DISTRICT 45 INITIÉ

DÉCEMBRE 2025
VOLUME 69 N° 2

TOASTMASTERS INTERNATIONAL
DISTRICT 45

Vermont New Hampshire | Maine Nouveau-Brunswick | Nouvelle-Écosse | Île-du-Prince-Édouard | Terre-Neuve-et-Labrador

Voies d'excellence

Premières impressions

Force de l'adhésion

Orientation des membres

Reconnaissance des réussites

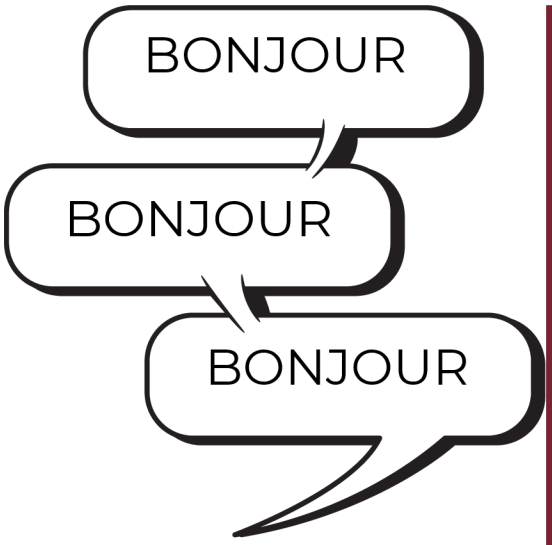
Camaraderie, diversité et communication

Planification de programmes et organisation de réunions

Tout commence par un accueil : Moments de vérité

D45TOASTMASTERS.ORG

RENCONTREZ VOS RESPONSABLES DE DISTRICT



Sherry MacDonald, DTM

Directrice de District 2025-2026

Raviver notre raison d'être : Réflexion des Toastmasters pour le deuxième semestre de l'année

Alors que nous entamons le deuxième semestre, il est naturel de prendre une pause pour revenir sur les objectifs fixés, les réunions suivies, les discours prononcés et, bien sûr, l'évolution constatée. Que votre année ait été parsemée de succès ou d'imprévus, ce point médian offre une occasion précieuse : celle de se réengager, de repartir à zéro et d'aller de l'avant.

Toastmasters, c'est bien plus qu'une réunion hebdomadaire; c'est un processus de transformation continue. Chaque fois qu'on parle, qu'on évalue ou qu'on dirige, on développe des compétences qui nous sont utiles bien au-delà du club. Mais la progression est rarement linéaire. Certaines semaines, on se sent invincibles. D'autres, on a l'impression d'être bloqués. L'important n'est pas la perfection du parcours, mais le fait de continuer à progresser vers l'atteinte de nos objectifs.

Qu'est-ce que vous voulez accomplir avant le 30 juin? Peut-être terminer un niveau du programme Pathways, surmonter une peur, assumer un rôle de leader ou accompagner un nouveau membre. Ou peut-être simplement être plus régulier et vous permettre de vous dépasser. Peu importe vos objectifs, ayez confiance : le soutien et la communauté autour de vous vous aideront à les atteindre.

Alors, abordons les mois à venir avec audace. Célébrons nos succès, acceptons les échecs et saisissons les occasions qui nous attendent. Ensemble, faisons de cette deuxième moitié d'année notre chapitre le plus confiant, le plus déterminé et le plus inspirant.

DANS CE NUMÉRO :

- MOMENTS DE VÉRITÉ
- PREMIÈRES IMPRESSIONS
- PROGRAMME D'ENTRAÎNEURS DE CLUB
- CHANGEMENTS DE PARCOURS
- POURQUOI RENOUVELER SON ABONNEMENT ? LE POINT DE VUE D'UN MEMBRE À VIE
- UN ENGAGEMENT À VIE : POURQUOI PLUS DE 40 ANS CHEZ TOASTMASTERS NE SUFFISENT PAS
- LISTE DES ÉVÉNEMENTS
- APPEL AUX SOUVENIRS

Moments de vérité

Le modèle « Moments of Truth » (MoT) de Toastmasters est réputé pour son approche de qualité au niveau des clubs. Il définit six moments clés – de la première impression d'un invité à la remise de la récompense finale à un membre – qui déterminent la réussite ou l'échec d'un club.

