

District 45 Toastmasters Newsletter

CAN-AM LINK



Dans ce numéro

Adhésion au Club	1
Astuces pour Facebook	2
Améliorez votre Humour	3
Minute Parlementaire	4
Choisir un Gagnant	4
Pourquoi Compétitionner?	5
Le Pouvoir de la Pause	6
Une Journée de Célébration	7
Sommaire du Conseil de District	7
Incitatifs	8
Prix	8
Évènements du District à Venir	10
Autour du District	11
L'Histoire d'un Membre	15
Anniversaires	16
Prix des membres	17
Calendrier du District	19
Soumettez maintenant!!	19

ADHÉSION AU CLUB

PAUL CODDINGTON, DTM, DIRECTEUR DE LA CROISSANCE DU CLUB

Oh mon Dieu, tu réfléchis. On y va encore une fois. Adhésion. Je suis déjà membre d'un club Toastmasters. Pourquoi

devrais-je me soucier de l'adhésion ? Avec votre indulgence, je vais vous donner deux raisons pour lesquelles votre aide est cruciale pour ajouter de nouveaux membres à la liste des membres de votre club et pourquoi il est important pour vous de maintenir l'engagement et l'implication des membres actuels.

Considérons d'abord le terme "force de la charte". Toastmasters International ne nous laissera pas former un nouveau club sans au moins vingt membres, « la force de la charte ». Pourquoi est-ce le nombre magique? Parce que cela permet de s'assurer que tous les rôles peuvent être remplis et que la plupart des clubs fonctionnant avec vingt membres réussissent très bien, atteignant tous les objectifs éducatifs et administratifs d'un club Toastmasters.

Mais pensez-y une minute. Si votre club compte dix personnes, est-il difficile d'avoir un ordre du jour rempli avant le début de la réunion si seulement les deux tiers d'entre eux peuvent y assister ? Si vous avez quelques membres de plus, serait-il possible de tenir une réunion sans que les membres doublent les rôles ? Avoir plus de membres facilite la tenue d'une réunion de meilleure qualité pour toutes les personnes impliquées.

Alors, pourquoi devriez-vous vous soucier de l'adhésion ? Aider à trouver un nouveau membre améliorerait votre propre expérience Toastmasters et donnerait le cadeau de la participation à un autre. Une bonne réunion fait également bonne impression sur un invité.

Deuxièmement, nous devons ajouter des membres aux clubs, mais comment empêcher les membres actuels de quitter le programme? Après la raison n° 1 ci-dessus, nous devons leur donner une raison de rester impliqués et engagés avant qu'ils ne puissent penser à partir. Comment faire ça? Mentorat des membres nouveaux et anciens. Tous ceux qui ont terminé le niveau 2 dans n'importe quel chemin ont terminé le projet « Introduction au mentorat Toastmasters ». Et si vous n'y êtes pas encore, vous y serez car c'est un projet obligatoire pour tous les Toastmasters.

Le maintien de l'adhésion à votre club peut et sera grandement amélioré si deux membres sont dans une relation mentor-protégé, planifiant leurs objectifs personnels dans le programme Toastmasters, étant responsables l'un envers l'autre de leurs progrès et résolvant les problèmes qui pourraient survenir.

Alors, pourquoi devriez-vous vous soucier de l'adhésion? Parce que cela aidera votre club à réussir et lorsque votre club réussit, vous avez plus de chances de réussir.

Je vous souhaite tout le meilleur dans les mois à venir! Si je peux vous être utile, à vous ou à votre club, faites-le moi savoir.

ASTUCES POUR FACEBOOK

Facebook, s'il est utilisé correctement, peut être un moyen efficace de promouvoir votre club Toastmasters. Vous pouvez avoir soit un groupe privé que les gens doivent rejoindre pour publier ou voir des publications, soit une page publique. Si vous utilisez Facebook pour promouvoir votre club, il doit s'agir d'une page publique. Voici quelques conseils pour utiliser efficacement Facebook. Une liste plus complète est disponible sur <https://d45toastmasters.org/club-member-recrutement>.

- ▶ Maintenez une présence constante sur Facebook. Des messages quotidiens seraient une idée. Si ce n'est pas possible, prévoyez de publier quelques fois par semaine. Soyez cohérent lorsque vous publiez.
- ▶ Planifiez vos publications. Vous pouvez en programmer plusieurs pour la semaine ou pour un mois afin de ne pas avoir à vous rendre sur Facebook à chaque fois pour publier, cela se fera en fonction du planning. Pour savoir comment programmer une publication, rendez-vous sur [go to https://www.facebook.com/help/389849807718635](https://www.facebook.com/help/389849807718635) (pour les pages); <https://www.facebook.com/help/124331564818285> (pour les groupes)
- ▶ Les gens sont plus susceptibles de remarquer une publication avec une image qu'une publication contenant uniquement du texte. Publiez toujours une photo de bonne qualité.
- ▶ Demandez aux membres de partager vos publications sur leur propre page.
- ▶ Créer des événements. Vous pouvez le faire pour des événements spéciaux tels qu'une journée portes ouvertes ou une remise de prix spéciale (comme un DTM). Vous pouvez même faire de chaque réunion un événement.
- ▶ Consultez régulièrement la page pour les messages et répondez rapidement. Rien ne découragera plus l'intérêt pour votre club qu'une personne demandant des informations et n'obtenant pas de réponse pendant des semaines.
- ▶ Demandez à chaque membre de faire une vidéo #MYWHY et d'en publier une par semaine ou toutes les deux semaines. Enregistrez quelques sujets de table, une partie d'un discours ou d'une évaluation et affichez-les.
- ▶ La diffusion en direct est en tête d'affiche sur Facebook. Envisagez de diffuser en direct l'une de vos réunions ou une partie de la réunion. Faites-en un événement sur votre page et faites la promotion que vous diffuserez en direct.
- ▶ Comme pour votre site Web, vous devez avoir plusieurs administrateurs afin de ne pas perdre l'accès à votre page si quelqu'un quitte inopinément.

Tenir à jour la page Facebook de votre club représente une excellente opportunité pour un comité et/ou un projet Pathways.



AMÉLIOREZ VOTRE HUMOUR

C'est à nouveau l'heure du concours de discours humoristique. De bons concours sont importants car ils se traduisent par des participants satisfaits et un public satisfait. L'un des éléments d'un concours réussi est qu'il est bien organisé. Cette année, le District a demandé aux Secteurs et aux Divisions d'organiser leur concours de discours humoristique cet automne. Les concours de Secteur et de Division seront en ligne. Les concours de District en mai seront des concours hybrides. Les clubs ont cependant la possibilité d'organiser un concours en personne ou en ligne.

