

# LES ECHOS DU MONT



LE TRIMESTRIEL DE  
EVEREST TOASTMASTERS  
CLUB DE COTONOU  
| JUIL-AOUT-SEPT 2021

## INNOVER POUR RÉVÉLER DE NOUVEAUX SOMMETS



**L'ÈRE DE  
LA CONSÉCRATION**

Page 6

**JOURNÉE PORTES  
OUVERTES DU CLUB  
EVEREST**

Page 16

**CINQ CLÉS POUR  
DEVENIR UN EXCELLENT  
ORATEUR**

Page 14

## Toujours plus haut !

Fidèle à notre quête d'excellence, et conscients du fait qu'il n'y a pas d'évolution sans liberté d'essayer, nous nous proposons, à travers notre magazine les « Echos du Mont » de nous rapprocher davantage de vous, de vos besoins et de vos aspirations.



Vouloir devenir meilleur n'implique pas que nous ne sommes pas bien tels que nous sommes ! Cela suppose que nous sommes conscients de notre potentiel et sommes prêts à l'exploiter pour le révéler pleinement. Changer, se transformer, avancer, c'est en cela que réside le bonheur car pour emprunter les mots de l'auteur et coach en développement personnel Franck Nicolas :  
« **La clé du bonheur, c'est la progression.** »

Conscients de cela, nous avons opté pour des contenus plus succincts, plus colorés et encore plus pratiques. Votre magazine « Les Echos du Mont » n'a plus pour seul objectif de partager avec vous l'actualité du Club EVEREST ; il aspire à vous aider à progresser, vous améliorer, à développer vos aptitudes en communication et en leadership et à vous offrir une tribune pour le partage de votre expérience.

Vous découvrirez ainsi dans les pages suivantes, quelques innovations telles les rubriques « **Cinq clés pour devenir un excellent orateur** » et « **Parole aux membres** », à travers laquelle, les Alpinistes reviennent sur leurs meilleurs moments du trimestre passé.

Embarquez donc avec nous pour un voyage passionnant à la découverte du Club EVEREST, des brillants hommes et femmes qui en sont les membres et, pourquoi pas, de vous-même !

**Eunice SALLOU**  
Présidente Club EVEREST 2021-2022



LES ECHOS DU MONT  
PUBLICATION  
EVEREST TOASTMASTERS  
CLUB DE COTONOU

EDITORIAL  
Eunice SALLOU

RÉDACTEURS  
Eunice SALLOU  
Mylène GRIMAUD  
Lyne TOHOUENOU  
Carole ADOUKONOU ADAMMADO  
Kyle KOUKE  
Régis HOUNYONOU  
Pépin CAKPO  
Carine ADJOVI

COMITE RELECTURE  
Jock ADAMMADO, DTM  
Mylène GRIMAUD  
Carole ADOUKONOU ADAMMADO  
Abdel Akim BOURAIMA

DIRECTION ARTISTIQUE  
Régis HOUNYONOU  
Eunice SALLOU

GRAPHISME  
Régis HOUNYONOU  
EVEREST TMC

MEMBRES DU COMITÉ  
EXÉCUTIF DU CLUB  
Présidente  
Eunice SALLOU  
+229 65 00 10 24  
Vice-Président à l'Education  
Carole ADOUKONOU ADAMMADO  
+229 94 44 83 83  
Vice-Président aux Adhésions  
Kyle KOUKE  
+229 96 03 46 54  
Vice-Président aux Relations  
Publiques  
Régis HOUNYONOU  
+229 96 83 20 81  
Secrétaire  
Karidja GUEGMA OUEDRAOGO  
+229 52 29 41 61  
Trésorière  
Carine ADJOVI  
+229 96 60 52 42  
Commissaire à l'Organisation  
Florent AVAHOVIN  
+229 97 15 04 81

Jours de rencontre :  
Les 2ème & 4ème mercredis  
du mois à partir de 19H15 à l'hôtel  
AZALAI HÔTEL DE COTONOU et en  
ligne

- 2 EDITORIAL**  
Toujours plus  
Haut !  
*Par Eunice SALLOU*



- 4 MOT DE LA  
PRESIDENTE**  
*Par Eunice SALLOU*

- 6 L'ERE DE LA  
CONSECRATION**  
*Par Carine ADJOVI*

- 8 PATHWAYS  
ACCOMPLISSEMENT DES  
MEMBRES**  
*Par Carole-Alexia ADAMMADO*



- 10 AND THE WINNER IS...**  
*Par Pépin CAKPO*

- 12 FORMATION DES  
DIRIGEANTS**  
*Par Kyle KOUKE*

- 14 CINQ CLES POUR  
DEVENIR UN  
EXCELLENT ORATEUR**  
*Par Lyne TOHOUENOU*



- 16 JOURNÉE PORTES  
OUVERTES DU CLUB  
EVEREST**  
*Par Régis HOUNYONOU*

- 17 TOAST DU TRIMESTRE**  
*Par Mylène GRIMAUD*

- 18 PAROLE AUX MEMBRES**  
*Par Régis HOUNYONOU*

- 19 GALERIE PHOTO  
EVEREST**  
*Par Régis HOUNYONOU*

# Mot de la Présidente

Eunice SALLOU  
Présidente Club EVEREST 2021-2022

**Née d'une vision claire et partagée par les Alpinistes à l'instar des membres du comité Exécutif, « LA CONSÉCRATION » a pris son élan et progresse d'un bon pas en écrivant en lettres d'or les premières pages de son histoire !**



Chers Alpinistes,

A chaque mandature ses défis, chez Toastmasters International ou ailleurs. En prendre la mesure est un préalable indispensable pour marquer l'histoire.

