



**Club Toastmasters St-Eustache
Club #5842 – District 61**

PRÉPARER SON PREMIER DISCOURS : « BRISER LA GLACE »

Maintenant, c'est à votre tour de « briser la glace » en prononçant votre premier discours ou encore en communiquant des informations à un groupe d'amis. Au début, il est préférable d'aborder un sujet qui vous touche de près : vous-même.

Vous en profiterez pour vous présenter en faisant connaître aux autres membres vos antécédents, vos intérêts et vos projets. C'est en préparant votre discours et en le prononçant que vous prendrez conscience de vos forces et de vos faiblesses sur le plan de la communication. Les autres membres, qui s'en rendront compte également, pourront vous aider à cerner vos besoins.

C'est vous qui êtes le sujet principal du premier discours. Comme vous ne ferez qu'une courte causerie, en l'occurrence de 4 à 6 minutes, il vous faudra choisir, 3 ou 4 aspects de votre vie tout au plus, accompagnés d'exemples et d'anecdotes, pour permettre à l'auditoire de vous découvrir. Par exemple, votre lieu de naissance, le genre de famille dans lequel vous avez vécu, l'éducation que vous avez reçue, votre travail, vos passe-temps ou tout autre sujet vous concernant. Sachez qu'il est important de préparer vos discours d'après les objectifs du manuel Toastmasters.

Quand vos idées seront claires, il ne vous restera qu'à broder autour, tout comme vous le feriez au cours d'un repas entre amis. Soyez le plus naturel possible en faisant part de vos intérêts. Plus votre façon de parler sera personnelle, plus vous établirez un contact chaleureux avec votre public et avec vos amis, le cas échéant.

Une bonne histoire doit avoir un début et une fin; votre discours aussi. Arrangez-vous pour que votre introduction soit captivante. Trouvez ensuite une conclusion qui vous satisfasse et mémorisez-la. Quand vous aurez un bon début et une bonne fin, le corps de votre discours viendra tout seul.

Bonne préparation!

Plus d'information :

Christiane Malo, présidente du club de St-Eustache : 514-603-0406

Luc St-Amour, relation publique du club St-Eustache : 450-933-6360