Toastmasters International é uma organização sem fins lucrativos criada nos EUA há 99 anos, contando com **280 mil membros** em mais de **14700 clubes** em **144 países**. Os seus membros juntam-se em sessões semanais com o objetivo de **aprender a** **comunicar em público** e a **liderar**nas mais diversas situações.

As sessões têm uma duração aproximada de duas horas e são constituídas por três partes:

- **Discursos preparados** pelos membros para cumprir um certo objetivo que varia de membro para membro, seguindo um roteiro de formação por escolhido pelo próprio.

- **Discursos de improviso**, em que os membros são convidados a discursar conhecendo o tema apenas imediatamente antes de iniciar o discurso.

- **Avaliações**, em que todas as pessoas que intervieram nessa sessão receberão *feedback* de outras pessoas que estiveram especialmente atentas por exemplo à utilização de bengalas verbais e não verbais, correção gramatical e outros aspetos de melhoria.

É um equilíbrio perfeito que alia informalidade e diversão ao rigor e que tem tido resultados excelentes!

Este conceito tem tudo imenso sucesso e impacto na vida pessoal e profissional dos seus membros! Estes ganham mais capacidade de comunicação, desenvoltura em situações de aperto, envolvem-se mais na comunidade e ajudam outros membros a atingir os seus objetivos. Existem ainda diversas posições de liderança nesta organização que permite aos seus membros desenvolver capacidades de liderança a que muitas vezes não têm acesso - mas que, tendo-as, conseguem desempenhar funções de maior destaque nas empresas e instituições em que trabalham. Tudo isto num ambiente construtivo e acolhedor em que os membros se sentem bem com outras pessoas com uma mentalidade de crescimento pessoal e comunitário.

Em [cidade mais próxima] existe o [nome do clube que está a propor a sessão], e há outros clubes em [lista de outras três cidades com clubes] e outras cidades por todo o país.

É fácil tornares-te membro de um clube: basta visitá-lo e veres por ti próprio. Vai, participa, ouve os discursos, e certamente compreenderás como poderás beneficiar de pertencer a um clube. Podes até visitar mais de um clube e escolher o mais adequado em função de fatores tal como o dia da semana e hora das funções. Depois de membro, podes visitar outros clubes em qualquer lugar do mundo – serás sempre recebido de braços abertos!

Após confirmação do clube a que queres aderir há uma jóia de inscrição e um valor por semestre. Estes valores podem variar de clube para clube por isso o melhor é perguntar aos responsáveis do clube! Mas não te preocupes porque os valores nunca são muito elevados e os benefícios que vais retirar são muito superiores!