L'équipe dirigeante de la mandature 2021-2022 en est pleinement consciente. C'est ainsi que cette mandature a été placée sous le signe de la **CONSÉCRATION**, pour pérenniser les acquis des précédentes et maintenir notre statut de Club Leader au sein de la Division B. C'est pour cette même raison que nous avons, dès le départ formulé une vision à la fois claire et ambitieuse : celle d'**INNOVER POUR RÉVÉLER DE NOUVEAUX SOMMETS !**

L'ensemble du comité exécutif, soutenu par vous, chers membres du club EVEREST et amis Toastmasters, s'emploie à rendre réelle cette vision. Pour ce faire, au cours de ce premier trimestre, nous vous avons proposé des **sessions de formation riches, au contenu innovant**. Nous vous avons célébrés, reconnu vos accomplissements de façon exceptionnelle. **Nous demeurons à l'écoute de vos besoins et vous impliquons** dans toutes les initiatives mises en œuvre à ce jour.

Depuis la session inaugurale du 14 Juillet 2021, nous travaillons avec soin à placer vos besoins et votre progression au cœur de nos priorités, en droite ligne du fil conducteur du District 94 « CARE-GROW-WIN ».

Nous sommes heureux de commencer à expérimenter, avec vous le troisième volet de cette ambition, à savoir « GAGNER ». En effet, au 30 Septembre 2021, notre Club, s'illustre comme Club Remarquable avec cinq points sur les dix du Programme du Club Distingué et décroche le Ruban Smedley pour l'accroissement de son effectif. Par ailleurs, EVEREST a organisé la **première journée portes ouvertes** en ligne de l'histoire de la Division B et accroît ainsi visibilité et impact au sein du mouvement Toastmasters.

Ces réussites sont avant tout les vôtres, chers membres! Elles sont le fruit de nos efforts collectifs et je m'en voudrais de ne pas vous en féliciter.

Chers Alpinistes, nous avons pris un excellent départ ensemble au titre de la mandature de la CONSECRATION. Restons donc focalisés sur nos objectifs afin de continuer à écrire, ensemble, de belles pages de l'histoire de notre Club !



# EVEREST

**Club EVEREST,  
Nous hisser au  
sommet de l'art  
oratoire et du  
leadership**

## L'ère de la CONSÉCRATION

**Carine ADJOVI**  
Trésorière 2021-2022

Un « premier coup de maillet » plein de chaleur humaine et de solennité, un parcours empreint d'innovations et de révélations pour annoncer la CONSÉCRATION ; ainsi s'accomplira la pensée de Quintilien :  
“ Du commencement on peut augurer la fin. ”



**“La réussite appartient à tout le monde. C'est au travail d'équipe qu'en revient le mérite.”**

Franck PICCARD.

Le 14 juillet 2020 à AZALAI hôtel de la plage de Cotonou, le club EVEREST a inscrit dans ses annales un évènement de taille : le premier coup de maillet de la nouvelle mandature, la septième de son histoire, placée sous le signe de la **CONSÉCRATION**. Au cours de ce moment fort, les membres du club EVEREST ont été soutenus et accompagnés par les membres, Présidents, Past Presidents des clubs amis, le Directeur de la Division B et son équipe.

Le Comité Exécutif avec à sa tête la **Présidente Eunice SALLOU** a été installée par la **Directrice du Secteur 21, Eléonore HOUNKPATIN**. Toastmaster engagée dotée d'un leadership remarquable, la Présidente a su combiner ses valeurs personnelles à celles du club en s'imposant le devoir de créer les conditions favorables au plein accomplissement de chaque Alpiniste.

Pour l'accompagner dans cette mission, elle s'est entourée d'une équipe dynamique : “ses GLADIATEURS” comme elle aime à les appeler. Tout comme elle-même, ils partagent la même passion et le même engagement pour le mouvement TOASTMASTERS.

En leur rang, reconnaissons :

**Carole ADOUKONOU ADAMMADO,**

Vice-présidente à l'éducation

**Kyle KOUKE,**

Vice-président aux adhésions

**Régis HOUNYONOU,**

Vice-président aux relations publiques

**Carine ADJOVI,**

Trésorière

**Karidja OUEDRAOGO GUEGMA,**

Secrétaire

**Florent AVAHOUIN,**

Commissaire à l'organisation.