En fin de compte, le VPE est responsable de s'assurer que le concours de club se déroule. Le VPE planifie le concours et encourage les membres à y participer. Le VPE peut déléguer certaines responsabilités ou décider d'en assumer lui-même certaines. Cela dépend si le VPE participe au concours. Au-delà du VPE, les deux principaux acteurs pour s'assurer qu'un concours est bien organisé sont le président du concours et le juge en chef.

Pour qu'un concours soit réussi, vous devez connaître les règles telles que qui est éligible, combien de juges sont nécessaires, le calendrier, etc. Vous devez également savoir qui est responsable de quel aspect du concours et vous assurer que chaque personne connaît son rôle. Bien trop souvent, les membres s'inscrivent à un concours sans comprendre les critères sur lesquels ils seront jugés. S'il s'agit d'un membre relativement nouveau, il se peut qu'il n'ait jamais vu de discours de concours et ne sait donc même pas comment aborder un discours de concours. Assurez-vous que les candidats reçoivent une copie du formulaire d'évaluation afin qu'ils comprennent les critères par rapport auxquels ils seront jugés.

Vous vous demandez peut-être si votre club doit organiser un concours. La réponse est **non**. Un club peut choisir son ou ses concurrents comme il le souhaite. Cependant, si un club organise un concours, il doit respecter les règles du concours. Par conséquent, si le club organise un concours et qu'il n'y a que deux concurrents et qu'un est disqualifié pour une raison quelconque, le club ne peut envoyer qu'un seul concurrent dans le secteur (ou aucun si les deux ont été disqualifiés). Dans ces situations, le club pourrait organiser un concours "simulé". Ils doivent indiquer clairement qu'il ne s'agit pas d'un concours officiel, mais les orateurs sont présentés comme s'il s'agissait d'un concours. Il s'agit de leur donner l'expérience d'un concours. L'ensemble des membres pourrait remplir les formulaires d'évaluation afin de pouvoir fournir des commentaires aux candidats en fonction des critères d'évaluation.

Encouragez les membres à participer car c'est une expérience d'apprentissage. Pour le concours humoristique, tous les membres du club (à l'exception de toute personne qui est un dirigeant de District) sont éligibles pour concourir. Il n'y a pas d'exigences minimales quant au nombre de projets qu'ils ont réalisés.

Pour plus d'informations, y compris une copie du livret de règles et du cahier de travail du concours de district qui comprend des scripts d'information, des scripts de concours et bien plus encore, rendez-vous sur <https://d45toastmasters.org/speech-contest>.



MINUTE PARLEMENTAIRE

Quorum

Avant de pouvoir mener des affaires, vous devez avoir un quorum. Cette exigence est souvent un défi pour de nombreux clubs. Un quorum est défini comme une majorité {50% plus un) des membres **actifs**. Vous n'êtes pas obligé d'inclure tous les membres payants du club pour déterminer le quorum. Vous pouvez définir qui est actif/inactif Vous pourriez, par exemple, dire que tout membre qui manque deux réunions consécutives devient automatiquement un membre inactif. Une fois que ce membre assiste à une réunion, il devient membre actif jusqu'à ce qu'il manque à nouveau deux réunions consécutives. Déclarer comment quelqu'un devient inactif permet au club de mener ses activités même sans une majorité de membres **payants**.

Faire une Motion

La première étape dans la conduite des affaires consiste à présenter une motion. La discussion ne devrait pas avoir lieu sans une motion, car la motion donne une orientation à la discussion. L'auteur de la motion doit obtenir la reconnaissance du président de la réunion d'affaires (dans certains clubs, le président et dans d'autres, l'animateur du jour). Le membre présente la motion en disant : « Je propose... ». Une motion n'est PAS proposée en disant : « Je propose une motion... ». Les motions sont faites dans le positif. En d'autres termes, les motions ont pour but de faire quelque chose ou de faire en sorte que quelque chose se produise. Les motions ne sont généralement pas proposées pour NE PAS faire quelque chose - abstenez-vous simplement de faire une motion si vous ne voulez pas suivre un plan d'action. La motion doit alors être appuyée avant discussion. L'absence d'un appuieur indique un manque d'intérêt de la part des membres, il ne faut donc pas en discuter.

Dans le bulletin de novembre, nous aborderons d'autres aspects d'une motion.



CHOISIR UN GAGNANT



Un deuxième élément d'un concours réussi est qu'il est bien jugé. Bien que des formulaires de jugement soient utilisés, le processus reste subjectif, c'est pourquoi un certain nombre de juges sont utilisés pour tout concours. Il est toujours

préférable d'avoir plus de juges que le minimum requis. Plus le nombre de juges est élevé, plus la probabilité qu'une valeur aberrante puisse affecter le résultat du concours est faible.

Votre rôle en tant que juge est de choisir un gagnant, pas d'évaluer l'orateur. Vous jugez par rapport aux critères basés sur la façon dont l'orateur s'est comporté pendant le concours particulier - et non sur la façon dont vous avez vu l'orateur présent auparavant ou sur la façon dont vous pensez que l'orateur pourrait faire. C'est à vous en tant que juge d'éviter les préjugés, de ne pas chronométrer les discours, de ne pas révéler vos scores et de respecter les règles et les normes.

Certaines façons de réduire les partis pris sont à ne pas considérer :

- Position de l'orateur
- Votre goût personnel ou votre aversion pour l'orateur
- Votre accord ou désaccord avec le contenu
- Comment l'orateur a fait auparavant
- Nombre de fois où l'orateur a concouru.

Votre travail en tant que juge est de vous familiariser avec les catégories de jugement. Lisez le recto et le verso du formulaire d'évaluation. Lisez attentivement le formulaire même si vous avez déjà jugé plusieurs fois. Si vous avez des questions, posez-les au juge en chef lors du briefing. Savoir remplir correctement le bulletin de vote. Comprendre les règles d'originalité et de référencement d'un autre intervenant. Ne vous asseyez pas à côté d'un autre juge ou d'un concurrent si possible. En vous préparant à votre rôle de juge, vous pouvez aider à vous assurer que le meilleur concurrent est choisi. Vous vous sentirez bien, les concurrents se sentiront traités équitablement et le public s'éloignera en anticipant le prochain concours.

POURQUOI COMPÉTITIONNER?