Bien que le club soit responsable de l'exécution du contrôle technique, le District a la responsabilité de s'assurer que chaque club est en mesure d'obtenir un score parfait. Si le club est le moteur, le District en est l'équipe technique, le carburant et le gestionnaire de piste. La réussite (ou l'échec) collective du contrôle technique pour tous les clubs constitue, en substance, l'évaluation ultime du rendement du District.

Le District soutient les moments de vérité au niveau des clubs en équipant les responsables de club, en fournissant des ressources partagées et en stimulant la croissance.

Zone du moment de vérité	Club Focus (Le Moment)	Action du District (L'animateur)
1. Premières impressions	Accueillir les invités et instaurer un environnement de réunion professionnel.	**Formation : S'assure que les VPM sont des experts en matière de procédures clients et de suivi.**
2. Orientation des membres	Intégration officielle des nouveaux membres et attribution de mentors.	**Formation et suivi : S'assure que les vice-présidents à l'éducation mettent en place des programmes de mentorat solides et des processus d'intégration formels.**
3. Camaraderie, diversité et communication	Créer une atmosphère conviviale et stimulante grâce à des programmes diversifiés.	**Événements et médias : Organise des concours et des sommets ; utilise des sites Web/bulletins d'information pour promouvoir les événements interclubs et une programmation de qualité.**
4. Planification du programme et organisation des réunions	Commencer et terminer les réunions à l'heure, avec des rôles et des évaluations préparés.	**Assurance qualité : Forme les vice-présidents aux activités pédagogiques à la gestion efficace des ordres du jour et au maintien de la discipline en réunion.**
5. Force des membres	Recruter et fidéliser suffisamment de membres pour un club dynamique (plus de 20 membres).	**Développement des clubs : Fournit des ressources pour les campagnes de recrutement de membres, parraine de nouveaux clubs et soutient les clubs en difficulté par le biais du programme d'encadrement des clubs.**
6. Reconnaissance des réussites	Suivre les progrès et célébrer rapidement les réussites.	**Reconnaissance systémique : S'assure que les candidatures aux prix sont soumises en temps opportun et célèbre les réussites des clubs, des secteurs et des individus par le biais de canaux publics.**

Premières impressions : créer une expérience accueillante pour les invités de Toastmasters

On n'a jamais deux fois l'occasion de faire une bonne première impression. C'est d'autant plus vrai aujourd'hui. Selon une étude de Microsoft, en 2025, la durée d'attention moyenne ne sera que de 8,25 secondes. Nous sommes jugés très rapidement, il est donc essentiel d'être préparés.

Comment cela s'applique-t-il à nous chez Toastmasters? Cela signifie créer intentionnellement un environnement qui témoigne de professionnalisme, d'organisation et de chaleur humaine dès le premier contact avec un invité.

Voici quelques bonnes pratiques à suivre pour que chaque invité se sente le bienvenu:

1. Mise en place du contexte (en personne et en virtuel)
L'environnement reflète la qualité de votre club :

- Préparez la salle à l'avance: pour les réunions en personne, désignez une personne pour préparer la salle en amont. Assurez-vous qu'elle est propre, bien éclairée et facile à trouver.
- Prenez soin de votre apparence : encouragez tous les membres à s'habiller élégamment. Ça valorise immédiatement le club.
- Contrôle d'identité : Utilisez des badges nominatifs pour tous — membres et invités — afin de favoriser des échanges faciles et conviviaux.

2. Accueillir et guider les invités
Transformez les visiteurs en membres en leur offrant clarté et confort:

- Accueil chaleureux : Accueillez vos invités avec enthousiasme! Remettez-leur immédiatement une trousse de bienvenue, une feuille de présence et leur badge nominatif.
- Le guide : Donnez-leur un simple « Guide de la réunion » qui explique brièvement les différentes phases et les rôles de chacun. Ça va démystifier le processus.
- Expliquer les rôles: Assurez-vous que tous les participants expliquent brièvement leur rôle pendant la réunion afin que les invités ne se sentent jamais perdus ou exclus.
- Participation en douceur : Les invités ne doivent être invités à participer (comme dans les sujets de discussion improvisés) que s'ils le souhaitent. Il ne faut jamais les y contraindre.
- Référent désigné: Désignez un membre de l'équipe (comme le vice-président ou un hôte d'accueil attitré) comme interlocuteur privilégié du client pour toute la soirée. Assurez-vous qu'il est disponible pour répondre à toutes ses questions.