La gladiatrice en chef, a gratifié le club EVEREST et les membres de son comité d'un discours inaugural motivant, dévoilant sa vision pour la mandature :

« **Innové pour révéler de nouveaux sommets** ».

Elle nous a communiqué son ambition de contribuer au développement personnel et professionnel des Alpinistes. Les objectifs, le plan de réussite et le budget du club exposés de manière convaincante ont emporté l'adhésion unanime des membres présents. Sous d'heureux auspices et dans une ambiance chaleureuse, a commencé l'ère de la **CONSÉCRATION**.



**Eunice SALLOU**

Présidente Club EVEREST 2021-2022

Je suis personnellement animée d'une immense fierté. Celle d'appartenir à cette grande famille et plus encore, celle de servir mon club à travers mon poste de Trésorière pour le compte de cette mandature. Je reste convaincue que mes collègues et moi, sous la direction de notre Présidente, accomplirons des exploits et contribuerons par notre engagement, notre détermination et notre travail à aider notre club ainsi que ses membres à atteindre les sommets du Mont.



**Carole-Alexia ADOUKONOU ADAMMADO**

VPE

Double championne du concours de discours international et de discours d'évaluation de la Division B en titre et lauréate du concours de discours international du District 94, elle s'emploiera à garantir aux Alpinistes, la réalisation de leurs objectifs.



**Kyle KOUKE**

VPA

Les chiffres qu'affichera notre compteur de nouveaux membres témoigneront de l'efficacité qui commandera les actions de l'Auditeur Financier qui a prévu de faire du maintien et de la croissance remarquable de l'effectif du club, sa raison d'officier.



**Régis F. HOUNYONOU**

VPRP

Spécialiste des Techniques bancaires de formation, c'est à lui qu'échoit la charge d'animer et de maintenir la visibilité du club. Avec engouement, il s'évertuera à relever le défi. Il est entrepreneur et Manager de Inawo Technologies Sarl.



**Karidja GUEGMA OUEDRAOGO**

Secrétaire

Diplômée de Sciences Economiques et Spécialiste en Economie de la Santé, elle est Responsable de la gestion administrative du Club. Une mission qu'elle s'engage à remplir avec passion en maintenant vive la mémoire du club. Elle est Program Management Officer à l'Organisation Mondiale de la Santé.



**Carine ADJOVI**

Trésorière

Spécialiste en Finance d'entreprise et comptable-fiscaliste au sein du Groupe Chagoury & Frères, elle s'est engagée à garantir, au-delà de la mobilisation des ressources du club, leur emploi rationnel ainsi que l'équilibre de la trésorerie.



**Florent AVAHOUIN**

CO

Animé d'une détermination singulière, il s'emploiera avec efficacité à faire tenir nos sessions dans un cadre convivial et agréable. Logisticien de formation et spécialiste des questions de sécurité, il est actuellement promoteur et Manager de Neo Sécurité Sureté et Incendie.

# PATHWAYS ACCOMPLISSEMENT DES MEMBRES

**Carole-Alexia ADOUKONOU ADAMMADO**  
Vice-Présidente à l'Éducation 2021-2022

**« Il n'est de richesse que d'hommes » affirme Jean BODIN. Assurément, le club EVEREST est riche de ses membres engagés, prêts à se ruer hors de leur zone de confort pour se révéler et perpétuer cette tradition d'excellence et d'intégrité. Levons le voile sur leurs réalisations !**

**« Apprendre c'est vouloir progresser, c'est être animé d'une passion, d'une soif intense de découverte »** dixit Jiddu Krishnamurti.

Il n'est plus un secret pour personne d'affirmer que passion et soif intense de découverte, sont comme un feu qui dévore et consume les Alpinistes. Les braises observées à l'occasion de ce premier trimestre de la mandature de la CONSÉCRATION, témoignent bien de la renaissance de certains collègues.

En effet, au cours des six sessions prévues et tenues ce trimestre, ces collègues se sont illustrés tant dans la tenue des rôles que dans l'exécution de leurs projets Pathways.

Au total vingt-deux (22) discours de tous niveaux (un à cinq) et de toutes filières, ont été prononcés dont cinq dans des clubs amis. Nous avons ainsi pu vivre avec intensité lors de la deuxième session du 28 Juillet, la révélation de quatre nouveaux orateurs talentueux, **Carine ADJOVI, Charbel MOUSSOU, Jennyfer OLAONIKPEKOUN** et **Mydas MOUSSOU**, et de deux évaluateurs non moins talentueux : **Isabelle DAVID-GNAHOUI** et **Karidja OUEDRAOGO**. Ils viennent renforcer les rangs du Club EVEREST pour de flamboyantes parades du verbe.

L'émergence de ces nouvelles pépites n'a guère émoussé l'ardeur de membres plus anciens qui ont retrouvé la piste aux étoiles dans leur meilleur appareil. Que d'originalité, d'inspiration et d'émerveillement !