Vous vous demandez peut-être pourquoi vous devriez compétitionner? Les Concours ne sont pas seulement des compétitions. Ils représentent aussi une autre opportunité d'apprentissage pour vous en tant que Toastmasters. L'article suivant a été rédigé par James Boak, un ancien membre de Schooner Toastmasters. Lorsque James a participé au concours de discours du club, il avait seulement fait son discours brise-glace. L'article suivant a été rédigé par James après sa participation à un concours de discours en tant qu'orateur. Cette expérience a été vécue avant la pandémie mais les leçons apprises peuvent s'appliquer peu importe la façon dont un concours est tenu.

Les leçons tirées de la compétition

J'ai récemment participé au concours de discours humoristique du District 45. Pour être honnête, je n'avais pas prévu de participer au concours, je me suis inscrit par hasard! En l'espace de six petites semaines, j'ai fait quatre discours. Je suis passé de terminer mon deuxième discours devant mon club à parler devant 170 personnes lors de la conférence du District 45 à St. Andrews au Nouveau-Brunswick. Ce fut une expérience d'apprentissage rapide et fantastique. Les compétitions de Club, de Secteur, de Division et de District m'ont montré trois opportunités d'apprentissage extraordinaires et uniques.

1. Nouveaux publics



Je me suis lentement retrouvé à devenir plus à l'aise en fréquentant le même club Toastmasters

chaque semaine. Je vois les mêmes visages dans la même pièce à chaque réunion. Pour la plupart, c'est positif. J'ai de nouveaux amis et m'inscrire pour des rôles de réunion, des discours et des évaluations est moins intimidant maintenant qu'il ne l'était autrefois. Le concours de discours a été ma chance de parler devant de nouveaux publics. À chaque niveau du concours, la proportion de visages familiers dans le public devenait de plus en plus petite. Au concours de Division, je ne connaissais que quelques personnes dans le public, et les nerfs pré-discours de mon brise-glace étaient de retour ! La seule raison pour laquelle j'ai rejoint Toastmasters était d'améliorer mes compétences de prise de parole en public, pas ma capacité à converser avec des amis. Faire face à une certaine anxiété et pouvoir parler devant de nouveaux publics est d'une importance cruciale pour mon objectif. L'exposition à de nouveaux spectateurs était un énorme avantage à participer à un concours de discours Toastmasters.

2. Un public plus large

Les réunions Toastmasters auxquelles j'assiste ont généralement 15 à 20 membres présents. Le concours de Secteur était similaire, mais le concours de Division comptait environ 50 personnes et le concours de District environ 170. C'était intimidant. Une fois de plus, le confort du club à domicile avait disparu. Mes nerfs étaient de retour et j'étais encore plus nerveux avant de parler. D'une certaine manière, c'était rafraîchissant. Une fois que j'étais sur scène à chaque concours et que je prononçais les premières phrases, tout allait bien. En fait, comme il s'agissait d'un concours de discours humoristique, j'ai trouvé que plus le public était nombreux, plus les rires étaient gros ! J'ai eu une énorme révélation : la taille de la foule n'a pas d'importance! Peu importe que la foule soit de 15, 50 ou 150 personnes. Les compétences d'expression orale que j'ai développées lors des réunions Toastmasters régulières étaient parfaitement transférables à différentes tailles d'audience.

3. Raffinement du discours

Au cours d'un discours préparé régulièrement par Toastmasters, vous pouvez parler et recevoir des commentaires immédiats de votre évaluateur. Je n'avais pas d'évaluateur dans les concours, mais les autres membres du club, les toastmasters et les spectateurs m'ont offert des conseils pour améliorer mon discours après chaque événement. C'était une occasion spéciale de prendre un discours et de l'améliorer progressivement. Au Concours du Club, j'avais écrit tout mon discours sur des notes. Lors du concours du Secteur, j'ai prononcé mon discours sans notes. J'ai peaufiné le contenu de mon discours à tous les niveaux. J'ai supprimé les blagues qui ne fonctionnaient pas et amélioré la diffusion de celles qui fonctionnaient. J'ai appris à me détendre et à laisser rire le public. Faire une pause et absorber la réaction du public est un sentiment formidable.

Les réunions Toastmasters régulières ont été extrêmement précieuses pour moi, mais elles ne peuvent pas tout couvrir. Ces concours, s'étalant sur six semaines et quatre discours, m'ont transformé en tant que conférencier. Je ne peux pas exagérer ma recommandation de participer à un concours. Tentez un concours ! Vous ne savez jamais où cela vous mènera.

LE POUVOIR DE LA PAUSE

Dans le numéro de septembre, cinq types de pauses étaient présentés. Les quatre pauses suivantes sont les autres énoncées par Ron Arden.

Pause de Spontanéité

Cette pause crée un sentiment de spontanéité. C'est une technique qui suggère que vous pensez à vos mots pendant que vous parlez et pas simplement en récitant quelque chose que vous avez dit plusieurs fois auparavant. Cela vous gardera, ainsi que les membres de votre auditoire, intéressés, même si vous êtes en fait très familier avec ce que vous dites.

Pause pour abandonner le Contrôle

Cette pause est particulièrement utile dans les situations de questions-réponses. Lorsque vous répondez à une question, il est facile de commencer à divaguer ou à vous répéter et à affaiblir votre réponse. Clouez votre réponse à la question, puis faites une pause pour indiquer que vous avez fini de parler.

Je dirige souvent un geste de la main ouverte vers le membre de l'auditoire pendant que j'écoute et réponds à sa question. Après ma réponse, je balaye ma main ouverte vers le reste du public pour inviter d'autres questions.

Pause sensorielle

Utilisez cette pause pour soutenir une description qui fait appel aux sens. Par exemple, « Un bel après-midi chaud », (pause) . . . "Imaginez-le," (pause) . . . "Sauls bruissant doucement dans la brise," (pause) . . . "Les oiseaux gazouillent dans les arbres," (pause) . . . "Assis avec un verre de limonade froid dans la main," (pause) . . . Créez un sentiment accru chez votre public en faisant une pause pour permettre à ses sens de s'emparer.

Pause pour mettre l'accent

Cela peut parler en même temps, ton, rythme et niveau d'énergie pendant trop longtemps. Gestes et mouvements répétitifs des mains. L'abus de mots ou de phrases.

Nos publics sont des accros de la stimulation avec une courte durée d'attention. Lorsque nous ajoutons de la variété à nos présentations et orchestrans nos commentaires, nous sommes plus susceptibles de retenir leur attention plus longtemps. Utilisez des pauses pour délimiter vos points clés. Gardez votre présentation dynamique afin que votre auditoire ne s'endorme pas. Utilisez les pauses comme une technique pour briser la distraction du public.

