



Toastmasters International  
Club 778487 District 59



Heureux qui communique avec Expressions

# Expressions

9 novembre 2009 n° 95

## Le mot du Président

« Heureux qui communique avec Expressions ! »  
*n'est pas un simple slogan de notre club, c'est une réalité vivante.  
Et je n'en parlerais pas si je n'avais déjà goûté quelque chose de sa douceur !*

*Chaque fois que nous nous réunissons pour une séance de travail, chacun reçoit sa part d'encouragements et de motivation qui le rapproche des objectifs qu'il s'est fixés au départ.*

*Aujourd'hui, je m'adresse tout particulièrement aux nouveaux membres, pour leur dire : « Soyez rassurés, ce que vous désirez en adhérant au club sera bien là et vous profiterez sans fin de ce que vous êtes venu chercher ! » Bienvenue à toutes et à tous, au nom du club et de ses membres, je vous souhaite un excellent démarrage chez Toastmasters !*

*Jean Nasr, Président d'Expressions*



## La pensée du jour

La vie, c'est ce qui vous arrive alors que vous étiez en train de prévoir autre chose.  
**Jeanne Moreau.**

## Compte-rendu de la réunion du 9 novembre 2009

**Jean** ouvre la séance à 19h00 précises. Il donne la parole aux invités. **Loïc** vient pour la troisième fois. Il exprime le souhait de participer aux improvisations. **Elisabeth**, pour sa part, confirme son inscription au club.

**Véronique** sera ce soir l'animatrice de la soirée et son désir est d'apporter du liant entre les différents intervenants. Elle passe en revue l'agenda et nous donne le nom des personnes en charge des différents rôles. Elle demande aussi à ce que le planning circule afin que chacun puisse s'inscrire pour les séances à venir.

**Nathalie** nous propose son mot du jour 'Arboricole' : qui vit dans les arbres.

**Isabelle** procède à l'intronisation de deux nouveaux adhérents.

- Tout d'abord **Brigitte**. Elle a entendu parler de Toastmasters pour la première fois il y a quatre ans, puis à nouveau il y a deux ans. Finalement elle décide cette année de venir chez Expressions car c'est le club qui se trouve le plus près de chez elle. Son objectif est de s'améliorer dans les improvisations et de pouvoir prendre la parole devant une assemblée sans être préparée. Brigitte donne ce soir son « Briser la glace », sans beaucoup de préparation, car elle remplace une personne qui s'est déstabilisée très récemment. **Nicole** sera la marraine de Brigitte. Nicole reconnaît que ce sera une tâche aisée, car Brigitte a déjà préparé son premier discours sans aucune aide. Isabelle rappelle le rôle du parrain et remet à Brigitte le badge Toastmasters ainsi qu'une grosse pile de documentation.

C'est maintenant au tour de **Nathalie** de rejoindre officiellement le club. Elle a fait connaissance de Toastmasters par l'intermédiaire d'un ami, il y a deux ans de cela.

Elle a choisi Expressions car c'est près de chez elle. Son inscription fait suite au souhait de rejoindre un groupe qui l'aide à prendre la parole en public de manière plus harmonieuse et qui l'aide à gérer ses émotions dans cette situation. **Odile C.** sera la marraine de Nathalie. Odile est heureuse de retrouver une filleule et se met entièrement à sa disposition. Pour sa première participation en tant que membre, Nathalie a pris le rôle de grammairienne.

**Jean K.** est le meneur des improvisations et son thème est *l'automne*. Il nous rappelle les enjeux de la séance d'improvisation et nous invite à consulter nos manuels pour mieux en connaître les tenants et aboutissants.



**Le mot automne, qu'évoque-t-il pour toi, Cécile ?** Ce mot lui évoque l'automne de la vie. Récemment, dans un bus, au détour d'un carrefour bruyant, Cécile lit sur le fronton d'un édifice : 'Les maisons Chlorophylle'. Il s'agit bien sûr d'une maison de retraite. L'automne c'est un paysage, surtout en France et au Canada. C'est aussi la musique de Vivaldi.

**L'automne se situe aux mois de septembre, octobre, novembre et décembre, des mois en R. Qu'évoque pour**

*toi le son R, Odile C ?* Ce son lui évoque un poème : « Le vent » de Émile VERHAEREN : « Sur la bruyère longue infiniment, Voici le vent cornant Novembre ; » C'est un poème qui lui rappelle son adolescence et qu'elle rattache au mois de novembre.

