



LA VOIX DU SUROÎT

Volume 3

Numéro 1 Septembre 2004

Éditorial

Laurent Duperval

Une nouvelle année, une nouvelle saison Toastmasters commence. Qu'allez-vous en faire?

J'ai passé un été passablement mouvementé. C'est passé tellement vite que j'ai été pris au dépourvu lorsque j'ai réalisé que la saison commençait et que je n'avais encore rien préparé.

Je me suis mis à réfléchir à ce que je voulais pour moi et pour le club au cours de la prochaine année. C'est un exercice auquel je m'adonne à chaque nouvelle année. Cela me donne un but à atteindre et une raison de mettre tant d'efforts dans la préparation et la création de discours.

Un de mes buts pour le club est de mieux vous servir au cours de la prochaine année. N'oubliez pas que la raison première de l'existence du club est de vous aider. Pour que le club puisse vous aider, vous devez commencer par vous aider vous-même.

Commencez par déterminer ce dont vous avez besoin. Nous n'avons pas tous les mêmes besoins ni les mêmes objectifs. Certains d'entre nous avons des objectifs basés sur la communication. Certains d'entre nous avons des objectifs basés sur le leadership. D'autres ont des objectifs plus personnels qui n'entrent pas tout à fait dans une de ces deux catégories. Parlez-en à votre mentor ou avec moi. C'est la seule façon pour nous de savoir ce que

vous voulez vraiment. C'est la seule façon pour nous de vous aider.

Je vous invite aussi cette année à relever de nouveaux défis. Si vous faites souvent des discours sérieux, essayez d'en faire un humoristique. Si vous n'utilisez jamais d'aides visuelles, essayez d'en utiliser plus. Participez à un concours. Il y a tellement de choses que l'on peut expérimenter chez Toastmasters qu'il m'est impossible de tout vous dire dans un éditorial. Parlez à des membres plus anciens du club, demandez-leur de vous parler de leurs expériences chez Toastmasters. Cela vous inspirera peut-être.

Pour les membres ayant complété leur CTM, essayez de compléter au moins un manuel avancé avant la fin de notre année. Aucun manuel avancé ne vous intéresse? Prenez le manuel de base et faites un autre CTM. C'est d'ailleurs un des objectifs de notre président, Albert Nadon.

Essayez de nouveaux aspects de Toastmasters. Siégez sur le comité exécutif du club. Occupez une fonction pendant les concours. Allez à une conférence. Allez visiter d'autres clubs. Les occasions ne manquent pas.

Lorsque vous vous êtes inscrits chez Toastmasters, vous aviez un but à atteindre. L'avez-vous atteint? A-t-il changé ou est-il demeuré le même? Révisez le et changez-le ou adaptez-le à votre nouvelle réalité.

Surtout, amusez-vous et passez une bonne année!

Rédacteur en chef: Laurent Duperval lduperval@videotron.ca
Contributions: Jimmy Poulin, Laurent Duperval

Le temps

Jimmy Poulin

Imaginez que votre banque crédite votre compte opération, matin après matin de 86 400\$. Eh oui, 86 400\$ chaque jour qui passe.

Mais attention, des conditions s'appliquent :

Aucun report d'argent n'est possible;

Les sommes inutilisées sont perdues; vous devez absolument liquider votre compte chaque jour; le compte peut être fermé, à tout moment, sans préavis. Que feriez vous?

Dans les faits, nous disposons tous de cet extraordinaire compte bancaire: le temps

Chaque matin, un crédit de 86 400 secondes vous est offert.

Vous devez vivre dans le présent sur le dépôt d'aujourd'hui!

Investissez-le pour en retirer le maximum de santé de bonheur et de succès.

Hier est au cimetière.

Aujourd'hui est un cadeau, un présent.

À propos de nous

Le club *La Voix du Suroît* est un club Toastmasters dont le but premier est d'aider les individus à améliorer leur communication orale.

Nous sommes un club bilingue, où vous êtes encouragé à parler en anglais et en français.

Le club *la Voix du Suroît* tient ses réunions les trois premiers mardis de chaque mois à 19 h 30. Les réunions ont lieu à la Cité des Jeunes, 400 boul St-Charles à Vaudreuil/Dorion, Local D.

Je vous propose trois grands principes de Vie inspirés des 86 proposés par Derrick Sweet, auteur canadien d'ouvrages sur le développement personnel. Ces principes vous guideront, je l'espère, pour mordre à pleines dents dans la Vie et dans vos 86 400\$ par jour.

