

*Special
Olympics*



Porte-parole des athlètes/ Messenger international

Cahier du participant

Juillet 2021



**LEADERSHIP
DE L'ATHLÈTE**

Leçon 1 :

Partager votre histoire

? Instructions

1

Lisez ce que vous devez faire pour partager votre histoire avec les autres et produire un impact.

2

Pour les activités, effectuez *l'une* des opérations suivantes :

- Imprimez-les et remplissez-les manuellement.
- Remplissez-les sur votre ordinateur et enregistrez-les.



Leçon 1 : Partager votre histoire

✓ « Bienvenue dans mon monde ! »

Comment Ben rappelle aux gens à quel point son point de vue est différent.

Nous commencerons cette leçon en regardant une vidéo de l'athlète et membre du personnel de Special Olympics, Ben Collins, à l'adresse <http://www.espn.com/video/clip?id=23916328>.

ACTIVITÉ 1

Après avoir regardé la vidéo de Ben, réfléchissons aux questions suivantes.

Pourquoi est-il important de faire connaître l'histoire de Ben à d'autres personnes ?

Quelles sont les choses qui peuvent arriver aux personnes qui voient l'histoire de Ben ?

Pourquoi votre histoire est-elle importante ?

Créer des liens entre les gens et le mouvement incitera les gens à s'intéresser à vous, à votre histoire et à Special Olympics.

Les histoires vraies que vous racontez montrent en quoi vous êtes un leader et pourquoi votre expérience est importante.

Rappelez-vous : Vous n'avez pas besoin d'être un grand orateur pour partager votre histoire. Nous partageons principalement nos histoires dans des discours, mais il existe de nombreuses autres façons de faire connaître votre histoire et nous examinerons toutes ces options dans ce cours.

ACTIVITÉ 2

Avant de commencer à construire votre histoire, il est important de vous habituer à réfléchir à vous-même et à votre vie. Pour faciliter ce processus, réfléchissez à vos réponses aux questions ci-dessous.

De quelle manière vous êtes-vous conduit en leader sur le terrain ou en dehors ?

Parlez-nous de vos moments les plus glorieux ou les plus mémorables. Qu'avez-vous ressenti à cette occasion ?

Comment votre histoire révèle-t-elle vos talents ou compétences ?

Quel est votre but en tant qu'athlète leader ?

Pouvez-vous citer une chose que vous souhaitez que chacun connaisse à votre sujet ?

Maintenant que vous allez commencer à **Construire votre histoire**, voici quelques éléments importants que vous devez prendre en compte.

Pendant que nous discuterons de chacun de ces points, pensez à vous et commencez à faire des choix sur le type d'histoire que vous souhaitez partager. Certaines de vos histoires peuvent être trop personnelles pour être partagées. Ne vous sentez **jamais** obligé de raconter une partie de votre vie si vous ne le voulez pas. Il s'agit de **votre** histoire et les autres n'ont aucun droit de tout savoir de vous si vous ne le voulez pas.

Qu'est-ce qui est au cœur de votre histoire ? *Par exemple :*

- *Votre parcours en tant qu'athlète de compétition.*
- *Votre rôle de leadership en tant qu'athlète leader.*
- *Votre travail et votre vie indépendante actuelle.*
- *Votre vie et les obstacles que vous avez rencontrés.*

Décrivez l'avant et l'après. Par exemple, qu'est-ce qui a changé ? À quoi ressemblait votre vie avant de rejoindre Special Olympics ? En quoi les choses ont-elles changé ensuite ?

Par exemple : une évolution de votre état de santé, de votre confiance, de vos compétences, de nouvelles amitiés, des sentiments d'acceptation et de réussite.

Incluez tous les détails propres à votre témoignage. Y a-t-il des coïncidences ou des moments choquants ou surprenants qui ressortent de votre histoire ?

Par exemple :

- *Avez-vous reçu des lunettes pour la première fois lors d'une intervention de Healthy Athletes ?*
- *Avez-vous essayé un nouveau sport pour la première fois et réalisé que vous êtes vraiment doué dans ce sport ?*

Voici quelques questions qui pourraient vous aider à commencer à construire votre histoire :

- Quand vous êtes-vous impliqué dans Special Olympics et pourquoi ?
- Quels sont vos sports préférés et pourquoi ?
- En quoi votre vie est-elle différente depuis que vous avez démarré au sein de Special Olympics ?
- Que signifie Special Olympics pour vous ? En quoi cela vous a-t-il changé ?
- De quoi êtes-vous le plus fier ?
- Comment les personnes ayant une déficience intellectuelle sont-elles traitées dans votre pays ? En quoi est-ce un problème pour vous ?
- Comment le mouvement Special Olympics a-t-il amélioré les comportements ou permis de créer l'unité ou une communauté dans votre pays ?