*L'automne c'est la période où les arbres prennent des couleurs très variées. Qu'évoquent pour toi ces couleurs ou l'une d'entre elles, Jean-Jacques ?* Ce sont des couleurs chaudes où l'on voit tout un décor qui change. Les vêtements des gens changent aussi, les robes deviennent plus longues, on assiste à une explosion de couleurs.

*Après les couleurs ravissantes, c'est la période où les arbres se dégarnissent. Qu'évoque pour toi cette chute des feuilles, Isabelle ?* L'automne est sa saison préférée. Tout se dégarnit, même les hommes perdent leurs cheveux à l'automne de leur vie. Les trottoirs, eux, se garnissent de couleurs. L'automne est une saison qui donne envie de rentrer chez soi, de pratiquer le cocooning. C'est aussi une période pleine de promesses qui comporte parfois des journées d'arrière saison au ciel bleu azur. C'est une saison remarquable qui vaut la peine d'être vécue.

*L'automne c'est également la période où il ne pleut pas que des feuilles. Qu'évoque pour toi le mot pluie, Jean-Marc ?* L'eau c'est la vie ! La pluie lave la ville, comme elle lave les corps. L'eau est essentielle. On se pose beaucoup de questions sur l'eau, à certains endroits il y en a trop, à d'autre trop peu. L'eau c'est la vie, mais l'eau n'est pas inépuisable.

*L'automne c'est également la période où nous rencontrons beaucoup de nuages très bas que l'on nomme communément brouillard. Qu'évoque pour toi le mot brouillard, Loïc ?* Le brouillard, c'est le désespoir. L'automne suit l'été, on y perçoit une teinte de nostalgie. Le brouillard, ce n'est pas positif. Après le brouillard, il peut y avoir le soleil, du moins, c'est ce que l'on peut espérer.

*Et le mot nuage, qu'évoque-t-il pour toi, Emmanuel ?* Ce terme a une connotation négative, les nuages peuvent être naturels ou bien toxiques. Sur le plan du phénomène météorologique, ce peut être très beau. Les peintres adorent d'ailleurs peindre les nuages. Les agriculteurs les apprécient aussi. Les nuages sont un élément de la poésie.

*L'automne c'est aussi la principale période de chasse. Qu'évoque pour toi le mot chasse, Katia ?* Pour elle, il y a deux types de chasse. Tout d'abord, la chasse telle que la pratiquent des hommes qui ont su tisser des liens forts entre eux. Ils traversent la forêt avec leurs chiens et tuent très rarement. Par son frère, Katia a su trouver de l'intérêt à cette pratique. Mais il y a aussi cette autre chasse où l'on élève et relâche des oiseaux pour qu'ils soient abattus par un alignement de chasseurs rassemblés pour l'occasion. Bien entendu, Katia milite pour le premier type de chasse.

Après avoir fait procéder au vote pour le meilleur improvisateur, **Véronique** annonce les **discours préparés** et ce soir, il y a trois « Briser la glace ». Ce premier discours consiste à parler de soi-même, à se présenter aux autres. C'est ce qui crée du lien.

**Elise** : « *Ma nouvelle vie.* »

Pour Elise, ce n'est pas facile de parler de soi. A 22 ans, c'est difficile de s'accepter soi-même, pourtant c'est l'âge des prises de conscience. Elise a envie d'aller de l'avant, elle a toute la vie

devant elle. Elle a toujours voulu travailler dans les grands restaurants, dans les palaces, le luxe. Mais comment ? A 14 ans, elle entre dans la restauration gastronomique, c'est le monde de la mise en scène, de la théâtralité. Pourtant ce ne sont pas des lieux réservés aux élites, la simplicité y est un art difficile à maîtriser. On y apprécie la dextérité du maître d'hôtel qui en découpant le poulet dans votre assiette vous ramène à vos souvenirs d'enfance. Le serveur tient son rôle d'acteur et pas seulement de porteur d'assiette. Madame, Monsieur, bonne dégustation et bonne soirée.

**Brigitte** : « *Le camp de base.* »

On présente souvent Brigitte comme une pionnière, une exploratrice. Aux niveaux personnel et professionnel, elle a fait beaucoup de choses dans sa vie : géomètre, employée de banque, coach, responsable en management de l'innovation. Ce soir, elle nous parle de son camp de base. Il lui offre ressources, sécurité et protection. Brigitte est une terrienne, elle a un logis qu'elle adore et qui surplombe la place de la Nation : c'est son camp de base. C'est aussi un foyer où elle peut échanger des avis avec ses amis. Pas très loin, se trouve l'atelier de vitrail qu'elle fréquente tous les samedis. Brigitte adore les arts manuels. Le vitrail est un art de la patience. Le Maître de l'atelier est très généreux et pousse ses élèves dans leurs derniers retranchements. Le groupe est formé de personnes qui viennent de tous les horizons. Une bibliothèque se trouve près de son appartement, c'est une sorte d'annexe, car Brigitte lit cinq livres par semaine. Il y a aussi, dans son appartement un cabinet de curiosités où elle expose ses souvenirs de voyage. Et vous, quel est votre camp de base ?