Rappelez-vous, si vous êtes un présentateur puissant, appréciez l'importance de la pause.

Ron avait l'habitude de me dire : « Un discours n'est pas un monologue. Un discours est un dialogue entre vos mots et le dialogue intérieur de chaque membre de l'auditoire. **Les pauses permettent aux membres de votre auditoire d'interagir mentalement avec vos mots.** Un orateur qualifié engagera souvent un public plus avec des pauses qu'avec la parole.

Rappelez-vous une fois de plus, ne sous-estimez jamais le pouvoir de la pause. Pourquoi ne pas revoir votre prochaine présentation et trouver un endroit pour en utiliser intentionnellement au moins trois ?



UNE JOURNÉE DE CÉLÉBRATION

21 OCTOBRE 2022

La Journée Toastmasters est le 22 octobre. Le District 45 fête ça **vendredi 21 octobre 2022** avec l'événement A Day of Celebration. L'événement débutera à 18 h HE / 19 h HA avec un accueil inspirant de notre Directrice de District Crystal Cobb. Il y aura une série de quiz courts et amusants pour tester vos connaissances sur Toastmasters et en particulier sur le District.



Nous entendrons plusieurs nouveaux membres expliquer pourquoi ils ont adhéré, ce qu'ils ont appris jusqu'à présent et ce qu'ils espèrent continuer à gagner de leur adhésion. Il y aura une table ronde avec des représentants de certains de nos clubs qui ont obtenu le titre de club distingué du président l'année dernière. Chaque personne discutera de la manière dont elle a pu inspirer les membres à réussir et comment elle célèbre les succès.

Notre conférencière principale est l'ancienne Directrice Internationale Lark Doley qui animera une **séance d'inspiration**. Qui vous inspire ? Qu'est-ce qui vous inspire ? Comment pouvez-vous inspirer les autres ? Pourquoi devrions-nous nous inspirer les uns les autres ?

L'inspiration peut venir de n'importe où et diffère avec chaque individu. Au cours de cette session interactive, Lark discutera du qui, quoi, comment et pourquoi de l'inspiration. Rejoignez cette session pour explorer votre inspiration.

Joignez-vous à nous pour cet événement divertissant et interactif. Testez vos connaissances et préparez-vous à être inspiré. Les informations Zoom pour le jour de célébration sont :

<https://us02web.zoom.us/j/88212226423?pwd=QjZEXBvZU1zNU5WZTVsaWtMaVBoZz09>

Meeting ID 882 1222 6423

Passcode **527515**

SOMMAIRE DU CONSEIL DE DISTRICT

La réunion du conseil de district a eu lieu le 17 septembre. Les dirigeants nommés (tous les Directeurs de Secteur, le Directeur des Finances, le Directeur Administratif et le Directeur de la Division B) ont été confirmés. L'audit pour l'année 2021 – 2022 a été présenté et approuvé. Le budget a également été approuvé et a été envoyé au Quartier Général. La Directrice du District, Crystal Cobb, a présenté les faits saillants du plan de réussite du District. Le District prévoit de continuer à fournir une formation de haute qualité, un soutien pour aider à renforcer les clubs et à créer de nouveaux clubs. Plus important encore, le Conseil a adopté une motion modifiant le poste de Directeur des Relations Publiques d'un poste élu à un poste nommé. Ceci est en reconnaissance de la façon dont ce poste a évolué au fil des ans et il nécessite une personne ayant des compétences/un intérêt dans la promotion et le soutien des clubs via les médias sociaux. Ce changement est effectif pour l'année 2023-2024 du District.



INCITATIFS



L'incitatif **Pathways Niveau 1** s'applique à toute première réussite au niveau 1. Chaque mois, deux gagnants seront tirés au sort parmi les membres qui terminent un niveau 1 pour la première fois. Chaque gagnant recevra une tasse de voyage Toastmasters.



Le **Niveau 5 de Pathways** consiste à terminer un niveau 5 dans n'importe quel chemin d'ici le 30 juin 2023. Vous recevrez une participation au tirage d'un carnet de notes du directeur [six (6) gagnants]. Toute personne complétant plus d'un niveau 5 ne

sera inscrite qu'une seule fois. Les gagnants de cet incitatif pour l'année 2021 - 2022 étaient Ron Crawford, Cary Gladstone, DJ Turchon, David Tucker, Tracy Gatis et Robert Maguire.

Soyez parmi les cinq (5) premiers Toastmasters à terminer un **Programme de Leadership pour les Jeunes** et recevez le remboursement du coût du matériel YLP.



AN ARROW CAN ONLY BE SHOT BY PULLING IT BACKWARD. SO WHEN LIFE IS DRAGGING YOU BACK WITH DIFFICULTIES, IT MEANS THAT IT'S GOING TO LAUNCH YOU INTO SOMETHING GREAT. SO JUST FOCUS, AND KEEP AIMING.

PRIX

Le prix **MultiMedia Omnipresence** est décerné lors de la conférence annuelle au club jugé pour utiliser tous les aspects des relations publiques au meilleur avantage de son club. Cela pourrait inclure : journaux, bulletins d'information, site Web, Facebook, Twitter, Instagram, etc. Les clubs (généralement le président ou le vice-président des relations publiques) soumettent un portefeuille de 8 à 10 échantillons de leurs efforts de relations publiques au Directeur des Relations Publiques du District couvrant la période du 1er juillet au 15 avril. La date limite de soumission est le 16 avril. Le Directeur des Relations Publiques et une équipe composée de Vice-Présidents des Relations Publiques examinent et décident du gagnant. Commencez à développer votre portefeuille **MAINTENANT !**



Le **Prix Trailblazer** remis lors de la conférence annuelle (et à l'automne pour ceux

qui l'obtiennent après la conférence annuelle et avant la fin de l'année du District) est décerné aux membres individuels qui atteignent les quatre niveaux de Pathways au cours d'une année Toastmasters. Les quatre niveaux ne doivent pas nécessairement se trouver dans le même parcours. Les nouveaux destinataires reçoivent un classeur dans lequel ils peuvent conserver leurs certificats. Les récipiendaires réguliers reçoivent un certificat. Un seul prix Trailblazer peut être gagné en un an. Certains membres ont déjà obtenu ce prix cette année. Serez-vous l'un de ceux reconnus lors de la conférence?