Espace supplémentaire pour écrire votre histoire :

ACTIVITÉ 3

Regardons l'histoire de [Kester Edwards](https://youtu.be/LQ3nhM3GBCE), athlète et membre du personnel de Special Olympics : <https://youtu.be/LQ3nhM3GBCE>

Après avoir regardé la vidéo, réfléchissez aux questions suivantes sur l'histoire de Kester :

Qu'est-ce qui était au cœur de l'histoire ?

Décrivez *l'avant* et *l'après*. Par exemple, qu'est-ce qui a changé ?

Quels sont les détails particuliers de ce témoignage ?

Comment Kester se sent-il lorsqu'il est en eau libre ?

Qu'est-ce qui fait du témoignage de Kester une bonne histoire ?

Où partager votre histoire ?



réseaux sociaux et blogs

Par exemple : Instagram, Facebook, Tik Tok, Twitter



Interviews à la radio/à la télévision et dans les journaux



Réunions de partenaires ou de donateurs

Racontez votre histoire dans les réseaux sociaux

- **Les réseaux sociaux offrent à chacun un espace où raconter son histoire instantanément :** Vous n'avez pas besoin que quelqu'un d'autre écrive votre histoire ou la raconte à votre place. Vous avez le contrôle.
- **Partagez ce que vous voulez :** Réfléchissez à ce que vous voudriez voir sur vos amis et à ce qu'ils devraient savoir sur vous.
- **Soyez franc, honnête, ouvert aux questions et aux points de vue différents :** Tant que ces points de vue différents ne vous nuisent pas ou ne nuisent pas à d'autres
- **Utilisez des HASHTAGS # :** Ils rassemblent les messages similaires et ajoutent ce que vous dites à la discussion à l'échelle mondiale. Special Olympics et d'autres groupes de défense des personnes handicapées utilisent souvent leurs propres hashtags pour regrouper certaines histoires. *Par exemple : #InclusionRevolution, #NothingForUsWithoutUs, #DisabilityTwitter, etc.*

Pour plus d'informations sur l'utilisation des réseaux sociaux (objectif, sécurité, confidentialité et conseils généraux), reportez-vous à ce [Guide des réseaux sociaux](https://www.dropbox.com/s/w7sr5m5v7okzfmj/Social%20Media%20Guide.docx?dl=0).

<https://www.dropbox.com/s/w7sr5m5v7okzfmj/Social%20Media%20Guide.docx?dl=0>

Leçon 2 :

Rédiger un discours

Leçon 2 :

Rédiger un discours



Un **discours** est l'expression d'idées et de réflexions par la communication (en utilisant votre voix, la langue des signes ou des dispositifs de communication augmentée et alternative [CAA]).

Il existe différents types de discours. Selon le but ou l'objectif du discours, il peut :



INFORMER



CONVAINCRE



DISTRAIRE



INFORMER

Le but est d'informer et de sensibiliser.



CONVAINCRE

Le but est de faire ressentir, réfléchir et agir chaque participant.



DISTRAIRE

Le but est de capter l'attention de chaque personne avec un message amusant. ressentir, réfléchir et agir.

ACTIVITÉ 1

Regardons cette [vidéo](#) de Loretta Claiborne, directrice de l'inspiration de Special Olympics, et réfléchissons au type de discours qu'elle a prononcé. **Après la vidéo, vous verrez s'afficher une question de sondage. Sélectionnez la réponse que vous pensez être correcte.**

Lien vidéo : <https://www.youtube.com/watch?v=-SyTJRtCkc>

Objectif d'un discours

Lorsque vous rédigez un discours, vous devez vous poser les questions suivantes :



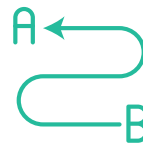
À qui vous adressez-vous ?



Que souhaitez-vous qu'ils SACHENT ?



Comment souhaitez-vous qu'ils SE SENTENT ?



Que souhaitez-vous qu'ils FASSENT ?

