



# Expressions

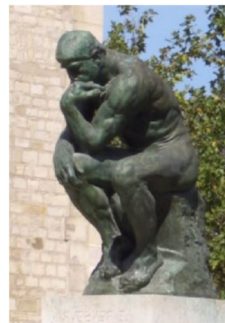
23 mai 2016 n° 234

## Le mot de la Présidente

Tous à la conférence de district cet automne pour soutenir le club Expressions qui représentera sans aucun doute en finale la division A, plusieurs membres du club excellent dans l'art de l'improvisation et du discours humoristique ! La conférence aura lieu à Madrid, troisième ville de l'Union européenne en nombre d'habitants, derrière Londres et Paris. Madrid a de nombreux atouts : des galeries d'art étonnantes, une vie nocturne animée, des restaurants et des bars à tapas réputés. De plus, les dieux sont avec nous, la conférence aura lieu du 11 au 13 novembre, le 11 étant férié, nul besoin de poser un jour de congé pour les salariés. C'est aussi, une période agréable pour visiter Madrid. Participer à la conférence, super lieu de rencontre, de partage des connaissances et des expériences, cela se prépare. Inscrivez-vous dès maintenant pour profiter de prix plus bas, regroupez-vous pour le partage de l'hébergement. Des solutions existent pour celui qui veut participer à cette aventure. Nous avons eu la chance, à la dernière conférence du Luxembourg, de voir récompenser un des nôtres, Alain Petillot, à la 2<sup>ème</sup> place du concours de discours. Encore, toutes nos félicitations à Alain.

La prochaine fois, ce sera peut-être vous, mais ce qui est sûr, vous y serez, pour vivre cette rencontre !

Méline



La pensée du jour

Le tennis et le ping-pong, c'est pareil. Sauf qu'au tennis, ils sont debout sur la table.  
Coluche

## Compte-rendu de la réunion du 23 mai 2016

**Ouverture** de la soirée par **Méline**, notre présidente, qui introduit la séance en donnant tout de suite la parole aux invités : **Audrey** a entendu parler de TM par un de ses amis martiniquais ; c'est sa troisième visite dans un club TM. **Saïd** en est à sa deuxième visite dans notre club. Il souhaite voir le fonctionnement de TM en profondeur. Il a entraîné son frère **Lahoucine** avec lui ce soir.

Méline nous fait un résumé très enthousiaste de la Conférence de District à Luxembourg. Elle nous incite vivement à participer à une conférence de district, car c'est une expérience unique. Elle ne peut être racontée, il faut la vivre absolument. Elle nous informe qu'**Alain**, qui nous a représentés au concours de district, a obtenu la 2<sup>e</sup> place.

## La réunion

**Emmanuel** l'animateur du jour nous annonce que nous allons vivre une soirée spéciale, car réservée à une série de discours préparés dénommée MARATHON DE DISCOURS. Les évaluations des discours se feront aussitôt après que le discours ait été prononcé. Les évaluateurs seront désignés au hasard dans l'assemblée,

pour donner les uns les points forts du discours et les autres les points d'amélioration.

## PREMIERE PARTIE DE SOIREE

Avant d'écouter les discours, **Willy** notre grammairien explique son rôle et choisit comme mot du jour, **QUOLIBET**, qui signifie moquerie, plaisanterie.



## CHARLES :

projet 3 « Aller à l'essentiel » - «*The Growing Mindset*»

Dans ce discours Charles nous parle des leçons qu'il a tirées de sa vie. Il nous explique qu'il a grandi dans le 15<sup>e</sup> et a eu une enfance normale avant la séparation de ses parents. Cette séparation l'a bouleversé à un point tel qu'il est passé d'enfant travailleur à véritable cancre. Il a été renvoyé plusieurs fois de l'école. Il a travaillé chez McDonald et cette expérience a provoqué un déclic en lui. Il se remet à travailler de

façon intensive et réussi à intégrer une grande école, mais se replie par la même occasion sur lui. Ses amis lui en font le reproche. Il intègre alors une association pour s'ouvrir aux autres et apporter du bonheur aux enfants malades [**PRINCESSE MARGOT** site internet <http://www.princessemargot.fr/>.] Charles nous explique qu'il y a deux catégories de personnes. Les personnes à la mentalité figée qui ne peuvent pas progresser, dépasser le stade de l'échec et les personnes à la mentalité de battant qui apprennent de leurs échecs et évoluent. Il fait assurément partie de cette 2<sup>e</sup> catégorie de personnes.