2022 EXTRAVAGANZA D'AUTOMNE



19 Novembre, 2022
Évènement Virtuel

Le succès par le réseautage et la collaboration

Nous sommes à préparer un agenda des plus intéressant incluant des présentations amusantes et informatives.

C'est une opportunité d'apprendre des autres membres et de les supporter alors qu'ils progressent dans à travers leurs projets Pathways.

Ne manquez pas la cérémonie des prix – votre nom sera-t-il appelé?

Des détails sont ajoutés régulièrement sur le site web de l'Extravaganza.

How to Uncover the Glory of Your Story™



Joignez-vous à Pres Vasilev, pour un séminaire interactif d'histoires pendant lequel il révèle les secrets d'histoires bien racontées. Joignez-vous à une discussion dynamique afin d'explorer les secrets pour raconter une histoire et apprendre comment raconter vos histoires.

@d45toastmasters.org/fallextravaganza

ÉVÈNEMENTS DU DISTRICT À VENIR

WEBINAIRE

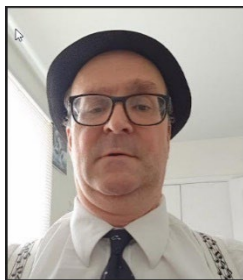
THÉRAPIE PATHWAYS

Faire face au trac

De nombreuses personnes rejoignent Toastmasters pour les aider à gérer et à surmonter la peur de parler en public, autrement connue sous le nom de glossophobie. Selon les National Institutes of Health (NIH), environ 75% des personnes déclarent que parler en public est leur plus grande peur. Cependant, la capacité de parler devant les autres et de communiquer clairement son message est plus que jamais nécessaire dans cette réalité dynamique et incertaine des années 2020. Affronter et gérer de manière adaptative cette peur de parler devant les autres est une compétence non technique très nécessaire à la réussite personnelle et professionnelle.

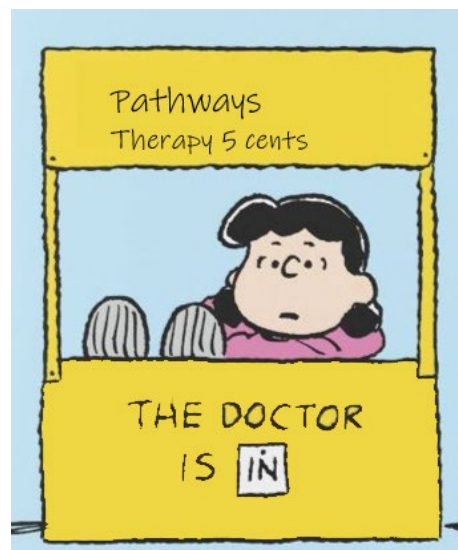
Dans ce webinaire, Albert explorera les mécanismes biologiques qui sous-tendent la réaction de peur et fournira un cadre pour aider les participants à atteindre un niveau optimal de préparation psychologique avant de monter sur un podium ou un lutrin. Il partagera des stratégies de préparation avancées ET des outils pratiques que l'on peut utiliser sur le moment pour rester calme lorsque son nom est appelé pour se présenter et s'adresser à un public. Qu'il vous ait été demandé de parler à quelques personnes (comme lors d'une réunion de club), à quelques centaines (comme lors d'une conférence) ou à quelques milliers de personnes, Albert vous aidera à explorer les moyens de faire courageusement les premiers pas vers votre cheminement personnel.

Le Présentateur



Depuis qu'il a rejoint Toastmasters en 2018, Albert Cormier a été Directeur du Secteur 1 pour l'année 2020-2021 et Directeur Administratif du District 45 pour l'année 2021-2022. Il a également fait des présentations exubérantes lors de l'atelier d'automne de

Moncton 2019, de l'extravagance d'automne 2021 et de la conférence du printemps 2021. Ses divers rôles de travail liés à la communication au cours des 25 dernières années et plus ont inclus professeur de sciences, instructeur d'université et de collège communautaire, formateur d'entreprise, concepteur pédagogique, représentant du service client/support technique et rédacteur de site Web.



(De Peanuts par Charles Schultz)

Notre session Pathways d'octobre se penchera en profondeur sur la gestion du camp de base. De plus, nous avons actuellement l'occasion de prononcer un discours sur Pathways. La façon dont Casey Jenkins et John Blumsum ont prévu cela est de couvrir un sujet ou de mettre en évidence un domaine dans Pathways, puis d'avoir une discussion à ce sujet. Ensuite, nous aurons un créneau libre pour une présentation liée à Pathways. Si vous souhaitez devenir conférencier, contactez Casey Jenkins.



AUTOUR DU DISTRICT

Division A

Les membres de **Concord Toastmasters** se soutiennent et s'encouragent mutuellement, comme c'est le cas pour les Toastmasters.


Ce mois-ci, nous pouvons fièrement crier à notre David Hill, DTM. David est maintenant un conférencier/conteur professionnel. Il a voyagé dans plus de 20 pays, et participé à de nombreuses aventures qui lui ont fourni beaucoup de matière. Tous ses discours comportent de l'humour et un message. D'une course de vélo sur le sentier Iditarod à la pêche à la mouche en Alaska à 75 milles en amont d'une rivière isolée. En septembre, David a pris la parole au Taylor Community Sugar Hill à Wolfeboro. Il est allé à cet endroit quatre à cinq fois et s'amuse vraiment avec les résidents.



Les thèmes donnent le ton aux réunions. Les Toastmasters de Concord en ont apprécié beaucoup au cours du mois dernier. Peut-être que certains d'entre eux aideront à susciter des idées pour d'autres clubs, si c'est le cas, faites-le nous savoir!

Allez de l'avant!, Dernière baignade, Actes de gentillesse, Savoir quand il est temps de passer à autre chose.



 **Exeter Speak-Ups on EXTV**

Depuis plus de 6 mois, **Exeter Speak-Ups** rassemble des discours enregistrés de membres à soumettre pour un programme sur EXTV, la chaîne de télévision d'accès public à Exeter, NH. L'épisode 1 a commencé à être diffusé en août sur la chaîne locale 98 et apparaît maintenant également sur une chaîne Youtube Exeter Speak-Ups récemment créée afin que tout le monde puisse le voir : bit.ly/3TTBm4b! Notre intention est de fournir des discours pour des épisodes supplémentaires à l'avenir. Merci aux membres de notre club et un grand merci

à Bob Glowacky chez EXTV !