Notes

ACTIVITÉ 2

Regardons cette [vidéo](#) de la fondatrice de Special Olympics, Eunice Kennedy Shriver. Après la vidéo, nous allons essayer de comprendre l'objectif de son discours en répondant aux 4 questions ci-dessous. Nous allons voir les questions les unes après les autres, et vous pouvez mettre vos réponses dans la boîte de discussion ou les donner à haute voix.

Lien vidéo : <https://www.youtube.com/watch?v=ucnJXF09OkY>

1 À qui Eunice Kennedy Shriver s'adressait-elle ?

2 Que souhaitait-elle qu'ils SACHENT ?

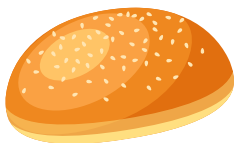
3 Comment souhaitait-elle qu'ils SE SENTENT ?

4 Que souhaitait-elle qu'ils FASSENT ?

Parlons maintenant de **Construire un discours.**

UN DISCOURS EST COMME UN SANDWICH.

- La déclaration préliminaire et la déclaration finale sont comme les tranches de pain, parce qu'elles servent à s'assurer que tout se tient
- Le corps du discours est comme la viande et toutes les garnitures du sandwich : cela représente les points principaux de votre discours = viande et fromage, le meilleur



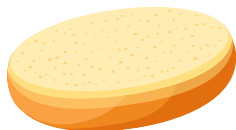
INTRODUCTION

- Saluez votre public.
- Donnez-leur votre nom.
- Indiquez l'objectif du discours. Dans quel but êtes-vous là ?



CORPS

- Point principal. Montrez au public que vous connaissez votre sujet.
- Partagez des exemples ou des histoires qui captent leur attention. Partagez vos expériences personnelles avec vos propres mots.
- Amenez-les à s'intéresser à votre discours.



CONCLUSION

- Chaque discours a besoin de ce qu'on appelle un « appel à l'action ». C'est ce que vous voulez que le public fasse après avoir entendu votre discours (faire un don, devenir bénévole, etc.). Dites précisément sur ce que vous voulez qu'ils fassent.
- Répétez brièvement le thème ou l'objectif de votre discours et ses principaux points. Cela s'appelle récapituler.
- Remerciez tout le monde.

ACTIVITÉ 2

Nous voulons que vous vous entraîniez à rédiger votre premier discours. Nous voulons que vous preniez le temps de le faire après cette séance de formation. Une fois cette séance terminée, travaillez à la rédaction de votre discours et faites en sorte qu'il soit prêt pour notre prochaine séance où nous apprendrons à prononcer un discours. Vous pouvez demander à un mentor, à un ami ou à un membre de leur famille de vous aider à corriger votre discours.

Réfléchissez aux informations suivantes en commençant à rédiger votre discours :

✓ Quel est l'objectif de votre discours ?



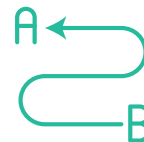
À qui vous adressez-vous ?



Que souhaitez-vous qu'ils **SACHENT** ?







Comment souhaitez-vous qu'ils **SE SENTENT** ?







Que souhaitez-vous qu'ils **FASSENT** ?

Il est important de connaître les réponses à ces questions. Passons à la pratique.

Regardez l'exemple ci-dessous et servez-vous-en pour rédiger votre propre discours en utilisant le plan.

Type de discours :	Convaincant
Objectif :	
 À qui vous adressez-vous ?	Familles de personnes avec une déficience intellectuelle
 Que souhaitez-vous qu'ils SACHENT ?	Au sein de Special Olympics, nous les accueillons, elles et leur membre qui est atteint d'une déficience intellectuelle.
 Comment souhaitez-vous qu'ils SE SENTENT ?	Nous souhaitons qu'elles se sentent les bienvenues.
 Que souhaitez-vous qu'ils FASSENT ?	Rejoindre Special Olympics

Voici un tableau vierge que vous pouvez utiliser lors de la préparation de votre discours.

Type de discours :	
Objectif :	
 À qui vous adressez-vous ?	
 Que souhaitez-vous qu'ils SACHENT ?	
 Comment souhaitez-vous qu'ils SE SENTENT ?	
 Que souhaitez-vous qu'ils FASSENT ?	