Bravo à vous **Eunice SALLOU, Kyle KOUKE, Roberto WILSON, Carole-A. ADOUKONOU ADAMMADO, Régis HOUNYONOU, Mylène GRIMAUD, Léonce HOUNNOU** et **Pépin CAKPO**.

Ces mirifiques prestations ont tôt fait de hisser sur la première marche du podium de la mandature de la CONSÉCRATION **Kyle KOUKE** et **Régis HOUNYONOU, Mylène GRIMAUD** et **Eunice SALLOU**, et enfin **Léonce HOUNNOU**. Ils ont achevé respectivement le niveau 2, le niveau 3 et le niveau 4 de leurs différentes filières. Leurs noms sont désormais gravés dans la roche du Mont : grâce à eux, le Club EVEREST décroche au **28 Septembre 2021, ses trois (03) points du volet Éducation du Programme du Club Remarquable (DCP)**.

La session « spéciale concours » du 08 Septembre 2021, quant à elle, a consacré deux nouveaux champions flamboyants :

**Kyle KOUKE** dans la catégorie des Table Topics et **Uriel HOUNKPATIN** dans celle des discours humoristiques. Félicitations chers champions ! Il va sans dire que les prouesses de ce premier trimestre de la mandature de la CONSÉCRATION, sont les fruits de la volonté et de la détermination des membres à grandir et à se réinventer. Nous croyons et espérons que cette flamme saura rester vive dans le cœur de tous les Alpinistes, tant sur le plan de l'accomplissement personnel que celui de l'atteinte des objectifs du Club.



# Achèvement de niveaux Pathways des Alpinistes



**Kyle KOUKE**

pour l'achèvement du niveau 2  
du Pathways  
Filière PLANIFICATION  
INNOVANTE



**Léonce HOUNNOU**

pour l'achèvement du niveau 4  
du Pathways  
Filière PLANIFICATION  
INNOVANTE



**Mylène GRIMAUD**

pour l'achèvement du niveau 3 du  
Pathways  
Filière INFLUENCE PERSUASIVE  
(2ème Parcours)



**Eunice SALLOU**

pour l'achèvement du niveau 3  
du Pathways  
Filière COMMUNICATION  
VISIONNAIRE



**Régis HOUNYONOU**

pour l'achèvement du niveau 2  
du Pathways  
Filière DEVELOPPEMENT DU  
LEADERSHIP

## And the winner is...

Pépin CAKPO

**Albert Einstein, n'a-t-il pas déclaré que « la connaissance s'acquiert par l'expérience, tout le reste n'est que de l'information ». Dans une quête merveilleuse de la meilleure version d'eux-mêmes, cinq Alpinistes parmi les plus hardis ont fait le choix de vivre intensément les concours d'automne de discours. Une aventure palpitante qui a connu son point d'orgue le 08 septembre 2021 et sur laquelle nous revenons pour vous.**

Adhérer à une école, c'est bien. Respecter les engagements pris lors de cette adhésion, c'est encore mieux. S'inscrivant dans cette logique, cinq valeureux membres ont favorablement répondu à l'appel de leur famille, celle du club EVEREST.

En effet, il est de coutume qu'à chaque mandature de l'École Toastmasters International, les clubs organisent des concours de discours dans différentes catégories. L'objectif visé est d'offrir aux membres l'opportunité de développer en toute confiance, l'expérience enrichissante d'une prise de parole en public efficace. Cet exercice les conduit de façon indéniable à une version améliorée de leur personnalité.

La mandature de la CONSÉCRATION n'a pas fait exception à cette règle. Fidèle à sa feuille de route, la date du 08 Septembre 2021 a été retenue pour mettre en concurrence cinq candidats. Ils ont décidé dans une ambiance chaleureuse, gaie et non sans émotion, de se mettre sur la ligne de départ pour partir à l'assaut des fabuleux trophées mis en jeu pour les concours de discours humoristiques et Table Topics\*. Étaient en lice les Toastmasters **Carine ADJOVI, Karidja OUEDRAOGO, Kyle KOUKE, Uriel HOUNKPATIN et Pépin CAKPO.**

Si Kyle KOUKE et Uriel HOUNKPATIN ont décidé d'éprouver leurs limites dans les deux catégories, les autres candidats ont choisi de faire leurs armes uniquement dans celle des Table Topics\*.

Après le rappel des règles du concours par la Présidente du Concours, la Vice-Présidente à l'Éducation **Carole ADOUKONOU ADAMMADO**, les candidats au concours de discours humoristiques ont ouvert le bal. Les talentueux Toastmasters **Kyle et Uriel**, ont ainsi combiné humour et application pour émerveiller l'auditoire avec des discours intitulés respectivement « Elles le méritent » et « Mes premières fois ».

