Olá!

Chamo-me Norberto Amaral  e faço parte da equipa de organização da sessão de demonstração Toastmasters que terá lugar no Fórum da Maia na próxima 3ª feira e em que te inscreveste recentemente.

Talvez tenhas algumas questões sobre o que é isto dos Toastmasters e em que consistirá esta sessão de demonstração? Se sim, estou aqui para ajudar!

[Toastmasters International](http://www.toastmasters.org/) é uma organização sem fins lucrativos criada nos EUA há 99 anos, contando com mais **280 mil membros** em mais de **14700 clubes** em **144 países**. Os seus membros reúnem-se em sessões semanais com o objetivo de **aprender a** **comunicar em público** e a **liderar**nas mais diversas situações. No Porto existem três clubes em que poderás desenvolver e treinar estas competências, num ambiente descontraído e de cooperação. Nas sessões semanais, através de breves discursos preparados, de improviso e avaliações, introduzimos incrementalmente bons hábitos que te permitirão crescer.

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

- **Discursos preparados** e realizados pelos membros para cumprir um determinado objetivo, seguindo um roteiro de formação por escolhido pelo próprio.

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

- **Avaliações**, em que todos os membros que intervieram receberão *feedback* de outros membros que estiveram especialmente atentas por exemplo à utilização de bengalas verbais e não verbais e à correção gramatical.

É um equilíbrio perfeito que alia informalidade e diversão ao rigor e que tem tido resultados excelentes! E a sessão a que vais assistir seguirá exatamente este formato para veres por ti próprio como poderás beneficiar deste conceito!

O local é [este](https://www.google.com/maps/place/F%C3%B3rum%2BDa%2BMaia/%4041.2340005%2C-8.6243437%2C18z/data%3D%214m14%211m7%213m6%211s0xd246653c3bdca4b%3A0x6bf1c30ecd79427a%212sF%C3%B3rum%2BDa%2BMaia%218m2%213d41.233823%214d-8.6229007%2116s/g/11bzx8tx8p%213m5%211s0xd246653c3bdca4b%3A0x6bf1c30ecd79427a%218m2%213d41.233823%214d-8.6229007%2116s/g/11bzx8tx8p) e há uma paragem de metro com o mesmo nome (Fórum Maia) mesmo em frente. Contamos contigo a partir das 19h00 e a sessão terá início às 19h30 em ponto – a ideia de chegarem todos mais cedo é para terem oportunidade de conviver, conhecer outros participantes e colocarem todas as questões que desejarem esclarecer!

Espero ver-te lá! E se tiveres alguma questão não hesites em me contactar respondendo a esta mensagem!

Cumprimentos,