**Alain** : « *Trajectoire* »

La vie est une trajectoire et cette trajectoire est d'abord l'affaire de la famille puis celle de l'école. Alain, sur ces deux points, a été favorisé. Il a eu la chance de faire partie d'une famille épargnée par les tourments de la seconde guerre mondiale et, avec des parents instituteurs tous les deux, l'école a fait partie de son univers dès le plus jeune âge. C'est à elle qu'il doit ce qui sous-tend toute son existence : apprendre, c'est construire sa vie. Alain a appris toute sa vie : à l'école, bien sûr, pendant son service militaire (mais oui !), chez IBM. Même en retraite, l'apprentissage continue, notamment avec Toastmasters. Alain conclut en citant Aldous Huxley : « L'expérience, ce n'est pas ce qui arrive à un homme, c'est ce qu'un homme fait avec ce qui lui arrive ».

Pendant la **pause** offerte par **Jean-Jacques, Jean-Marc** nous propose un **mot d'humour** et **Jean N.** porte un **toast** à la conférence de division ainsi qu'à ses organisateurs.

Véronique passe ensuite la parole à **Odile P.** pour la **session d'évaluation**. C'est la partie la plus importante de la réunion, puisque c'est le moment de donner les conseils qui vont permettre à chacun de progresser.

**Nicole** évalue les **improvisations**. Nicole a apprécié le rappel de Jean sur l'importance des improvisations ainsi que sur le processus. Les sujets proposés étaient accessibles et ont été traités par tous.

- **Cécile** : un beau sourire et beaucoup d'humour, mais

l'improvisation était un peu tarabiscotée. Elle construit à partir d'un événement mais après, on ne l'arrête plus.

- **Odile C** : a essayé de cacher son enthousiasme pour le sujet et y est bien parvenue. Elle s'en est bien sorti.
- **Jean-Jacques** : se frotte un peu les mains. Mais, il est très à l'aise. Il ne regarde pas suffisamment le public et à tendance à chercher son inspiration ailleurs que dans le regard de l'auditoire.
- **Isabelle** : volonté de construire, voix agréable, à l'aise. Aurait pu se limiter à ne traiter qu'un seul sujet.
- **Loïc** : très bien pour une personne pas encore inscrite dans le club.
- **Katia** : entrée directement dans le sujet, on a l'impression qu'elle avait lu le sujet à l'avance.

**Michèle** évalue ensuite le discours d'Elise : elle éprouve du plaisir à évaluer ce premier discours. Elise s'est fixé plusieurs objectifs : mieux se faire connaître, mais aussi mieux se connaître. C'est un sujet qui vient du cœur. Michèle a vu une belle jeune fille, une belle tenue, avec parfois un contact visuel un peu dans le vide. Michèle a entendu une introduction, un corps, une conclusion, une invitation à visiter ces lieux où règne le luxe. En prenant la parole pour ce discours, en s'inscrivant chez Toastmasters, Elise se donne une occasion de changer sa vie.

Vient le tour de **Katia** qui évalue Brigitte et la félicité : oser faire un premier discours avec si peu de temps de préparation est bien de la trempe de quelqu'un qui aime les défis. Brigitte a présenté quatre points d'ancrage, Katia regrette qu'il y ait eu un petit déséquilibre entre les différents points. Katia pense que les déplacements de Brigitte vers l'avant et l'arrière réduisent un peu l'impact de son discours et que le petit carton de notes l'empêche de mener à bien les gestes qui auraient pu lui permettre d'amplifier son discours. En tout cas bravo pour s'être lancée aussi vite dans un premier discours.

**Bruno** évalue le discours d'Alain. Il fait remarquer qu'Alain a son badge de DTM : Débutant Toastmasters. Alain, en présentant son « Briser la glace », devait relever deux défis : se faire connaître auprès des gens qui ne le connaissent pas, et mieux se faire connaître de ceux qui le connaissent bien. Défi parfaitement relevé, car Alain nous a présenté toute sa vie sous une forme de leitmotiv : l'apprentissage. Difficile de trouver sujet qui puisse davantage passionner une assemblée de Toastmasters ! Bruno a trouvé que la voix d'Alain n'était pas aussi forte que d'habitude (nb : Alain sort d'une extinction de voix). Il conclut en comparant le discours d'Alain à un arbre, car ce discours comporte autant de promesses qu'un arbre supporte de branches ; et même si les arbres ne grimpent pas au ciel, ce genre de discours lui permettra de monter très haut.