A leur suite, et suivant le protocole du concours, ont été invités sur la scène dans un ordre bien déterminé, les candidats à l'improvisation qui se sont exprimés sur le thème : « *Selon vous, quelle est la pire des choses entre échouer et n'avoir jamais tenté de réussir ?* »

Au terme de prestations plus éloquentes les unes que les autres, le palmarès se présente comme suit :

Pour le discours humoristique :

- Première place : Uriel HOUNKPATIN
- Deuxième place : Kyle KOUKE

Pour les Table Topics\* :

- Première place : Kyle KOUKE
- Deuxième place : Carine ADJOVI
- Troisième place : Uriel HOUNKPATIN

\* Discours improvisés

Dès lors, le club EVEREST tient ses dignes représentants aux concours du secteur 21 : **Uriel HOUNKPATIN et Kyle KOUKE**. A l'instar des deux champions, les candidats ont tous témoigné de leur gratitude à l'endroit du club et reconnu leur métamorphose à l'issue de cette compétition.

Chers alpinistes, les inscriptions aux prochains concours de printemps sont d'ores et déjà ouvertes...  
À vos stylos donc !



**Uriel HOUNKPATIN**  
Champion

Concours de discours humoristiques

**Carine ADJOVI**  
Vice-Championne

Concours de Table Topics

**Kyle KOUKE**  
Champion

Concours de Table Topics

**Vice-Champion**

Concours de discours humoristiques

## Formation des dirigeants de club

Kyle KOUKE

Vice-Président aux adhésions 2021-2022



### La force d'un club repose sur des officiers compétents, conscients de leurs rôles et responsabilités.

« La formation est l'essence de tout succès »  
Arnaud BOTI

La première formation des dirigeants de club de la mandature 2021/2022, s'est déroulée le 31 juillet 2021, en ligne et a connu la participation effective du club EVEREST. Le pari de l'implication active de tous les titulaires du comité exécutif a été tenu.

Cette formation a été rythmée par des échanges riches et captivants. Après les mots d'introduction du **Distingué Toastmaster Aimé HESSOU, Directeur de la Division B**, nous avons eu droit à des sessions interactives portant sur différentes thématiques dont :

- Les rôles et responsabilités des officiers de club
- Bâtir une équipe saine
- Le plan de succès des clubs

- Organiser des sessions de qualité
- Engagement et rétention des membres.

Notons que les insuffisances du passé relatives à la gestion du temps ont été quelque peu gommées avec un démarrage à l'heure de la formation.

La rencontre s'est achevée sur un rappel du mot d'ordre du Directeur de Division :

« **On est ensemble** ».

Ce fût sans aucun doute une session de formation réussie même si nous demeurons dans l'attente de la révélation du « **meilleur club formé** », distinction dont a été régulièrement honoré le club EVEREST depuis son initiation il y a deux ans.



**La capacité à bien parler en public est la compétence la plus importante que puisse avoir un leader en politique ou dans le monde des affaires.**

Aram, jr Bakshian

## Cinq clés pour devenir un excellent orateur

Lyne TOHOUENOU  
Past Président

**« On ne naît pas orateur, on le devient ! » Croyez-vous en cette affirmation très répandue dans le domaine de la prise de parole en public ? Nous, oui ! C'est pourquoi nous vous livrons ici cinq clés pour devenir le parfait orateur... en partant de (presque) zéro. Suivez le guide !**

Prendre la parole en public s'avère parfois difficile : on hésite, on stresse, on n'arrive pas à s'exprimer correctement devant d'autres personnes. Pourtant, maîtriser l'art oratoire est une faculté des plus importantes pour s'affirmer dans son travail, négocier, entretenir des relations avec ses collaborateurs ou, tout simplement, se sentir plus en confiance. Apprendre à s'exprimer en public, c'est faire connaissance avec soi-même et avoir confiance en ses propres capacités afin de les assumer face au regard des autres.

**Comment améliorer votre crédibilité pour mieux vous affirmer lors de toute prise de parole?** Adoptons ces quelques clés simples pour nous distinguer lors d'une présentation en réunion d'équipe, d'une conférence dans une assemblée ou encore lors de l'animation d'une convention.

### CLÉ 1 : PRÉPAREZ VOTRE INTERVENTION

Un bon orateur est clair, concis et organisé. Il ne se trompe pas de cible et adapte son message à son public. Il transmet à son auditoire, sa passion pour le sujet abordé. Il est détendu avec une gestuelle ouverte et efficace.

Chaque prise de parole étant unique, il est donc nécessaire que vous vous posiez un certain nombre de questions afin de bien préparer votre intervention.

- Qui sont les participants auxquels vous allez vous adresser ?
- Qu'attendent-ils de vous ?
- Quel est leur degré d'expertise par rapport au sujet traité ?
- Quels types de questions peuvent-ils poser ?
- Quels sont les motivations et les besoins des participants ?
- Quelles sont les objections probables, les résistances ? Etc...

Il vous faut ensuite organiser votre discours en suivant un plan bien défini.

### CLÉ 2 : APPORTEZ DE LA VALEUR

Une prise de parole n'est utile et efficace que si elle apporte quelque chose de nouveau à votre interlocuteur. Si votre public entend des informations qu'il connaît déjà, sans élément nouveau, il vous sera difficile de le conquérir. En effet, il est essentiel qu'à la fin de votre discours, votre auditoire éprouve le sentiment d'avoir appris ou reçu quelque chose.