3. Faire en sorte que les invités numériques se sentent connectés
Prolongez cette excellente impression dans l'espace virtuel:

- Configuration professionnelle : Utilisez un son/une vidéo clairs et demandez aux membres d'utiliser des pseudonymes professionnels (par exemple, Tom M. – Évaluateur) au lieu de badges physiques.
- Accueil virtuel : Accueillez immédiatement les invités virtuels dans le chat. Expliquez le fonctionnement de la participation en ligne.
- Outils numériques : Envoyez-leur le « Guide de la réunion » numérique et associez-les à un mentor virtuel pour répondre à leurs questions en privé.

Accueillons nos invités avec professionnalisme et clarté, et faisons-en des membres à vie**!**

Tom Macisso, DTM

Directeur de la qualité des programmes 2025-2026

PROGRAMME D'ENTRAÎNEURS DE CLUB

Dans le District 45, comme dans tous les autres Districts, certains clubs Toastmasters ont de la difficulté à recruter de nouveaux membres. Saviez-vous qu'il existe un programme d'entraîneurs de club pour leur apporter une aide précieuse?

Les clubs peuvent prétendre à la nomination d'un entraîneur de club à condition de satisfaire aux conditions suivantes :
Le club doit compter au moins 3, mais pas plus de 12 membres en règle au moment de la nomination.

- Le club ne doit pas être suspendu ni fermé.
- Le club ne doit pas avoir plus de deux entraîneurs nommés simultanément.

Le programme d'entraineurs de club permet aux membres expérimentés de Toastmasters d'aider à reconstituer le nombre de membres et à restaurer la qualité du club. Un entraîneur de club efficace devra :

Établir des relations de confiance avec les dirigeants et les membres du club.

- Insuffler enthousiasme, camaraderie et structure au sein du club
- Évaluer l'environnement du club et recommander les meilleures pratiques pour réussir
- Collaborer avec les dirigeants du club pour élaborer un plan de réussite du club
- Motiver le club à viser la reconnaissance du Programme des clubs remarquables (DCP)

Les entraîneurs qui aident les clubs à atteindre le statut de Club remarquable (ou supérieur) dans le cadre du Programme des clubs remarquables recevront des crédits de formation et un certificat numérique de réussite. Ce certificat peut constituer une étape vers l'obtention du titre de Toastmaster Remarquable.
Pour en savoir plus sur la façon de devenir entraîneur de club, suivez le module de formation des entraîneurs de club dans Base Camp.

Si votre club remplit les conditions requises pour avoir un entraîneur de club et que vous souhaitez être jumelé avec un entraîneur, ou si vous souhaitez devenir entraîneur de club ou souhaitez en savoir plus sur le programme d'entraîneurs de club, veuillez contacter notre Directrice de la Croissance des Clubs, Madhu Kanji : d45.madhukanji@gmail.com

Madhu Kanji, DTM

Directeur de la Croissance des Clubs 2025-2026

CHANGEMENTS DANS PATHWAYS

Kavita Kanji, VC2

Si vous êtes déjà membre de Toastmasters, vous avez peut-être remarqué des changements dans votre parcours Pathways chez Toastmasters International™. Les parcours disponibles sont maintenant: Leadership Dynamique, Humour Engageant, Stratégies de Motivation, Persusation Influente, Maîtriser les Présentations et Communication Visionnaire.

Voici quelques-unes des améliorations apportées à vos parcours :
Une nouvelle section a été ajoutée à chaque niveau. Cette section figurera en premier, avant vos projets. Elle décrit les rôles requis lors des réunions et explique comment ces rôles contribuent à l'apprentissage à ce niveau. (FAQ des programmes de formation TMI)
Les niveaux 3, 4 et 5 présenteront aux membres la série « Successful Club », la série « Better Speaker » et la série « Leadership Excellence ».
L'achèvement de ces niveaux exigera des membres qu'ils fassent des présentations tirées de ces séries afin de soutenir la croissance du club et d'améliorer leurs compétences en communication et en leadership. (FAQ sur les programmes de formation TMI).

