Programmation Défi 100 jours Amérique du Nord – Europe

Automne 2023 **Du 8 septembre au 16 décembre**

Activités	Objectifs	Dates et heures Heure de l'est : HE Heure d'Europe centrale : HEC
Période de prélancement Carte d'introduction	• Autoévaluer ses comportements et sa posture mentale • Réfléchir à son ambition professionnelle afin de se fixer un défi	**Du 8 au 14 septembre**
Lancement officiel	• Comprendre les objectifs et le déroulement du programme • Préciser son défi et apprendre à le socialiser	**Jeudi 14 septembre** De 11 h à 12 h HE De 17 h à 18 h HEC
Atelier 1 Boostez votre confiance	• Affiner sa connaissance de soi • Comprendre les bénéfices professionnels de sortir de sa zone de confort • Développer sa posture mentale de croissance pour sortir de sa zone de confort	**Jeudi 28 septembre** De 9 h à 11 h 15 HE De 15 h à 17 h 15 HEC
Webconférence 1 Question de confiance	• Entretien avec une leader sur les éléments essentiels pour développer et renforcer sa confiance tout au long de sa carrière. Période de questions en direct	**Mercredi 11 octobre** De 10 h à 11 h HE De 16 h à 17 h HEC
Atelier 2 Prenez des risques stratégiques	• Apprivoiser la pratique régulière d'une prise de risque pour propulser son ambition • Développer les meilleures pratiques de la négociation pour son organisation et pour soi	**Jeudi 26 octobre** De 9 h à 11 h 15 HE De 15 h à 17 h 15 HEC
Webconférence 2 Question d'influence	• Entretien avec une leader sur les éléments essentiels pour développer son influence et son réseau interne. Période de questions en direct	**Mercredi 15 novembre** De 10 h à 11 h HE De 16 h à 17 h HEC
Atelier 3 Déployez votre influence	• Raffiner sa communication pour plus d'impact • Apprendre et mettre en pratique des techniques de réseautage • Développer plus qu'un réseau : sa communauté	**Jeudi 30 novembre** De 9 h à 11 h 15 HE De 15 h à 17 h 15 HEC
Retour sur les 100 jours Dernières cartes	• Consolider ses acquis • Apprendre à célébrer ses succès • Exploiter l'élan des 100 jours pour continuer à se développer et atteindre ses objectifs au-delà du Défi	**Du 1er au 16 décembre**

Rencontres de triade

Objectifs

- Approfondir les apprentissages du programme avec ses collègues de triade
- Encourager la collaboration et le dépassement de soi grâce à un réseau de participantes

1	2	3	4	5 (facultative)
Entre le 14 et le 24 septembre	**Entre le 29 septembre et le 10 octobre**	**Entre le 20 et le 30 octobre**	**Entre le 10 et le 19 novembre**	**Entre le 22 novembre et le 17 décembre**

Tous les événements sont virtuels.

Notes :
Dates et heures sous réserve de modification.
Les événements sont diffusés en direct. Ils sont aussi enregistrés et disponibles dans un délai de 48 heures à partir de la plateforme L'effet A.

L'effet A