Le simple fait de susciter en lui une émotion le satisfera.



### **CLÉ 3 : CAPTIVEZ VOTRE PUBLIC**

On n'a pas une seconde chance de faire une bonne impression.

En matière de prise de parole en public, vous avez souvent peu de temps pour convaincre. Il faut donc transmettre à votre auditoire des informations concordantes lui permettant d'avoir un avis tranché et si possible positif dès le début de votre intervention. Ces informations communiquées doivent être structurées en tenant le public en haleine, en jouant avec les figures de style, en utilisant des propos imagés, des anecdotes ou des histoires vécues.

### **CLÉ 4 : INTERAGISSEZ AVEC VOTRE PUBLIC**

Toute intervention devrait prévoir une phase de questions-réponses.

Il est conseillé de positionner ce temps à la fin de votre intervention plutôt qu'en plein milieu, de façon à ne pas perdre le fil de vos idées et d'éviter également un dépassement de temps. Faire l'impasse sur ce temps d'échanges pourrait être perçu comme un manque de respect pour votre auditoire, ou un manque de maîtrise de votre sujet. Cette période de questions-réponses permet au public d'approfondir le sujet, et à l'orateur que vous êtes, de vérifier que le message a bien été compris, voire de combler les éventuelles insatisfactions.

### **CLÉ 5 : MAITRISEZ VOTRE TRAC**

Gorge sèche, mains tremblantes, difficultés à s'exprimer...

Un cauchemar que connaissent bien ceux qui sont victimes du trac au moment de prendre la parole en public. Rassurez-vous : une préparation physique, mentale et intellectuelle sont autant d'astuces que vous pouvez expérimenter pour surmonter le trac qui contrairement à ce que l'on pense, peut être utilisé comme une force pour se surpasser.

Être un bon orateur nécessite des compétences multiples telles que l'organisation, la logique et une bonne préparation, mais aussi des qualités humaines. Toastmasters International vous offre l'occasion d'acquérir et de développer cette kyrielle de compétences à travers son programme éducatif PATHWAYS.

## Journée Portes Ouvertes (JPO) du club EVEREST

Régis HOUNYONOU  
Vice-Président aux Relations Publiques 2021-2022

De l'inédit sur le Mont ! La première journée portes ouvertes (JPO) du Club EVEREST a été organisée par la toastmaster **Carole ADOUKONOU ADAMMADO**, le samedi 24 Septembre 2021 en ligne et a rassemblé des participants connectés depuis les quatre coins du monde.

Elle a rassemblé :

- 580 visites sur la page Eventbrite en deux semaines
- 147 inscrits dont 78 invités et 69 toastmasters du Bénin, du Cameroun, du Togo, de la Côte d'Ivoire,

du Burkina Faso, de la Guinée, de la France, de l'Inde et d'ailleurs

- 104 participants effectifs en ligne
- une mobilisation à nulle autre pareille, des invités convertis en membres et un sentiment d'appartenance décuplé chez tous les Alpinistes.

Merci à tous les Toastmasters qui ont contribué à faire de cette première édition, une réussite. Le Club Everest désormais sur orbite !





# Toast du trimestre

Mylène GRIMAUD  
Past Président

**Aimons-nous vivants !  
Célébrons la vie !  
Un toast « hymne » à la vie.**

## BIYON

Tel un coup de tonnerre dans un ciel serein, certains événements vous extirpent sans ménagement de la torpeur de votre quotidien; certains événements vous repositionnent sur l'essentiel !

En ce début de mois d'août, j'aurais aimé tout naturellement célébrer l'accession à la souveraineté nationale de bon nombre de pays africains, le Bénin en tête. Hélas ! La vie a décidé de me détourner de cet élan patriotique ! La vie vient de me jouer un de ses mauvais tours dont elle seule a le secret : **une jeune fille de 14 ans vient de partir pour l'infini!**

Cette terrible nouvelle m'arraché le cœur ! Mon ciel s'est soudainement assombri !

Cette jeune fille de 14 ans, est l'une des meilleures amies de classe de ma fille, elle est ma fille. Elle est pleine de vie, très bien élevée. Elle est bonne élève, elle doit passer dans quelques jours son examen de fin de collège. Elle est ... la fille unique de sa mère. « Maman, que dire pour apaiser ta peine ? Que faire pour soulager ta douleur ? »

Le départ prématuré d'un enfant immanquablement nous interpelle sur la vie, sur le sens de la vie. Comment comprendre la logique absurde de cette grande faucheuse qui frappe aveuglément et nous projette vers les abîmes du désespoir ? Je l'ignore.

Je peux juste me contenter de clamer encore et encore «**carpe diem** », profitons de l'instant présent.

Cette jeune fille de 14 ans, dans l'insouciance de son adolescence, a revêtu d'intensité chaque instant de sa courte existence. Elle n'en a sans aucun doute pas eu la pleine conscience.