Cela s'applique à tous nos membres qui suivent les nouveaux programmes Pathways. Vous constaterez que ces améliorations intègrent de manière remarquable nos pratiques habituelles et notre façon de travailler à l'atteinte de nos objectifs de club, directement dans nos parcours.

CHANGEMENTS DE PARCOURS (suite)

Niveau	Nouvelles exigences
Niveau 1	Vous devez remplir les rôles suivants : • Meneur des improvisations • Évaluateur (Projet de rétroaction et d'évaluation) • Chronométreur ou Compteur d'hésitations
Niveau 2	Vous devez remplir les rôles suivants : • Grammairien • Présentateur • Évaluateur • Maître de cérémonie, Chronométreur ou Compteur d'hésitations

Niveau 3	Vous devez remplir les rôles suivants :
	• Maître de cérémonie
	• Évaluateur
	• Présentateur ou meneur des improvisations
	• L'une des présentations suivantes de la série « Clubs à succès » :
	  ◦ Créer le meilleur climat de club,
	  ◦ Rôles et responsabilités lors des réunions,
	  ◦ Respecter ses engagements, ou
	  ◦ Au-delà de notre club

Niveau 4	Vous devez remplir les rôles suivants :
	• Maître de cérémonie
	• Évaluateur
	• Présentateur ou Meneur des Improvisations
	• L'une des présentations suivantes de la série « Clubs à succès » :
	  ◦ Créer le meilleur climat de club,
	  ◦ Rôles et responsabilités lors des réunions,
	  ◦ Respecter ses engagements, ou
	  ◦ Au-delà de notre club
	• Une présentation de la série Better Speaker

Niveau 5	• Évaluateur général (deux fois)
	• Maître de cérémonie (deux fois)
	• Évaluateur (deux fois)
	• Meneur des Improvisations, Maître de cérémonie, Compteur d'hésitations, Chronométreur, Grammairien, Mentor du club ou tout autre rôle non officiel propre à votre club.
	• L'une des présentations suivantes de la série « Clubs à succès » :
	  ◦ Moments de vérité,
	  ◦ Évaluer pour motiver,
	  ◦ Mentorat
	• Une présentation de la série sur l'excellence en leadership

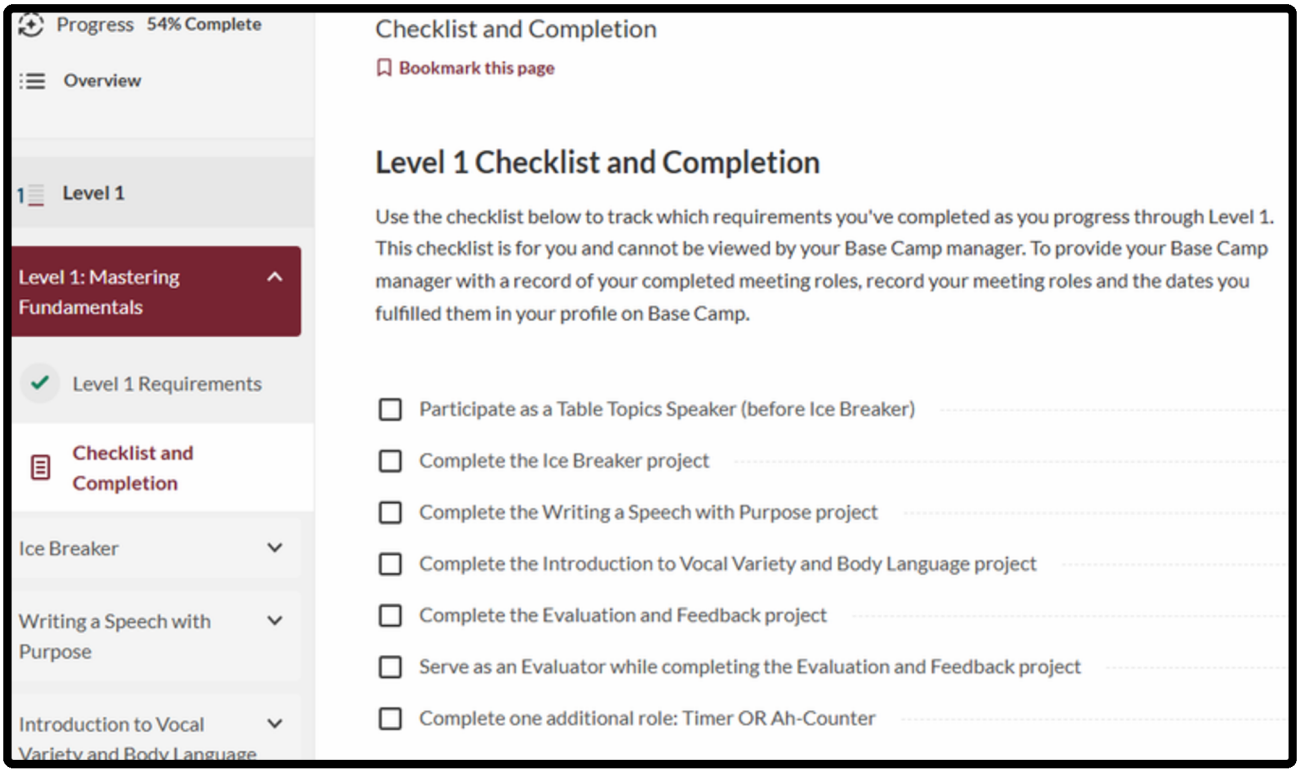
CHANGEMENTS DE PARCOURS (suite)