INTRODUCTION

Saluez votre public, dites-lui votre nom et indiquez l'objectif du discours



CORPS

Point principal, utilisez des preuves, partagez des exemples et dites-leur ce que vous voulez qu'ils fassent

CORPS (suite)



CONCLUSION

Récapitulatif, demandez-leur de faire une action précise et remerciez-les

Leçon 3 :

Prononcer un discours

Leçon 3 :

Prononcer un discours

Dans la dernière leçon, vous avez appris à rédiger un discours. À la fin, vous vous êtes entraîné à rédiger votre propre discours. Dans cette leçon, vous apprendrez à le prononcer. Pour cette leçon, vous aurez besoin de votre discours de la leçon 1. Ce n'est pas grave s'il n'est pas fini et que vous n'avez qu'une ébauche.

✓ Avant de prononcer un discours

1 Révisez votre discours une dernière fois

Relisez le discours à haute voix. Demandez de l'aide à un mentor pour réfléchir à ce qui est bien dans votre discours et à ce qui y manque encore. Apportez des modifications pour l'améliorer. Voici une liste de contrôle que vous pouvez utiliser lorsque vous révisez votre discours.



● INTRODUCTION

- Avez-vous une déclaration préliminaire et est-ce qu'elle captera l'attention du public ?
- Dites-vous pourquoi vous leur parlez ?
- Vous présentez-vous ?



● CORPS

- Les principaux thèmes sont-ils clairs ?
- Avez-vous utilisé des exemples ou des informations, ou avez-vous dit au public pourquoi c'est vous qui leur parlez de ce sujet ?
- Y a-t-il un appel à l'action ?



● CONCLUSION

- Avez-vous récapitulé vos principaux points ?
- Avez-vous dit aux gens comment s'impliquer ?
- Avez-vous remercié le public de vous avoir donné de son temps ?
- Avez-vous demandé au public s'il avait des questions ?

2 Répétez votre discours.

Par exemple : demandez à un mentor, à un ami ou à un membre de votre famille de vous écouter et de vous donner son avis.

3 Pensez à des supports visuels qui pourraient vous aider à transmettre votre message plus efficacement.

Par exemple : une présentation PowerPoint, des photos, des vidéos, vos médailles Special Olympics, etc.

4 Pensez au type de matériel ou d'équipement dont vous avez besoin.

Par exemple : microphone, haut-parleurs, ordinateur, pensez au type et à la taille du lieu dans lequel vous prononcerez votre discours.

5 Emportez une copie du discours avec vous.

Par exemple, vous pouvez l'avoir sur une feuille de papier, une tablette, un téléphone, etc. Prenez également une copie de sauvegarde : la technologie pourrait ne pas fonctionner ou vous pourriez égarer la première copie papier. Soyez toujours prêt !



ACTIVITÉ 1

Demandez à tous les participants de réfléchir au discours qu'ils ont créé. Ont-ils une bonne introduction, un corps et des remarques de conclusion ? Demandez à un ou deux participants de partager l'ébauche du discours qu'ils ont écrit avec le groupe. Donnez vos propres appréciations et suggestions. Posez-vous ces questions sur leur discours :

Avez-vous pu identifier les 3 parties de leur discours ?

Qu'est-ce qui l'a rendu efficace ?

Changeriez-vous ou ajouteriez-vous quelque chose au discours ?

Prononcer le discours

✓ Ce qu'il faut retenir :



Soyez confiant



Insistez sur certains mots



Surveillez votre langage corporel



Restez calme



Soyez confiant

Exercez-vous à lire votre discours plusieurs fois. Essayez de vous enregistrer afin de pouvoir voir et entendre si vous faites quelque chose que vous n'êtes pas censé faire.

Ne vous sentez pas obligé de mémoriser votre discours. Vous avez le droit de le lire sur un bout de papier ou un appareil. N'oubliez pas en revanche de lever les yeux toutes les deux secondes et d'établir un contact visuel avec le public.

Identifiez le public de l'intervention et habillez-vous comme la majorité du public. S'il s'agit d'un événement formel, portez une chemise et une cravate. Si cela se passe lors d'une compétition, portez une chemise Special Olympics. Il est recommandé de toujours demander à la personne responsable de l'événement, qui vous sert d'interlocutrice, quelle est la tenue vestimentaire afin de ne pas arriver en étant trop habillé ou pas assez.