Contrairement à elle, nous qui avons encore ce souffle de vie, nous pouvons le faire, profiter de l'instant présent en toute conscience.

Ce drame effroyable nous l'impose avec force !

Comment parler au passé, du jour au lendemain, des êtres chers qui nous ont quittés ?

Pour y parvenir, je fais la promesse d'épouser cet enseignement plein de sagesse de mère Teresa et je nous exhorte à en faire autant. Je cite : « **La vie est une chance, saisis-la ; la vie est précieuse, prends en soin ; la vie est une tragédie, prends-la à bras le corps ; la vie est bonheur, mérite-le** ».

Cette jeune fille, nous l'appelions avec tendresse et fantaisie «**Biyon** », autrement dit BI-GNON qui signifie « **Tout est Grâce** ». Un coup de tonnerre dans notre ciel serein est survenu. Un coup de tonnerre qui nous invite à chérir encore plus la vie ! Chers amis, parce que **la vie est** à la fois **beauté et mystère**, levons nos verres : « **A LA VIE** » !



# PAROLE AUX MEMBRES

Un proverbe chinois dit, je cite :  
« En buvant l'eau du puits, n'oubliez pas ceux  
qui l'ont creusé ».

Les mandatures se sont succédées, l'une  
après l'autre, en apportant chacune une  
touche particulière à la différenciation du  
club. Celle de la Consécration, constituée de  
membres vraiment dévoués à la tâche, m'a  
particulièrement marquée par sa façon de  
célébrer les anniversaires. Elle y a apporté  
une touche indéniable qui restera à jamais  
gravée dans la roche du mont Everest. Force  
et courage à vous. Bonne continuation.

*Octave HOUNKPONOU*  
Membre depuis 2020



Le premier moment fort  
qui m'a marqué au cours de la mandature  
de la Consécration est celui de la Passation  
de charges. En particulier, après la fin de la  
session, quand les anciens présidents se sont  
regroupés derrière la nouvelle présidente et  
ont tendu la main pour lui communiquer des  
vibrations positives.. c'était un symbole fort de  
la fraternité et de la continuité dans l'excellence  
qui caractérisent ce club auquel je suis fier  
d'appartenir.

*Jordano ZANNOUBO*  
Membre depuis 2019



Pour les trois premiers mois de la  
mandature de la Consécration,  
j'ai apprécié la journée portes ouvertes  
organisée par notre club, la nouvelle  
manière de célébrer les  
anniversaires et l'attention un peu plus  
particulière que l'on porte aux invités  
en les faisant participer activement aux  
sessions.

*Isabelle DAVID GNAHOU*  
Membre depuis 2020



Une belle décoration  
de la salle lors de la session inaugurale pour  
planter le décor de la Consécration, des  
sessions de formation qui drainent du monde,  
telle une goutte de miel, la femme est toujours  
un rassembleur. Que dire de ces ouvertures de  
session bien préparées et auréolées du beau  
sourire de la présidente.