Vous avez peut-être d'autres questions...

Si vous avez déjà terminé un niveau, celui-ci restera considéré comme terminé.

Si vous travaillez dans un parcours traditionnel (Coaching efficace, Planification innovante, Développement du leadership, Relations stratégiques et Collaboration d'équipe), ces parcours ne bénéficieront pas des améliorations liées aux exigences en matière de rôle de réunion et de série de formations.

Chaque niveau comporte une nouvelle section avec une liste de contrôle des exigences, vous permettant de suivre les rôles que vous avez remplis lors des réunions.



1. Comme mentionné ci-dessus, les ajouts en termes de rôles et de présentations aux niveaux 3, 4 et 5 de la série Éducation sont les suivants :

- La série « Clubs à succès » : Aide les membres à comprendre ce qui est nécessaire pour qu'un club offre une excellente expérience.
- La série « Mieux parler » : fournit à tout votre club des informations qui aideront chacun à améliorer sa rédaction et sa présentation oratoires.
- La série Excellence en leadership : Aide à développer un leadership plus fort et éclairé au sein de votre club.

Si vous avez d'autres questions à ce sujet et sur la nouvelle version améliorée de Basecamp, vous pouvez consulter Toastmasters.org dans la section Foire aux questions sur les programmes éducatifs ou vous renseigner auprès de votre entraîneur de club ou de votre vice-président à l'éducation.

Les fidèles : au-delà du DTM, qu'est-ce qui les fait revenir ?

Nom : Jim Kokocki, DTM
Adhésion à Toastmasters en 1987

Pourquoi continuez-vous à renouveler votre adhésion après toutes ces années?

Je reste principalement pour deux raisons;

1) La prise de parole en public et le leadership d'équipe sont des compétences. Pour bien les maîtriser au bon moment, il est essentiel de les pratiquer régulièrement. Mes réunions Toastmasters me permettent de les mettre en pratique chaque semaine.

2) Il n'y a pas de plus grande satisfaction que de voir et d'aider un nouveau membre à progresser en compétences, en aptitudes et en confiance. Mes réunions hebdomadaires de Toastmasters m'apportent régulièrement cette satisfaction.

Nom : Betty Kemp, PM3
Adhésion à Toastmasters en 1994

Pourquoi continuez-vous à renouveler votre adhésion après toutes ces années?

Je continue de renouveler mon adhésion à Toastmasters, car cela me permet de perfectionner mes compétences en prise de parole en public.

Il est également intéressant de rencontrer de nouveaux membres et de découvrir leur implication dans l'apprentissage de la conduite de réunions d'affaires et de la préparation de projets spéciaux.

J'apprécie l'aspect social de l'appartenance à un groupe.

L'engagement à vie: pourquoi plus de 40 ans chez Toastmasters ne suffisent pas

Lorsqu'on rencontre un membre dévoué de Toastmasters depuis 1981, comme Jim Murphy, une question naturelle vient à l'esprit: n'avez-vous donc pas encore appris tous les trucs et astuces?