Nous avons maintenant également un code QR du club qui s'affiche dans un coin de notre vidéo afin que les téléspectateurs puissent facilement accéder au site Web du club pour plus d'informations avec leurs smartphones. Vérifiez en ligne comment créer un code QR gratuit pour votre club qui peut être utilisé sur tous les supports virtuels ou imprimés. C'est facile! Voici à quoi ressemble le nôtre :



Karner Blue Toastmasters, Concord, NH (Division A, Secteur 12) a récemment accueilli quatre nouveaux membres dans son club : Amanda Guy, Amara Hartshorn, Carolyn Nyamasege et Jennifer Galbraith. Amara est intrépide, jouant déjà le rôle de Toastmaster, et Amanda a récemment prononcé son discours brise-glace! Le club, fondé en 2007, espère poursuivre sa poussée de croissance car il compte désormais plus de nouveaux membres que de vétérans. Les réunions hybrides incluent désormais une composante éducative dans le décorum de la réunion ou dans la prestation de discours.

C'était une nuit sombre et orageuse dans les Montagnes Blanches du New Hampshire...

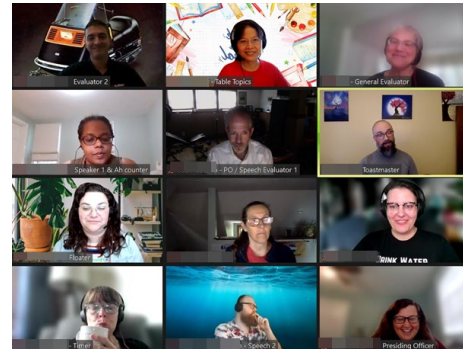
Attendez! NON! C'était une belle journée, et le **Mount Washington Valley Toastmasters Club** a célébré la fin d'une très bonne année et le début d'une nouvelle année avec un dîner mémorable à Tamworth, New Hampshire, le samedi 10 septembre !



Des récompenses ont été décernées, en commençant par tous les certificats Pathways pour les achèvements de niveau pendant la fermeture de la pandémie. Ouf! Plus de trente!

D'autres récompenses étaient plus personnelles, beaucoup étaient humoristiques, mais celle-ci était sincère, présentée par la présidente du club Amy Imdieke (à droite) à notre vice-présidente de longue date à l'éducation Deb Kumpf (à gauche) : "La colle qui nous tient tous ensemble."

La première réunion de **Penmen Toastmasters** en septembre a eu lieu lors de la Journée nationale sans rime ni raison. (Vraiment !) Parfois, il est peut-être temps de se demander si une convention ou un rituel qui vous a été transmis à un sens. Notre première conférencière a partagé son expérience récente en surmontant ses propres préjugés en marchant sur la corde raide avec un sujet potentiellement controversé. Le deuxième orateur, d'autre part, a attiré l'attention sur la communauté de créatures vivantes anciennes et longues de cent milles dans l'océan - les coraux - avec des faits riches et de l'humour. Nous avons parfaitement respecté les délais et terminé la réunion en 1 heure ! Quand vous n'avez pas regardé l'horloge, le temps est passé en un éclair.



Pour lancer septembre, **Toastmasters de Manchester** a organisé un dîner social à La Carreta à Manchester, NH comme un engagement après toutes les vacances d'été. Il a été bien suivi par des membres qui représentaient tous les clubs Manchester Toastmaster, TMM, Millyard, ABC et Penmen. L'événement de socialisation dégageait l'excitation des Toastmasters et d'être en personne. Les invités ont pu échanger avec des membres de tous les clubs de la région. De nombreuses questions ont été répondues. Les invités ont été invités à rejoindre le club et ont indiqué qu'ils seraient à la prochaine réunion. C'est une victoire.



Division C

“Nous donnons des évaluations!??? Et dire aux autres comment s'améliorer ? Et je dois écouter l'opinion de quelqu'un d'autre sur moi. Ugh... » J'avais l'impression que mon estomac allait se retourner. La pensée que quelqu'un me dise son opinion sur quoi que ce soit à mon sujet ou vice versa était suffisante pour me faire reconsidérer cette expérience de Toastmaster. Comment cela allait-il m'aider à devenir une meilleure version de moi-même?

Selon Ralph Smedley, les évaluations sont l'un des piliers du parcours d'apprentissage du Toastmaster (l'autre étant le mentorat) qui nous fait devenir une meilleure version de nous-mêmes. Avec une curiosité réticente, j'ai commencé à évaluer les autres et à entendre les évaluations des autres sur moi. J'ai appris que les évaluations m'aident en tant qu'observateur à prêter attention aux détails et à évaluer leur qualité - quoi de mieux ? J'ai appris en tant que récepteur que ceux qui m'observent peuvent remarquer des détails sur lesquels je n'ai pas mis l'accent et qui pourraient améliorer mon message dans l'ensemble. Gagnant - Gagnant! Un meilleur moi et un meilleur toi!

Spotlight Toastmasters est un club avancé qui propose des évaluations 3D pour améliorer vos compétences en matière d'évaluation. Si vous êtes intéressé, nous serions ravis de vous avoir comme invité. Contactez vppr-9985@toastmastersclubs.org

Division D



Schooner Toastmasters a accueilli notre Directeur de Secteur Deepak Nainiappan le 13 septembre. Deepak est également membre du club et cela représente un défi pour le Directeur de Secteur et pour le club. Cependant, les membres du club ont fait de leur mieux pour traiter Deepak comme un invité et ont écouté attentivement son discours Talk Less, Say More.

L'exécutif a rencontré le Directeur de Secteur après la réunion et a eu une discussion productive. C'est incroyable de voir comment vous pouvez voir les choses différemment dans le club lorsque vous essayez de le regarder à travers un objectif différent. La discussion a généré de bonnes idées que le club mettra en œuvre au cours des prochains mois.

Division D

Saviez-vous qu'il y a cinq samedis en octobre ? Cela signifie que **Toast of the Coast** peut organiser trois réunions au lieu de ses deux réunions habituelles (le club se réunit les 2e, 4e et 5e samedis). Non seulement il y a trois samedis, mais l'un est également proche de l'Halloween, ce qui signifie que le club accueillera notre réunion annuelle d'Halloween. Les réunions des années précédentes ont attiré des invités de partout et cette année ne sera pas différente. Monique Levesque-Pharoah, PID, PRA de Winnipeg s'est déjà engagée à y assister avec son mari Don. Nous avons hâte de voir quels costumes imaginatifs et assortis ils arboreront cette année. Monique a également promis d'être l'une de nos conférencières pour cette réunion. Monique n'est pas matinale mais pour ces rencontres elle se lève tôt avec enthousiasme. Si vous souhaitez nous rejoindre, contactez notre VPM Alan Idler.