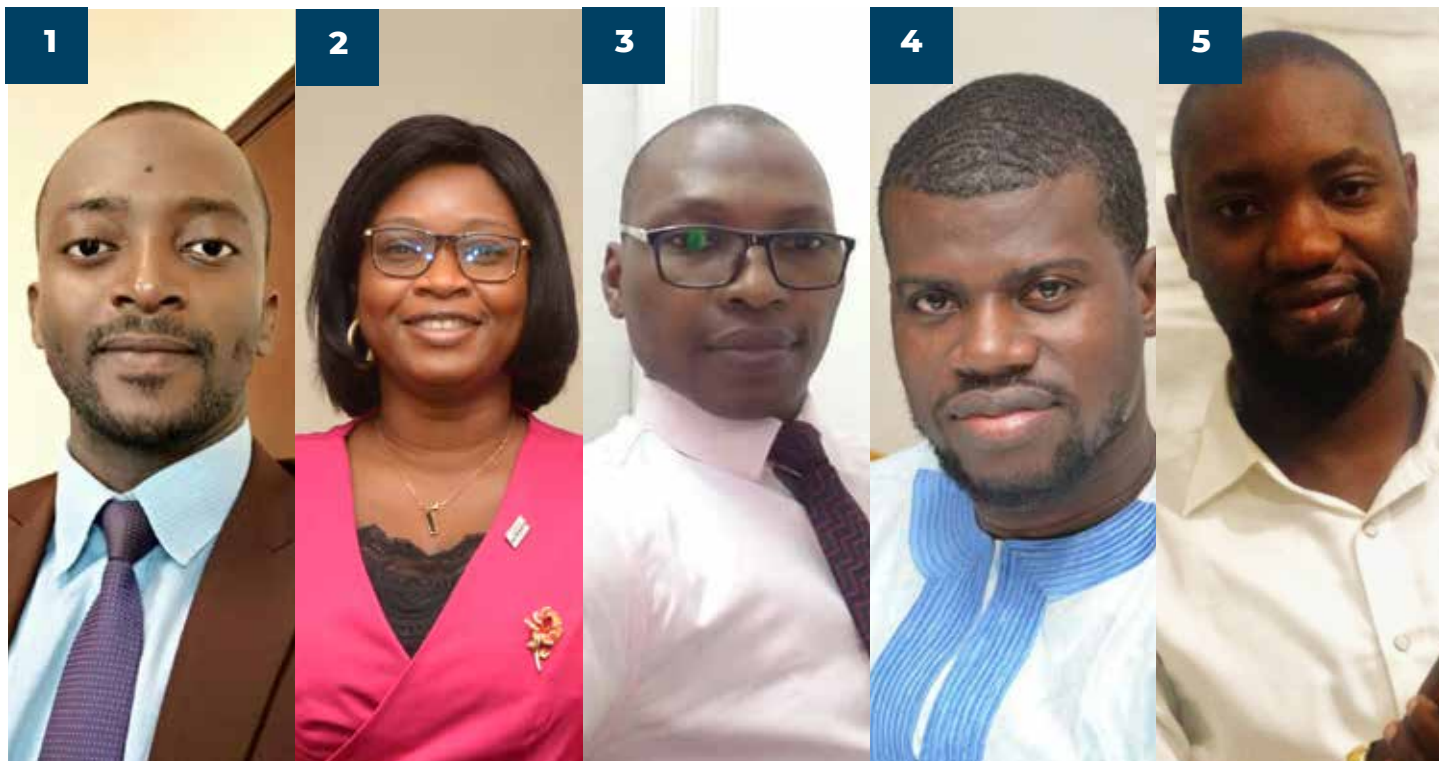
En un mot, au cours de ce 1er trimestre, j'ai pris  
du plaisir à participer en tant qu'acteur et/ou  
spectateur aux sessions de formation du club  
Everest. Bonne continuation et je réitère tous  
mes bons vœux à l'équipe en place.

*Léonce HOUNNOU*  
Membre depuis 2019



# La famille s'agrandit

Kyle KOUKE  
Vice-Président aux Adhésions



- 1 | Azim MOUSSILIOU**  
Auditeur Financier
- 2 | Ariss ZINSOU**  
Auditeur interne
- 3 | Euloge DOSSOU**  
Spécialiste Régional en contrôle de gestion et conformité
- 4 | Masmoud GATTA**  
Auditeur Financier
- 5 | Joël FIOSSI**  
Chef d'entreprise

# GALERIE PHOTOS



# GALERIE PHOTOS





# Happy BIRTHDAY

Ils étaient six Alpinistes à l'honneur au cours du trimestre :  
Florent AVAHOUI, Charbel MOUSSOU, Reine YETONGNON, Eunice SALLOU,  
Joël FIOSSI et Franck WOLLO.

Chers collègues, l'équipe de rédaction souhaite  
**QUE VOS PAS VOUS MÈNENT VERS DE RADIEUX HORIZONS,  
QUE VOUS FASSIEZ DE VOTRE VIE UN RÊVE, ET DE VOS RÊVES, UNE RÉALITÉ.**

## Rendez-vous du trimestre prochain

### Comité secrétariat

Après trois premiers mois riches en émotions, le deuxième trimestre de la mandature de la CONSÉCRATION s'annonce flamboyant ! Il sera placé sous le signe de la croissance de nos membres avec au menu des sessions de formation encore plus intéressantes, des activités extra-sessions, des masters classes aux contenus édifiants, nos premiers instants de vérité de la mandature et quelques autres surprises.

Découvrez ci-après l'agenda des sessions du trimestre 2 du club EVEREST :

**Mercredi 13 Octobre 2021 : Session Ordinaire - EN LIGNE**  
**Mercredi 27 Octobre 2021 : Session Ordinaire - EN SALLE**  
**Mercredi 10 Novembre 2021 : Session Orientation - EN LIGNE**  
**Mercredi 24 Novembre 2021 : Session Ordinaire - EN SALLE**  
**Mercredi 8 Décembre 2021 : Instants vérité - EN LIGNE**  
**Mercredi 22 Décembre 2021 : Session Spéciale NOEL - EN SALLE**

Sans oublier ces autres rendez-vous :

**Samedi 9 octobre 2021 : Concours de discours humoristiques et de Table Topics du Secteur 21**  
**Samedi 30 octobre 2021 : Concours de discours humoristiques et de Table Topics\* de la Division B**  
**Novembre 2021 : Séminaire d'Expression Orale**  
**Décembre 2021 : Activité récréative et de retrouvailles des membres**

Chers Alpinistes, amis lecteurs, ces rendez-vous sont autant d'opportunités d'apprentissage, de développement personnel mais aussi de divertissement.  
Marquons-les donc dans nos agendas !

# LES ECHOS DU MONT



DISTRICT 94 - DIVISION B - SECTEUR 21

**Club EVEREST**

Mandature CONSÉCRATION