**Nathalie** nous fait son rapport sur la grammaire. Elle fait remarquer l'utilisation de *ça* au lieu de *cela*, ainsi que de certains anglicismes : *secure* au lieu de *en sécurité*. Le mot du jour a été employé deux fois.

**Emmanuel** nous donne son rapport des hésitations et des gaffes. Il n'y a pas eu beaucoup de heu, en revanche, énormément de doublements de mots. Emmanuelle regrette que Véronique confonde Jean-Marc et Jean-Jacques et conseille de faire un rappel sur l'utilisation des couleurs dans la mesure du temps, rappel qui aurait été utile à Brigitte ce soir.

**Jean-Jacques** prend ensuite la parole pour le rapport sur le temps. Beaucoup de temps a été gagné au début, les improvisations ont été d'une durée suffisante (sauf Cécile qui a dépassé). Les discours et les évaluations sont bien cadrés (sauf Michèle qui a dépassé 4 minutes).

**Odile P.** donne maintenant son rapport d'évaluation générale. Elle félicite Véronique qui a mené la réunion avec beaucoup d'énergie. Isabelle fait des intronisations de plus en plus chaleureuses, personnalisées. Odile apprécie le rappel qu'a fait Jean avant les improvisations. Les sujets étaient très bien. Nicole a une très bonne écoute, elle sait regarder, écouter et renvoyer ce qu'elle a perçu avec beaucoup de chaleur et d'empathie. Elle aurait pu donner des suggestions supplémentaires. Michèle ne lit plus son évaluation, ça va mieux, elle peut se concentrer sur la gestuelle, la voix. Katia est très encourageante, très au point sur le fond de l'évaluation, il faut maintenant se concentrer sur la forme. Nathalie s'en est très bien tirée, pour un coup d'essai ce fut un coup de maître. Odile conseille à Jean-Jacques de donner tous les temps afin que chacun sache où il en est.

**Véronique** reprend ensuite la parole et nous fait un rappel sur le rôle d'huissier. C'est un rôle important et difficile qui est mené avec brio cette année par Odile C. Véronique remet ensuite les rubans :



Briser la glace : **Elise et Brigitte**  
Meilleure improvisation : **Isabelle**  
Meilleur discours : **Alain**  
Meilleure évaluation : **Bruno**

Avant de demander à nos invités de nous dire comment ils ont vécu la soirée, **Jean N.** termine la soirée en demandant de l'assistance pour le rôle de Vice Président aux Relations Publiques, laissé vacant par la démission de son titulaire. Il s'agit principalement de mettre le site web à jour. Que les volontaires se fassent connaître rapidement auprès de notre président !

Prise de notes : **Bruno** – Edition : **Odile P.** – Mise en page : **Alain P.**

## Prochaine réunion

Lundi 23 novembre 2009

*Inscrivez-vous en ligne pour le rôle de votre choix:*

Tapez dans votre navigateur : [docs.google.com](https://docs.google.com)

Ensuite entrez les identifiants

email : [clubexpressionsparis](mailto:clubexpressionsparis)

mot de passe : [montgallet](#)

<b>Président de soirée</b>	Alain	<b>Mot d'humour</b>	Elisabeth
<b>Intronisation :</b>			
<b>Improvisations</b>	Cécile	<b>Evaluation des impros</b>	Michèle
<b>Discours</b>	Nathalie (1)	<b>Evaluation</b>	Jean-Marc
<b>Discours</b>	Emmanuel (8?)	<b>Evaluation</b>	Véronique
<b>Discours</b>		<b>Evaluation</b>	Bruno
<b>Discours</b>		<b>Evaluation</b>	
<b>Evaluation générale</b>	Isabelle	<b>Grammaire</b>	Brigitte
<b>Hésitations et gaffes</b>	Béatrice	<b>Temps</b>	Katia
<b>Prise de notes pour 'Expressions' : Odile P.</b> <b>Pause : Jean K.</b> <b>Toast : David</b>			

### « Expressions »

Directeur de la publication : Jean Nasr

Rédactrice d'Expressions : Odile Pétilot

Mise en page et édition : Alain Pétilot

Les réunions du Club Toastmasters International

« *Expressions* » se tiennent le

**deuxième** et le **quatrième lundi** de chaque mois,  
à **19 heures**,

**1 place Maurice de Fontenay - 75012 Paris**

Métro: Montgallet

Site web : [expressions.district59.org](http://expressions.district59.org)