ACTIVITÉ 2

Partie 1 :

Divisez les participants en petits groupes de 3. **Chacun des 3 participants doit improviser un discours d'une minute.**

Ils doivent choisir l'un des trois sujets suivants :

- 1** Racontez l'effet que cela ferait de piloter un avion.
- 2** Racontez l'effet que cela ferait de vivre dans l'espace.
- 3** Racontez l'effet que cela ferait d'être un lion.

Partie 2 :

Dans les mêmes groupes de 3, improvisez un autre discours d'une minute, avec chaque personne qui choisit l'un de ces sujets :

- 1** Parlez d'un rituel personnel ou d'une tradition familiale.
- 2** Parlez d'un de vos passe-temps, de quelque chose que vous aimez faire.
- 3** Parlez de vos vacances préférées.

Après avoir prononcé votre discours et écouté les autres, posez-vous les questions suivantes :

Avez-vous remarqué des différences entre les discours ?

Qu'avez-vous ressenti en prononçant le premier discours ? Comparez cela avec ce que vous avez ressenti en prononçant le second discours.

L'un était-il plus facile ou plus difficile que l'autre ? Pourquoi, à votre avis ?

!!! Insistez sur certains mots

Votre voix est un instrument puissant. Vous pouvez faire des pauses entre les phrases. Ne parlez pas trop lentement ou trop vite, et utilisez votre voix pour insister sur certains mots.

ACTIVITÉ 3

L'animateur dira chaque phrase ci-dessous en insistant sur les mots mis en évidence.

- 1 **Je** suis né à/en _____ (votre lieu de naissance)
- 2 Je **suis** né à/en _____ (votre lieu de naissance)
- 3 Je suis **né** à/en _____ (votre lieu de naissance)
- 4 Je suis né **à/en** _____ (votre lieu de naissance)
- 5 Je suis né à/en _____ (**votre lieu de naissance**)

Quelle intonation trouvez-vous la plus efficace ? Pourquoi ?

Retournez sur votre discours et soulignez les mots sur lesquels vous voulez insister.

Lorsque vous le faites occasionnellement (seulement quelques fois), il peut être très efficace d'insister sur certains mots, pour faire comprendre au public ce qui est le plus important dans votre discours.



Langage corporel

Utiliser les mouvements de votre corps peut être très efficace pour souligner l'importance de vos paroles et les rendre plus claires. C'est également l'outil de plus efficace pour convaincre un public de votre sincérité et de votre enthousiasme.

Expressions du visage

Votre visage exprime vos émotions au public. Avec votre voix et vos gestes, il indique aux autres si vous êtes sérieux ou drôle, heureux ou triste. Si vous racontez une belle histoire, mais que vous avez l'air inquiet ou triste, le public sera dérouté. Les expressions de votre visage doivent correspondre à vos paroles et à vos émotions.

Contact visuel

Votre regard doit être fixe et ne pas bouger rapidement d'un côté à l'autre ou de haut en bas. Un bon conseil : fixez du regard une personne dans le public jusqu'à ce que vous ayez fini de réfléchir. Ensuite, trouvez une personne à gauche, regardez-la et commencez votre déclaration. Puis, regardez une personne au centre et poursuivez votre déclaration. Enfin, regardez une personne à droite et enchaînez. Faites comme si vous ne parliez qu'à cette personne. Répétez ce procédé jusqu'à la fin de votre discours. Le contact visuel est beaucoup plus facile lorsque vous connaissez très bien votre discours. Vous n'avez pas besoin de le mémoriser en entier, mais il est utile d'en mémoriser certaines parties ou quelques phrases.

Petits mouvements

Certains mouvements corporels spécifiques expriment une pensée ou une émotion. Ils peuvent être faits avec la tête ou les épaules, mais la plupart sont faits avec les mains et les bras. Par exemple : lever les yeux au ciel, pointer du doigt, hausser les épaules, etc. Il est normal de faire de petits mouvements avec votre corps pendant votre discours, mais bouger trop peut être perturbant pour le public.

Mouvements de tout le corps

Votre posture et vos mouvements indiquent à tout le monde si vous êtes attentif, intéressé, engagé envers le public et confiant. Si vous pouvez vous tenir debout lors de votre discours, veillez à vous tenir aussi droit que possible. Soyez bien posé sur vos appuis, les pieds écartés. Si vous êtes assis pour le discours, parce que vous utilisez un fauteuil roulant, vous pouvez quand même veiller à vous tenir aussi droit que possible. Détendez vos épaules, gardez la poitrine bien droite et rentrez le ventre. Tout comme pour les petits mouvements, ayez conscience des mouvements de votre corps pendant votre discours. Il est facile de bouger beaucoup pendant un discours et de ne pas s'en rendre compte. Pour vous exercer, filmez-vous lors d'un discours et prêtez attention aux mouvements de votre corps.



