lancé l'idée de tenir un petit bêtisier pour nous amener à réfléchir sur nos bêtises et nos ratés. Les échecs ont toujours un sens et nous permettent de creuser un aspect de nous-mêmes. Elle a ainsi raconté une expérience vécue qui l'a peut-être déstabilisé, mais qui l'a enrichi d'apprentissages nouveaux. Yingjia en était à son quatrième projet, les mots pour le dire.

#### **Oui chef!**

Jason aime nous faire rire et il a bien réussi à la faire de nouveau. Il nous a interpellés en demandant qui se délectait à manger et qui était friand de faire la cuisine. Avant Jason ne savait pas du tout cuisiner. Ses parents étant d'excellents chefs, il profitait plutôt de leurs bons plats. Mais voilà que lorsqu'il est déménagé seul, il fallait bien qu'il assimile l'abc de cet art. Il a testé toutes sortes de mets qui lui ont valu des critiques mitigés ou tout simplement aucun commentaire. Comme la fois où sa petite amie lui a dit que son riz n'était pas très bon. Pourtant lui trouvait son riz « dynamique »!!! L'eau a coulé sous les ponts, il a appris et maintenant il se sent comme un vrai chef! Le projet 5 traitant du langage non verbal était tout à fait approprié au sujet.

### 4. Les conseils de nos évaluateurs

Évaluer n'est pas seulement transmettre les points forts et les éléments plus faibles, mais

c'est d'aider l'orateur en donnant des pistes et des exemples des moyens pour s'améliorer.

### ***Être prêts pour improviser***

**Ilias** a suggéré à l'auditoire d'être toujours prêts à participer à une improvisation. Lorsque la question est posée et que nous sommes choisis, nous devons rentrer complètement dans la situation pour nous aider à être inspirer.

### ***Épurer nos discours***

**Chantal** a proposé d'élaguer nos discours et se concentrer sur une idée pour présenter un discours structuré et clair. Nous avons parfois tendance à vouloir en dire trop et cela peut donner du fil à retordre à notre public.

### ***Porter attention aux gestes parasites***

**Précilla** a conseillé de demeurer conscient de notre gestuelle pour éviter celle qui exprime la nervosité. Lorsque nous sommes un peu fébriles et émotifs, nous avons tendance à faire des mouvements répétitifs et non appropriés à notre discours. Les gestes doivent aider ou accompagner notre propos pour le rendre plus explicite et significatif.



## **Pense-bête**

### **Renouvelez votre cotisation, c'est payant!**

**\*\*\* Avant le 28 septembre \*\*\***

N'oubliez pas d'apporter vos chèques, le temps presse, il ne reste que deux semaines. Soyez des nôtres pour la prochaine année pour aussi peu que 8 \$ et quelques sous par soirée. Qui dit mieux?

**Vos chèques devront être fait à l'ordre du Club Toastmasters Olympia et devront être remis à Ghita, notre trésorière.**



## **Trucs de pros**

### **Un document précieux à consulter**

**Le manuel du parfait olympien**

Chacun des rôles comporte des objectifs et des paramètres d'exécution différents. Il est important de bien les saisir afin de les rendre avec justesse et de travailler les aspects spécifiques à chacun. Vous choisirez vos prestations de façon plus pointue et mieux ciblée. Savoir faire un toast pour inspirer et amorcer une soirée n'est pas la même chose que de présenter une blague. Sachez comprendre les différences afin d'améliorer vos prestations.

Consultez le manuel chaque fois que vous prenez un rôle et vérifiez les points qui sont pour vous plus obscurs avec vos collègues ou votre mentor. Vous en retirez de multiples bénéfices. Votre confiance et votre satisfaction intérieure s'accroîtront.

C'est facile, cliquez : <http://tmolympia.org/le-manuel-du-parfait-olympien/>

Pour connaître les ressources à votre disposition, téléchargez le « document de bienvenue » à : <http://tmolympia.org/Avantages/>

## Les résultats de la soirée

### ♥ Meilleure improvisation

*Sandra Choquette*

### ♥ Meilleure évaluation

*Chantal Paul*

### ♥ Meilleur discours

*Jason Ramirez*

### ♥ Meilleure amélioration

*Pascale Mylène Beauregard*

*Pour ses variations vocales.*

### ♥ Meilleure performance

*Ex aequo : Pascale Mylène Beauregard et Jason Ramirez*

## Accueil d'un nouveau membre

### Trois nouveaux membres!

#### L'année commence en lion!

**Lyne** notre nouvelle vice-présidente au recrutement nous a avertis que probablement nous serions obligés de louer le stade pour nos rencontres vu l'affluence des nouveaux. Elle a ainsi amorcé l'accueil des nouveaux membres et elle a présenté chaleureusement :

**Sandra Choquette, William Chen et Ketsia Fontus.** Nous sommes toujours très heureux que de nouvelles personnes décident de se joindre à notre merveilleux club. C'est une opportunité d'entendre des expériences différentes, d'élargir notre auditoire, d'offrir des évaluations variées et de faire bouger différemment notre dynamique. Cela ne peut qu'être enrichissant. Bienvenue à nos nouveaux collègues!



## À vos agendas



### 📅 Événement du Club

- **Lundi le 21 septembre - Les concours du Club :  
Concours de discours humoristiques  
et concours d'évaluation d'un orateur cible**

Venez encourager nos braves concurrents et profitez de ces moments pour apprendre des prestations que vous verrez. Soyez présents, soyez nombreux!

### 📅 Autres événements

- **Mercredi le 7 octobre 2015 - Concours du secteur**

Le deuxième concours est celui du secteur où les gagnants du club devront se mesurer aux gagnants des autres clubs du secteur.

#### **Les concours du secteur 62 :**

Mercredi 7 octobre 2015 à 18h00

1210 Rue Sherbrooke Est (métro Sherbrooke)

• **Conférence d'automne « Imaginez »**  
**13, 14 et 15 novembre 2015 – à Ottawa**

Visitez le [site de la conférence](#)

Pour information : téléphonez au 613-592-2656

[Pour vous inscrire, cliquez ici](#)

-  
La conférence se tiendra au :

Brookstreet Hotel

525 Legget Drive, Kanata, Ontario K2K 2W2

613 271-1800

---

***Le 21 septembre,  
c'est la soirée de nos braves concurrents,  
soyez-y!!***

**Sylvie Dumoulin, CC, CL**

Présidente sortante et vice-présidente à la formation 2015-2016

Présidente 2013 à 2015

---

*Copyright © 2015 Club Toastmasters Olympia, Tous droits réservés.*

Depuis le 1er 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.

**Notre adresse:**

Club Toastmasters Olympia  
4545, rue Pierre-de-Coubertin  
Montréal, Qc H1V 3N7  
Canada

[Add us to your address book](#)

[me désinscrire de la lettre](#) [mettre à jour mes préférences d'abonnement](#)