Mon premier principe : Se passionner pour la vie

Bien des gens cherchent ailleurs que dans leur vie des moyens de se passionner. Ces personnes trouvent l'existence de l'agent 007 ou Scooby-Doo plus intéressante que la leur.

Il est vrai qu'Hollywood nous fait vivre une bonne part de l'excitation dont nous avons besoin. Nous en sommes ainsi venus à regarder des choses passionnantes plutôt que d'en vivre.

On nous a programmé, pour être de bons spectateurs. Pourtant, les seules passions qui stimulent véritablement notre âme sont celles que nous nous créons, celles que nous vivons et expérimentons.

Je vous invite à dresser une liste d'activités qui vous passionnent au point de vous empêcher de dormir : pêche à la mouche, vélo de montagne, pilotage, peinture, golf, ski, voile, etc. Trouvez-en 20 que vous pourriez faire dès maintenant. (Avez-vous songé, s'il vous ennuie profondément, à laisser votre em-

ploi et à faire quelque chose dont vous avez toujours rêvé?)

Peut-être apprendre une nouvelle langue ou les arts martiaux? À preuve, vous avez joint Toastmasters afin de rendre votre vie plus intéressante.

N'oubliez pas de dresser votre liste.

Mon deuxième principe : Faire preuve d'excentricité

Pour beaucoup, la vie n'est qu'une suite de répétitions lassantes : lever à 6h, trafic, travail, retour à la maison, corvées, souper, télévision, bavardage avec les proches, dodo. Le lendemain : même scénario. «Pourquoi se compliquer la vie? »

Pour croquer dans la vie, il faut savoir faire preuve d'excentricité!

L'excentricité fait de nous des êtres vivants dans le sens premier du terme. Elle nous conduit au bout de nos passions et soulève notre enthousiasme.

Nous sommes excentriques en respectant nos aspirations. Nous le sommes en écoutant notre coeur qui nous dit de donner à ce sans-abri un billet de 20\$ tout neuf ; en croyant que nos petits gestes de bonté, insignifiants à première vue, peuvent changer les choses ; en croyant que notre présence sur Terre peut contribuer à améliorer le monde.

Mon troisième principe : Écrire 100 choses à accomplir avant de mourir

Rappelez vous quand vous étiez enfant, vous parliez sans doute de toutes les choses incroyables que vous alliez accomplir une fois adulte.

Avez-vous réalisé certains de ces rêves?

Lesquelles de vos promesses n'avez-vous pas pu tenir?

Et aujourd'hui, quelles excentricités voulez-vous faire?

Sauter en parachute? Courir un marathon? Faire de la plongée?

Posez-vous la question au sujet de votre travail, de vos relations personnelles et de vos objectifs.

Pensez aux endroits que vous aimeriez visiter, aux expériences que vous aimeriez vivre et aux contributions que vous désirez apporter.

Dès maintenant, prenez un cahier et inscrivez-y : « Les 100 choses que je vais accomplir avant de mourir. »

N'oubliez pas de fixer la date à laquelle chacune des activités devra être réalisée.

Ce cahier sera votre carte routière du bonheur et un magnifique héritage pour les vôtres.

Faites-le avec rigueur ou avec enthousiasme, mais

faites-le! Je vous garantis que c'est l'un des meilleurs moyens pour mordre dans la vie.

N'oubliez pas les écrits ne suffisent pas, il faut les accomplir.

Vivons nos 86 400 secondes par jour à fond!

Discourir sans s'essouffler

Laurent Duperval

Lors du TLI de juin 2004, j'ai eu la chance de parler à Camille Bentkowski qui m'a exposé une technique qu'il utilise pour faire plus de discours et avancer plus vite dans son cheminement chez Toastmasters.

Il a acheté beaucoup de manuels Toastmasters. Plutôt que de faire un manuel à la fois, du premier au dernier projet, il fait un discours et regarde dans quel manuel il cadre le mieux. Puis il sort ce manuel, fait son discours et le fait évaluer.

Cette approche vous permet d'essayer beaucoup de choses différentes et ne vous force pas à toujours travailler avec les mêmes sujets. Même si un de vos cahiers est très intéressant, peut-être qu'aucun des projets ne vous inspire. Prenez un cahier différent et vous aurez peut être plus d'inspiration.

J'ai trois cahiers en cours et je vais bientôt en en-

tamer un quatrième. Ils sont tous très différents l'un de l'autre, donc je pige dans celui que je veux, au moment où cela me convient le mieux.