Division G



Un anniversaire marquant approche pour le club BrattleMasters le 25 octobre, lorsque les 15 ans seront complétées. Pour célébrer et présenter ce que Toastmasters a à offrir, deux jours plus tard, le club hybride, basé à Brattleboro, dans le Vermont, prévoit une journée portes ouvertes lors de sa soirée de réunion habituelle.

L'événement commence à 18 h le

27 octobre dans la salle 249 du Vermont Technical College, 41 Harmony Place, Brattleboro. La salle de classe de présence virtuelle de l'institution est utilisée par les BrattleMasters, qui est occasionnellement occupée par du matériel de soins infirmiers dans la salle, comme des stéthoscopes et des mannequins de formation. VTC offre les programmes d'infirmière auxiliaire autorisée (IAA) et d'associé en sciences infirmières (ASN). Le collège accorde à BrattleMasters une autorisation spéciale pour célébrer le 15e anniversaire avec de la nourriture et des boissons.

Un certificat d'anniversaire du club Toastmasters sera présenté. Lors de la planification de cet événement, un Toastmaster obtiendra un crédit pour le projet Team Building au niveau 5. Les membres actuels de BrattleMasters vivent dans le Vermont, le Massachusetts, le New Hampshire et la Floride (un membre virtuel).

“

Progress is
impossible
without change,
and those who
cannot change
their minds cannot
change anything.

George Bernard Shaw

L'HISTOIRE D'UN MEMBRE

Lorsque les courses Terry Fox ont été interrompues en raison de la pandémie, un homme de Kingsclear, au Nouveau-Brunswick, s'est fixé pour objectif de ramasser 10 sacs de déchets sur la plage - un sac pour chaque kilomètre qu'il parcourrait normalement dans une course Terry Fox. Cet homme de Kingsclear est Carl Duivenvoorden, DTM, ancien gouverneur du District 45. Carl a dépassé son objectif cette année-là et a décidé de recommencer. Il s'est fixé un objectif plus élevé et l'a dépassé. Bien que les courses aient repris cette année, Carl a décidé de rester avec le nettoyage de la plage. Il s'est fixé un objectif de collecte de fonds de 10 000 \$. Il a ramassé une tonne de déchets et a encore une fois dépassé son objectif de collecte de fonds.



Pour ceux qui ne connaissent pas Terry Fox, il s'agit d'un jeune homme qui a reçu un diagnostic de cancer des os en 1977 et dont la jambe droite a été amputée à six pouces au-dessus de son genou. Frustré par le manque d'argent consacré à la recherche sur le cancer au Canada, il s'est lancé dans une course à travers le pays à partir de 1980 pour amasser des fonds pour la recherche sur le cancer. Son cancer est revenu, le forçant à s'arrêter près de Thunder Bay, en Ontario. Terry est décédé le 28 juin 1981. La première course Terry Fox a eu lieu en septembre de cette année-là.



Carl a toujours participé à la course Terry Fox. Il dit que la recherche sur le cancer lui tient à cœur. Son père et sa sœur sont tous deux décédés d'un cancer et il a deux beaux-frères qui ont survécu au cancer. Les préoccupations environnementales sont également chères au cœur de Carl. Et son expérience chez Toastmasters l'a aidé dans sa carrière actuelle. Dans les mots de Carl :

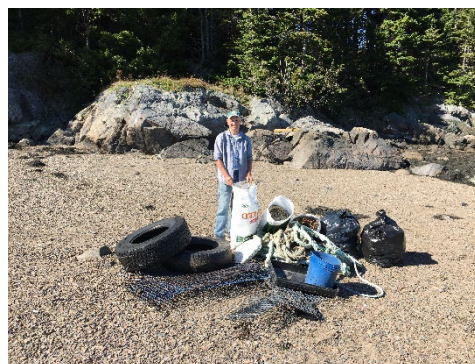
« En 2007, j'ai eu l'une des plus grandes opportunités de ma vie : une chance d'être formé par l'ancien vice-président américain Al Gore pour présenter en direct son diaporama primé aux Oscars, Une vérité qui dérange. L'une des conditions de la formation était que je devais m'engager à faire au moins 10 présentations au cours de la prochaine année. Je suis rentré à la maison, j'ai regardé mes jeunes fils et j'ai décidé que c'était la chose la plus importante que je pouvais faire de mon temps. J'ai pris un congé d'un an de mon travail et je me suis fixé comme objectif de ne pas faire



10 présentations, mais 100. Je n'ai jamais regardé en arrière. Après 12 mois et environ 140 présentations, je me suis aventuré seul en tant que conférencier, écrivain et consultant

sur le changement climatique. Quitter un emploi stable à temps plein avec une jeune famille a été l'une des décisions les plus effrayantes de ma vie, mais les compétences en communication et en leadership que j'ai acquises grâce à Toastmasters m'ont donné la confiance dont j'avais besoin pour franchir le pas. Ce fut un voyage épanouissant et enrichissant, et je suis certain que je ne ferais pas ce que je fais sans tout ce que j'ai appris grâce à notre merveilleuse organisation. Je n'ai pas l'intention de quitter Toastmasters parce que je ne connais pas de meilleur moyen de rencontrer des gens formidables, d'acquérir de nouvelles compétences et de rester à jour. »

Félicitations à Carl pour avoir amassé autant d'argent pour la recherche sur le cancer et pour avoir nettoyé tant de déchets.



Si vous avez une histoire que vous voudriez partager, envoyez-la à : d45.newsletter@gmail.com.

Anniversaires



Sur les 1 100 membres de notre district, seulement 44.2% sont membres depuis au moins 5 ans, 24.3% sont membres depuis au moins 10 ans et 13.8% sont membres depuis 15 ans ou plus. Chaque mois, nous célébrerons les membres qui célèbrent un anniversaire ce mois-là. Les 5e, 10e, 15e, etc. seront reconnus. Les clubs suivants célèbrent un anniversaire en **octobre**.