Jim a expliqué pourquoi il continue de renouveler son adhésion et d'y consacrer du temps, même après avoir accompli tant de choses. Sa réponse pertinente démontre que Toastmasters n'est pas un but, mais un engagement essentiel et permanent envers le développement personnel.

Le principe de la forme physique : la constance est essentielle

Jim s'est initialement joint à Toastmasters simplement pour gagner en confiance dans tous les aspects de sa vie. Il s'est vite rendu compte que le développement des compétences, tout comme la santé physique, exige des efforts constants.

« De même qu'une seule séance d'entraînement ne me permettrait pas de rester en forme toute ma vie, une année chez Toastmasters ne me donnerait pas une confiance en moi totale. »

Pour Jim, Toastmasters est l'entraînement mental indispensable – un lieu de pratique régulière pour maintenir et développer la confiance qu'il a acquise.

Les avantages invisibles: au-delà du podium

Jim souligne plusieurs avantages, au-delà de la simple prise de parole en public, qui permettent à son expérience de rester stimulante et précieuse:

- *Maîtriser la procédure parlementaire (PP) : Jim souligne que la PP permet à chaque membre de participer et garantit l'application des règlements. Il éprouve une immense satisfaction à voir chacun participer et à savoir que sa présence compte.*
  « Apprendre la PP demande de l'étude et beaucoup de pratique, et il n'y a pas de meilleur endroit pour la pratiquer qu'au sein de Toastmasters... c'est tellement gratifiant. »
  Leadership et pratique: Il souligne que le leadership exige également un apprentissage et une pratique constante. Siéger au comité exécutif du club permet à un membre de mettre en pratique tous les aspects du leadership à travers sept postes différents.
  L'art de la médiation : Toastmasters offre un espace sécuritaire pour dialoguer entre différentes personnalités et idées. Jim considère l'apprentissage de la médiation comme un art qui ne s'acquiert que par la pratique et l'expérimentation au sein du club.

L'aspect le plus gratifiant : le mentorat

Son engagement à aider les nouveaux membres est peut-être la force la plus puissante qui ramène Jim année après année.
« Ce qui me plaît le plus chez Toastmasters, c'est le mentorat... les aider à voir tous les avantages disponibles, les accompagner dans chaque rôle lors des réunions et, surtout, voir la satisfaction sur leur visage, c'est ce qu'il y a de plus gratifiant. »

Le regain de confiance ultime

Jim nous rappelle que tout le processus de préparation d'un discours — du choix du sujet à la recherche, en passant par la rédaction, les répétitions et les essais de diction — est un apprentissage en soi. C'est lors de la prise de parole finale, lorsque le public réagit positivement, que la confiance en soi atteint des sommets.

« Prendre le discours, c'est savourer pleinement ce sentiment de bien-être que l'on éprouve lorsque le public vous acclame avec ferveur... c'est là que votre confiance en vous atteint des sommets... ET C'EST CE QUI ME DONNE ENVIE DE REVENIR. »

Les sages conseils de Jim

Les conseils de Jim à chaque lecteur sont d'une simplicité et d'une franchise rafraîchissantes:
«POUR DES RÉSULTATS OPTIMAUX DANS TOUS LES ASPECTS DE VOTRE VIE, REJOIGNEZ TOASTMASTERS DÈS AUJOURD'HUI. »

Nouvelle Toastmaster Remarquable
~ Leslie Carter ~

Quel a été le défi le plus difficile à relever lors de votre parcours vers le DTM, et comment l'avez-vous surmonté?

L'étape la plus difficile pour moi a été la dernière: la mise en œuvre du programme communautaire. Au début, je ne savais pas par où commencer, mais, fidèle à l'esprit Toastmasters, d'autres membres dévoués étaient là pour me guider. Je suis infiniment reconnaissant envers ce réseau Toastmasters formidable et dynamique, qui est devenu de chers amis. Le programme d'action auprès des jeunes a peut-être été le plus difficile à mettre en place, mais il s'est finalement avéré être l'une des expériences les plus enrichissantes de ma vie.

Avec le recul, quelle est la compétence la plus précieuse que vous ayez acquise, et comment l'appliquez-vous aujourd'hui?