Au club, nous aurons bientôt une copie de tous les manuels avancées. Vous pourrez y jeter un coup d'oeil et déterminer lesquels vous conviennent le mieux. Si vous voulez des conseils, n'hésitez pas à m'en parler ou en parler à un autre membre du club.

Lorsque vous aurez complété votre CTM, vous aurez le droit de commander deux manuels avancés gratuitement. Prenez le temps de les étudier, votre choix n'en sera que plus éclairé!

Joignez-vous à moi!

Laurent Duperval

C'est la deuxième fois que nous tentons de mettre en place un bulletin au sein du club. Ce n'est pas une tâche facile. L'an dernier, nous avons réussi à produire quelques numéros, mais éventuellement il y a eu un essoufflement et le projet s'est arrêté après sept numéros.

Plusieurs facteurs expliquent cet « échec ». D'une part, nous étions trop peu nombreux. À une époque, nous étions moins de dix dans le club. Tout le monde n'était pas intéressé à écrire des articles, ce qui rendait la tâche plus

lourde pour ceux et celles qui en écrivaient. Mais en plus, le bulletin était produit une fois par mois! Chaque mois, il fallait produire six ou sept articles, en plus du travail nécessaire pour écrire et prononcer des discours. C'était beaucoup trop.

Cette année, mon objectif est un peu plus réaliste. Je veux produire trois numéros par année: en septembre, janvier et mai. Ce bulletin aurait quatre à huit pages, huit étant l'idéal. Pour les autres mois, j'aimerais produire un feuillet recto-verso donnant un bref résumé des réunions précédentes, une sommaire des décisions prises au sein de l'exécutif et les annonces pour les événements à venir.

Je ne saurais faire tout ce travail seul. Je sollicite donc la participation de tous ceux et celles qui aimeraient contribuer un petit peu plus au club. Vous pouvez écrire des articles, faire de la correction ou de la traduction si vous le voulez. Je comptais faire la mise en page mais si vous avez des aptitudes de ce côté, je ne refuserai certainement pas de vous la confier.

Pour le moment, je mets peu de balises quant au contenu de l'article. Ma seule contrainte est que ce soit votre oeuvre originale; si ce n'est pas le cas, que vous ayez obtenu la permission de reproduire l'information. C'est tout.

Vous avez le champ libre pour le reste.

Parlez-nous de vous. Prenez le texte d'un de vos anciens discours et donnez-le moi comme article. C'est ce qu'a fait Jimmy Poulin.

Parlez-nous de vos passions. Parlez-nous d'une cause qui vous tient à coeur. Parlez-nous de votre expérience au sein du club. Parlez-nous de ce que vous apprenez aux conférences ou aux formations de Toastmasters. Si ça vous intéresse d'en parler, il y a beaucoup de chances que cela nous intéresse de vous écouter!

Dans mon éditorial, je suggérerais de relever des défis et de trouver d'autres moyens de participer dans club. Voici l'occasion!

Les concours

Laurent Duperval

Pourquoi participer à un concours? Cela demande du travail supplémentaire, on doit se mesurer à des meilleurs que soi et on doit faire notre discours devant des étrangers. Pourquoi s'y soumettre?

Eh bien, pour toutes ces raisons! Un discours prononcé devant 100 personnes dans le cadre d'un concours vous fera progresser aussi rapidement que de prononcer quatre ou cinq discours devant le club.

Vous aurez la possibilité de prendre le même discours et le travailler méticuleuse-

ment, jusqu'à la perfection. On ne fait pas cela en général dans le club.

En participant à un concours, vous pouvez vous attaquer rapidement à un problème que vous voulez régler. Par exemple, les improvisations vous terrifient? Faites-en une devant cent personnes inconnues. Par la suite, il vous sera facile d'en faire devant une douzaine d'amis au club. Il en va de même pour les discours.

Faire des concours, c'est une façon de sortir de sa zone de confort, de se surpasser et d'atteindre notre but. À l'automne, ce sont les discours humoristiques et les improvisations qui sont à l'honneur. Choisissez un des concours et jetez-vous à l'eau! Vous ne le regretterez pas.

Calendrier

21 septembre: Concours Pour l'occasion, il n'y aura pas de discours préparés.

28 septembre: Réunion du comité exécutif. Tous sont invités

Fin septembre/début octobre: Finales des concours au niveau du secteur et de la division.

5, 6, 7 novembre: Conférence d'automne à Québec

Bon retour!