Nom	Club	# d'années
Barb Bell	Sackville Club	25
Ron Corkery	Dartmouth Toastmasters	20
Joe Grondin	True Blue and Woodfords Toastmasters	20
Dan Wilson	Winning Speakers Club	20
Reg Crick	George Burton Club	15
Nathan Koenig	Woodfords Toastmasters	15
Vincent Auffrey	The Very Best Toastmasters	10
Shawn McCarvill	Speak-easy Toastmasters	10
Jillian Miner	Keene Toastmasters	10
Michelle (Pehler) McCormick	Rutland Area Toastmasters	10
Beth Bloomfield	Rutland Area Toastmasters	5
Christine Hill	TD Legendary Leaders Toastmasters	5
Shawn Mclsaac	Sears-Halifax Club	5
Stacy Plourde	Horseshoe Pond Toastmasters	5
Samuel Safford	Winning Speakers Club	5



Les Clubs qui célèbrent le 5ième anniversaire de leur charte sont reconnus. Lorsqu'un club atteint un demi-centenaire, chaque anniversaire est célébré. Les clubs suivants rencontrent les exigences pour **octobre**:

Nashua-Hudson Club #2440 de Nashua, NH agréé il y a **60** ans le 22 octobre 1962.

Brattlemasters #1051631 de Brattleboro, VT agréé il y a **15** ans le 25 octobre 2007.

Chaque mois, les membres qui ont obtenu des désignations Pathways sont reconnus. Cependant, certains membres n'obtiennent pas la reconnaissance qu'ils méritent en raison des paramètres de confidentialité qu'ils ont choisis. Si c'est votre cas, connectez-vous et accédez à votre profil log. Cliquez sur confidentialité et consentement. Le dernier élément dit «Votre nom sur les rapports publics». Obtenez la reconnaissance que vous méritez!

Niveau 1 – Septembre 2022

Nom	Club	Désignation
John D. Blumsum	Spirit-Ed Toastmasters	MS1
Sarah Borden	Provincially Speaking Toastmasters	PM1
Anne Doucette	Riverview Canusa Toastmasters	EC1
Lorelei Grecian	Riverview Canusa Toastmasters	PI1
Priscilla Hebert	TD Legendary Leaders Toastmasters	IP1
Pretty Philip	Cape Breton Toastmasters	EC1
Cynthia J. Sarvai	Millyard Toastmasters	EH1

Niveau 2 – Septembre 2022

Nom	Club	Désignation
John D. Blumsum	Spirit-Ed Toastmasters	MS2
Kevin Chick	Mid Day Toastmasters	PM2
Tracy Gatis	Sears-Halifax Club	PI2
Lorelei Grecian	Riverview Canusa Toastmasters	PI2
Nancy Munroe	Blueberry Hill Club	PM2
Ann Marie Pochtar-Galakis	The Maine Thing Advanced Toastmasters	VC2
Tanya Tripathi	Charlottetown Toastmasters Breakfast Club	VC2
Lawrence Wood	Keene Toastmasters	PM2
Sarah Wright	Keene Toastmasters	SR2

Niveau 3 – Septembre 2022

Nom	Club	Désignation
Clare Conway	Charlottetown Toastmasters Breakfast Club	PM3
Lorelei Grecian	Riverview Canusa Toastmasters	PI3
Carl W. Huntley	Bangor Toastmasters	IP3
Amy M. Imdieke	Mt. Washington Valley Toastmasters	LD3
Ann Marie Pochtar-Galakis	The Maine Thing Advanced Toastmasters	VC3
Dale Randall	Concord Toastmasters	EH3
Todd Rothstein	Blueberry Hill Club	MS3
Tanya Tripathi	Charlottetown Toastmasters Breakfast Club	VC3
Maria Winn	2211 Toastmasters	MS3

Niveau 4 – Septembre 2022

Nom	Club	Désignation
Crystal L. Cobb	Charlottetown Toastmasters Breakfast Club	VC4
Lorelei Grecian	Riverview Canusa Toastmasters	PI4
Sjanna James	Yarmouth Toastmasters	PM4

Niveau 5 – Septembre 2022

Nom	Club	Désignation
Paul Coddington	Concord Toastmasters	VC5

Parcours de Mentorat – Septembre 2022

Nom	Club
Lorelei Grecian	Riverview Canusa Toastmasters

Prix Trailblazer – Septembre 2022

Nom	Club
Paul Coddington	Mt. Washington Valley Toastmasters
Lorelei Grecian	Riverview Canusa Toastmasters Club
Ann Marie Pochtar-Galakis	The Maine Thing Advanced Toastmasters Club

Calendrier du District

Évènements d'octobre 2022

- 11 Appel Conférence des VPE 18h30 ET/19h30 AT
- 18 Appel Conférence des VPPR 18h00 ET/19h AT
- 21 Journée de Célébration 18h ET/19h AT
- 23 Webinaire s'efforcer de réussir 19h ET/20h AT
- 25 Thérapie Pathways 18h ET/19 AT
- 25 Appel Conférence des Présidents 19h ET/20h AT
- 26 Appel Conférence des Huissiers 19h ET/20h AT
- 27 Appel Conférence des VPM 18h30 ET/19h30 AT
- 28 Concours de Discours Humoristique des Secteurs 1 et 9
18h ET/19h AT
- 29 Concours de Discours Humoristiques des Secteurs 2 et 17
8h30 ET/9h30 AT

Évènements de novembre 2022

- 8 Appel Conférence des VPE 18h30 ET/19h30 AT
- 12 Concours de Discours Humoristiques des Secteur 4, 13
et 19 Areas 8h30 ET/9h30 AT
- 15 Appel Conférence des VPPR 18h00 ET/19h AT
- 19 Extravaganza d'automne 18h ET/19h AT
- 22 Thérapie Pathways 18h ET/19 AT
- 22 Appel Conférence des Présidents 19h ET/20h AT
- 23 Appel Conférence des Huissiers 19h ET/20h AT
- 24 Appel Conférence des VPM 18h30 ET/19h30 AT
- 25 Concours de Discours Humoristique de la Division D
19h ET/20h AT
- 27 Webinaire s'efforcer de réussir 19h ET/20h AT

Évènements de décembre 2022

- 3 Concours de Discours Humoristique de la Division C
8h30 ET/9h30 AT
- 3 Concours de Discours Humoristique de la Division B
9h ET/10h AT
- 3 Concours de Discours Humoristique de la Division G
10h ET/11h AT
- 11 District social

Pour les mises à jour, consultez le Calendrier du District à <https://d45toastmasters.org/>

Soumettez maintenant!!

Le focus sur la newsletter de novembre sera les relations publiques. Ceci couvrira tous les aspects pour promouvoir votre club – à travers les médias traditionnels tels que les journaux, la newsletter du club, le site web, la page Facebook, Twitter etc. Envoyez vos articles sur la croissance des membres ou pour Autour du District à d45.newsletter@gmail.com. Vos articles doivent être reçus avant le 15 octobre 2022.