Restez calme

Pendant votre mandat de porte-parole, si vous intervenez suffisamment souvent, certaines choses vont mal se passer. Vous oublierez votre discours à la maison. Vous oublierez où vous en êtes dans votre discours et ce que vous étiez en train de dire. Vous viendrez à un événement en étant trop habillé ou pas assez.

Lorsque les choses tournent mal, tout ce que vous pouvez contrôler est votre réaction. Peu importe si c'était de votre faute ou celle d'un autre si quelque chose s'est mal passé. Vous ne pouvez pas changer le passé, donc inutile d'être trop contrarié par ça. Vous avez le droit d'être en colère ou triste pendant quelques instants, mais vous devez vous reprendre rapidement, parce que les gens continuent à compter sur vous.

Ne capitulez pas devant la situation.

Continuez à parler et restez concentré.

Le spectacle doit continuer.

Gardez votre sens de l'humour.

Respirez profondément.

Vous pouvez y arriver !

CONSEIL DE PRO !

Que s'est-il passé ?

Vous vous êtes trompé de mot ou vous avez oublié une phrase pendant le discours ?

Que pouvez-vous faire ?

Vous pouvez toujours vous interrompre et recommencer avec le bon mot ou la phrase !

Après le discours

- ✓ Écoutez les commentaires de votre mentor/coach.
- ✓ Écoutez ce que disent les membres du public.
- ✓ Prenez des notes sur les changements nécessaires afin de pouvoir vous améliorer pour les prochains discours. Il est important de comprendre que votre discours évoluera constamment et s'améliorera

Leçon 4 :

Formation aux médias

Leçon 4 :

Formation aux médias

- ✓ **Les médias** sont les moyens qu'utilisent les personnes pour donner et recevoir des informations. Celles-ci sont diffusées via une grande variété de médias ou de moyens.

ACTIVITÉ 1

Quels sont les médias ?

(cochez toutes les réponses applicables)

Télévision
Chaînes nationales, locales et câblées (TF1, FR3, Canal Plus)

Radio

Journaux

Magazines

Internet
Blogs, réseaux sociaux (Facebook, Instagram, Twitter), commentaires, podcasts

ACTIVITÉ 2

Quel média utilisez-vous le plus pour recevoir les informations ?

Vous ne pouvez sélectionner que deux options.

Télévision
Chaînes nationales, locales et câblées (TF1, FR3, Canal Plus)

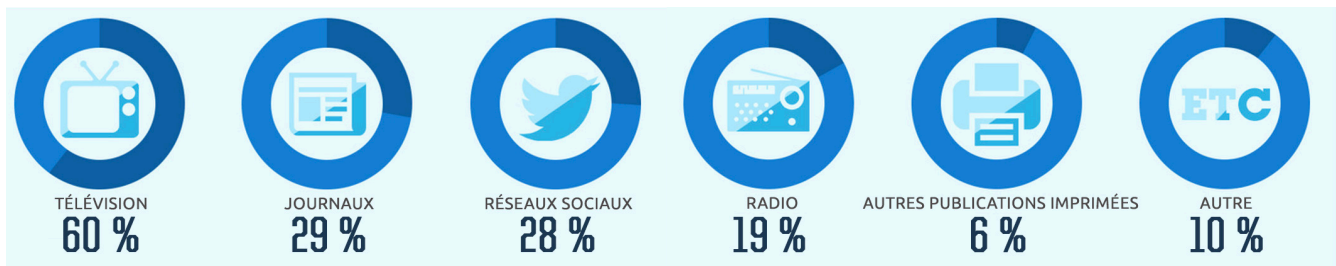
Radio

Journaux

Magazines

Internet
Blogs, réseaux sociaux (Facebook, Instagram, Twitter), commentaires, podcasts

Maintenant que nous savons d'où proviennent la plupart de vos informations, quelles sont les sources d'informations de la plupart des gens ?



Notre façon d'utiliser les médias a changé au fil des ans. Les informations se propagent désormais plus rapidement que jamais grâce aux réseaux sociaux. À présent, voyons la raison pour laquelle Special Olympics doit être présent dans les médias.