Si la prise de parole en public et la confiance en soi ont été les deux compétences fondamentales les plus importantes que j'ai acquises grâce à Toastmasters, le résultat le plus précieux a été ma capacité à les développer et à les appliquer au leadership au sein du District, dans mon travail et dans ma vie personnelle. M'investir pleinement dans la direction du District, et plus particulièrement en devenant Responsable des Relations Publiques, m'a offert une nouvelle perspective et un sentiment d'appartenance plus fort. Auparavant, je me concentrais uniquement sur les activités de mon propre club. M'ouvrir à tout ce que le District a à offrir et participer activement à ces échanges est quelque chose que je continue d'apprécier, et je suis reconnaissante de pouvoir encore y contribuer aujourd'hui.

Maintenant que vous avez obtenu le titre de DTM, comment votre implication dans Toastmasters a-t-elle évolué? Sur quoi vous concentrez-vous maintenant?

Je blague parfois en disant que j'aimerais être une simple Toastmaster, mais je sais que ce n'est pas vraiment ce que je veux! Pour la première fois de toute ma carrière chez Toastmasters, je suis membre de deux clubs, et j'apprécie énormément cette nouvelle expérience.
On me demande souvent: « Quand peut-on quitte Toastmasters? » et je réponds que ce n'est pas si simple pour trois raisons principales :
Les compétences que j'acquiers chez Toastmasters doivent être constamment pratiquées, sinon je risque de choisir de ne pas les utiliser, ce qui serait préjudiciable.
Il est recommandé pour notre santé mentale de faire quelque chose qui nous sort de notre zone de confort, et Toastmasters m'apporte certainement cela.
Le succès de Toastmasters est dû au fait que les participants restent dans le programme pour encadrer les nouveaux venus, tout comme les membres expérimentés nous ont encadrés à nos débuts.

Concours de Discours

Mars

7 mars - Concours de Discours du Secteur 9 (Division D)
21 mars - Concours de Discours des Secteurs 2, 4 et 13 (Division C)
21 mars - Concours de Discours des Secteurs 1, 11 et 18 (Division D)
28 mars - Concours de Discours du Secteur 17 (Division C)

Avril

11 avril - Concours de Discours Division A
11 avril - Concours de Discours Division B
11 avril - Concours de Discours Division C

Conférence du District 45

Mai

Du 22 au 24 mai - Conférence du District 45 en Nouvelle-Écosse

CÉLÉBREZ NOTRE HÉRITAGE: Soumettez vos photos et témoignages du District 45

Bonjour membres du District 45!
Cette année est historique: c'est notre dernière année en tant que District 45 avant notre fusion avec d'autres Districts! Afin d'honorer l'incroyable héritage de notre District (fondé en 1955 et couvrant six régions), nous créons un projet commémoratif spécial.

On a besoin de votre aide pour immortaliser l'histoire! Nous recherchons avec enthousiasme vos meilleures photos et anecdotes de toutes les années qui mettent en lumière l'âme du D45.

On a besoin de vos histoires et photos de D45!
Repensez à votre séjour dans le District. Quels sont les moments qui incarnent vraiment l'esprit du D45?
Photos de clubs et d'événements: Photos de réunions de clubs, banquets, concours, conférences ou ateliers.
Témoignages de membres: des clichés spontanés de triomphes, de rires et d'amitiés – les moments qui illustrent véritablement notre devise: Pour les membres, par les membres!
Trésors historiques: photos de nos clubs les plus anciens, d'anciens dirigeants (comme le Président International Jim Kokocki) ou de tout événement transfrontalier.

Chaque image et chaque anecdote contribuent à la magnifique histoire du 45e district. Mettons en valeur notre histoire et célébrons nos succès avant la fusion. C'est l'occasion de monter une capsule temporelle commémorative!

Comment partager son héritage:
Veuillez envoyer vos photos et/ou de brefs récits à d45.prm.erin@gmail.com avant le 15 avril 2026. Incluez une brève description avec chaque photo, en indiquant le nom du club, l'année et quelques noms si vous vous en souvenez!

Nous avons hâte de voir vos plus beaux souvenirs! Faisons de cette dernière année la plus inspirante de toutes! Nous avons hâte de célébrer l'héritage que vous avez contribué à créer!