Les points forts du discours de Charles sont évalués par **Franklin** et les points à améliorer par **Anne**.



**MARINA** : projet 5  
« Le langage corporel » - « **L'innovation technologique** »

Marina nous parle de l'innovation technologique qui nous permet de réaliser de nombreuses choses et nous facilite la vie, comme par exemple, l'échographe portatif qui permet au médecin de visiter des patientes dans des coins reculés. Selon elle, nous avons vis-à-vis de l'innovation technologique deux images erronées. La première, c'est que nous pensons que les start-ups sont à l'origine de l'innovation technologique. Faux. Les activités de recherche et développement sont essentiellement portées par les grands groupes. La deuxième, c'est que nous pensons que seuls les pays développés participent à l'innovation technologique. Ce n'est pas tout à fait vrai. Les pays en voie de développement y contribuent énormément.

Evaluateur des points forts : **Alain** - Evaluateur des points faibles : **Ingrid**



**JACLINE** : projet 7  
« Recherche documentaire » - « **Voulez-vous danser ?** »

Pour Jacline, danser est un besoin naturel. Il existe plusieurs raisons pour danser : danser pour aimer, danser pour se réconcilier, dans le culte vaudou par exemple, danser permet de faire sortir les esprits, dans le milieu médical, la danse peut être un moyen thérapeutique. On se fait du bien en dansant. Le plus dur est de s'y mettre. La danse peut parfois être dan-

gereuse. On dénombre par exemple une centaine de meurtres par carnaval au Brésil. Elle nous encourage à danser car la danse fait plus de bien que de mal et elle suscite la rencontre. Evaluateur des points forts : **Djamila**. Evaluateur des points d'amélioration : **Liliane**.



**AÏCHA** :  
projet 10 « Inspirer votre auditoire » -  
« **Le 8<sup>e</sup> continent** »

« Connaissez-vous le 8<sup>e</sup> continent ? » nous demande Aïcha. Le 8<sup>e</sup> continent n'est autre qu'un immense espace de déchets exposé dans la mer, qui a une superficie six fois plus grande que celle de la France. Il est situé en plein milieu de l'océan Pacifique. Ce sont les déchets jetés sur la terre qui arrivent dans les océans et s'y amassent. Aïcha nous rappelle que 3 milliards de personnes se nourrissent des produits de la mer. Il est donc important de préserver les océans en participant à des opérations de collecte de déchets.

Evaluateur points forts : **Nathalie F.** - Evaluateur points faibles : **Méline**

### La pause



**Brigitte** nous a offert une copieuse pause. **Nathalie Franck** a porté un toast au mois de mai en attendant impatiemment celui de juin. **Roch** nous a fait rire avec une blague assez particulière sur le cancer.

## DEUXIEME PARTIE DE SOIREE



**Odile PETRUS** : projet 9 « Etre persuasif » - « *Dormez-vous tout votre soul ?* »

Odile nous demande si nous souffrons de troubles du sommeil. Cela peut avoir de lourdes conséquences sur notre vie professionnelle car nous devenons incapables de faire face à notre travail. Pour être frais et dispos, selon elle, il faut avoir un bon sommeil. Le sommeil permet une déconnection totale de tout. C'est au cours du sommeil que le corps se régénère, se répare, que la maturation cérébrale se fait. La mémorisation de toutes nos émotions se fait après une bonne nuit de sommeil. Odile nous dit ce qu'il faut faire pour passer une bonne nuit :

Bien aérer sa chambre. Température idéale 18°.

Avoir un bon oreiller, un bon matelas et une couverture légère. Pas de lumière, ni de bruit.

Eviter de prendre du café ou du thé avant de dormir.

Eviter de boire une grande quantité de liquide avant de dormir.

Eviter de manger trop tard et trop lourd.

Avoir une vie saine (bon petit déjeuner, pratique du sport, se lever et se coucher toujours à la même heure etc...)

Odile nous incite à prendre le temps de dormir d'autant plus que nous devons dormir un tiers de temps de notre vie.