ACTIVITÉ 3

Special Olympics entretient une relation étroite et suivie avec les médias depuis la fondation officielle de Special Olympics en 1968. Ils couvrent nos événements, interviewent nos athlètes et nos responsables de programme, et aident à faire connaître la mission et le travail de Special Olympics dans le monde entier.

Regardons une [vidéo](https://www.youtube.com/watch?v=9wn6pl-vW0s) de la façon dont les médias ont couvert l'aventure de l'équipe des États-Unis pendant les Jeux mondiaux à Abu Dhabi. Lien vidéo :

<https://www.youtube.com/watch?v=9wn6pl-vW0s>

Après avoir regardé la vidéo, répondez aux questions suivantes.

De quelles manières les médias aident-ils Special Olympics ?

Pourquoi les médias sont-ils importants pour Special Olympics ?

Les médias ont tous les effets suivants :

- Ils renforcent la crédibilité.
- Ils ont une forte influence sur les attitudes et les comportements de la société
- Ils sensibilisent à notre organisation et informent les autres sur notre mission.
- Ils aident à lever des fonds.
- Ils permettent de recruter de nouveaux bénévoles, entraîneurs et soutiens.

Les athlètes connaissent mieux Special Olympics que le personnel, les parents, les bénévoles et les entraîneurs. C'est pourquoi vous devez tous être aux avant-postes de nos efforts d'implication médiatique. Dans la plupart des cas, les Messagers internationaux sont les premiers athlètes leaders vers lesquels nous nous tournons parce que vous avez reçu une formation sur la façon de témoigner.

Selon l'histoire que les médias veulent raconter, les athlètes peuvent être mis en valeur dans les médias soit individuellement, soit avec d'autres athlètes, le personnel de Special Olympics, des membres de la famille ou des entraîneurs.

Les interviews que donnent les athlètes sont l'un des exemples courants d'intervention dans les médias. Parlons donc des interviews.

Interviews

✓ **Les interviews** peuvent se faire de différentes façons :

Émission en direct ou enregistrée (TV ou radio)	Interview par téléphone	En studio ou émission-débat
Sur place (intervieweur et athlète au même endroit)	Interview « à distance » (intervieweur et athlète dans des endroits différents)	Chat vidéo par Internet (Twitter, Facebook, Skype)

✓ Voici quelques conseils pour vos **interviews** :

- Soyez vous-même.
- Si l'intervieweur est d'accord, demandez une liste des questions avant l'interview. Cela vous donnera le temps de vous préparer et de réfléchir à vos réponses.
- Si vous ne comprenez pas une question, demandez à l'intervieweur de la répéter. Cela vous donnera plus de temps pour préparer votre réponse.
- Préparez-vous : assurez-vous de connaître les éléments.
- Si vous ne connaissez pas la réponse à une question, dites-le simplement. N'inventez pas quelque chose. Ce n'est pas grave si vous ne savez pas quelque chose. Après l'interview, essayez de trouver la réponse auprès d'un membre du personnel ou de votre famille et donnez l'information à l'intervieweur.
- Essayez de porter un logo Special Olympics (chemise, badge ou médaille).
- Soyez positif et dynamique.
- Vous pouvez faire des gestes et bouger si cela vous met à l'aise. Ne verrouillez pas vos genoux ; pliez légèrement les jambes lors d'une interview. Ne vous crispez pas. Essayez de vous détendre et d'en tirer du plaisir !
- Rappelez-vous que vous jouez un rôle important dans Special Olympics.
- Souriez !

Si vous savez que vous allez être interviewé, passez en revue ces conseils et demandez à quelqu'un de vous aider à vous exercer. Comme dans un discours, dans une interview, il est important que vous soyez confiant quand vous témoignez.

Maintenant, si vous voulez figurer dans les médias, voici des choses que vous pouvez faire :

- Partagez des photos avec vos médias locaux et rédigez une idée de sujet qu'ils pourraient diffuser.
- Publiez des photos et votre travail sur les réseaux sociaux et taguez les médias d'information.
- Informez votre programme Special Olympics lorsque vous avez une actualité pour qu'ils vous aident à passer dans les médias.

Remplissez le [Formulaire d'évaluation de la formation](https://specialolympics.qualtrics.com/jfe/form/SV_5cZHOzU0qemAkDP) :

https://specialolympics.qualtrics.com/jfe/form/SV_5cZHOzU0qemAkDP