Evaluateur points forts : **Roch** - Evaluateur points faibles : **Isabelle**



**Odile PETILLOT** : discours tiré du manuel avancé « L'art de raconter » ; « *Prof à Rufisque* »

Rufisque est une ville du Sénégal, située à 25 km au sud-est de Dakar. C'est dans cette ville qu'Odile a été professeur coopérant, il y a 46 ans. Odile plante le décor de ce lycée où elle arrivait pour la première fois. Bâtiment délabré, cour en terre battue, salles de classe du bas sombres, salles du haut plus claires mais pleines de courants d'air. La salle des professeurs se trouvait au rez de chaussée. Chaque professeur avait un casier où il rangeait une boîte contenant

une éponge et des craies, trop précieux pour rester dans les classes. Les élèves venaient, pour la plupart, de la brousse aux alentours de Rufisque. Ils avaient en moyenne 1h30 de marche à l'aller et autant au retour. Chez eux, ils n'avaient ni tables, ni chaises pour étudier. Les cahiers et les stylos étaient des ustensiles rares. Premier contact avec les élèves : 58 paires d'yeux qui la fixent. 48 visages pour elle identiques. Grand moment de solitude ! Comment faire pour les reconnaître ? Ils sont tous cousins, frères et portent tous à peu près les mêmes noms. Ce premier jour de classe, elle a observé un ballet incessant d'élèves allant cracher à la fenêtre. En fait, elle avait pris ses fonctions en pleine période de ramadan. Elle nous confie que c'est dans ce lycée totalement délabré qu'elle a passé les plus belles années de sa vie de professeur car elle avait la sensation d'être utile.

Evaluateur des points forts : **Elisabeth** - Evaluateur des points à améliorer : **Uta**



**Nathalie D.** : discours du manuel avancé « parler pour informer ». « *Mon arme secrète* »

Quelle est l'arme secrète de Nathalie ? Eh bien, il s'agit du Planteur, cocktail à base de rhum et de jus de fruit. Nathalie nous confectionne un Planteur en direct, aidée pour la circonstance par Elisabeth. Elle nous recommande de prendre les jus de fruit de la marque « Mont Pelé », si nous voulons préparer un Planteur. La recette est la suivante :

Mélanger des jus de mangue, d'ananas, de goyave, de maracuja ou de fruit de la passion,

Ajouter du rhum (rhum Bologne ou Rhum Damoiseau)

Ajouter des bâtons de cannelle, un peu de gingembre

Mettre un peu de sucre roux si on le souhaite

Bien secouer le tout et le mettre au frais pendant toute une nuit

Nathalie, nous invite à déguster son Planteur fraîchement préparé après la réunion.

Evaluateur des points forts : **Farouk** - Evaluateur des points à améliorer : **Anne**

### Les évaluations

**Brigitte**, l'évaluatrice générale prend la parole pour présenter son rôle et son équipe.

**Willy** nous fait son rapport sur la grammaire, **Roch** sur les hésitations et **Farouk** sur le temps. Brigitte les félicite pour leur professionnalisme.

**Brigitte** évalue la soirée. Une fois encore, elle a passé une excellente soirée. Elle regrette le petit ca-fouillage qu'il y a eu en début de soirée pour déterminer qui évaluerait qui. Elle nous conseille de ne jamais terminer nos discours par un merci, l'auditoire étant en mesure de savoir quand un discours est terminé.

**Emmanuel** remet le ruban du meilleur discours à **Odile PETILLOT**

### Conclusion

**Méline** demande aux invités de donner leur impression sur la soirée. Les invités (dont **Antoine** et **Christèle**, arrivés après la présentation initiale) ont apprécié cette soirée qui était très intéressante, riche, instructive et chaleureuse.

Méline nous reparle encore de la conférence de district au Luxembourg et clôt la soirée.

**Rendez-vous le 13/06/2016 !**

Prise de notes **Liliane** – Relecture, édition et illustration **Odile Petillot** – Mise en page **Alain**

### Prochaine réunion

**lundi 13 juin 2016**

*Inscrivez-vous pour le rôle de votre choix sur **EasySpeak** ([district59.eu](http://district59.eu))*

#### « Expressions »

Directrice de la publication : Méline Rochand

Rédactrice d'Expressions : Odile Pétillot

Mise en page et édition : Alain Pétillot

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 : [www.toastmasterexpressions.fr](http://www.toastmasterexpressions.fr)