



L'effet ^A

Contribue depuis 2015 au plein essor des femmes ambitieuses en entreprise grâce à des programmes uniques qui allient inspiration et action.

100 jours pour développer votre plein potentiel!

- ✓ Vous êtes ambitieuse mais vous n'avez pas le sentiment d'être reconnue à votre juste valeur?
- ✓ Votre situation professionnelle n'évolue pas aussi vite que vous le souhaitez?
- ✓ Vous voulez passer au niveau supérieur mais ne savez pas comment?
- ✓ Vous avez des idées pour votre organisation mais elles ne sont pas toujours entendues?
- ✓ Vous souhaitez gagner en confiance dans votre rôle actuel?

Des programmes pour accélérer votre développement professionnel

COMMUNIQUER SON AMBITION

Défi 100 jours

Ambition Challenge (en anglais)

Assumez votre ambition, communiquez-la et propulsez votre carrière.

Vous avez au moins 5 ans d'expérience sur le marché du travail (cadre ou non)?

- ✓ renforcez votre confiance;
- ✓ apprivoisez la prise de risque;
- ✓ exercez votre influence.

TRANSFORMER SA POSTURE STRATÉGIQUE

Défi Leadership

Leadership Challenge (en anglais)

Transformez votre posture stratégique pour contribuer aux enjeux de votre organisation.

Vous avez au moins 5 ans d'expérience en tant que leader ?

- ✓ dirigez avec assurance grâce à une meilleure confiance;
- ✓ communiquez de façon authentique et impactante;
- ✓ enrichissez votre réseau et bonifiez votre vision stratégique.

Les impacts de nos programmes

89 %

des diplômées du Défi 100 jours ont davantage confiance en elles.

82 %

des diplômés du Défi 100 jours ont reçu une ou une promotion ou de nouvelles responsabilités dans l'année suivant leur programme.

74 %

des équipes des diplômées du Défi Leadership sont plus mobilisées et engagées.

87 %

des diplômées du Défi Leadership souhaitent contribuer activement au futur de leur organisation.

En 100 jours, transformez vos comportements de façon durable

Les programmes de développement professionnel de L'effet A reposent sur une méthodologie conçue avec des experts en transformation comportementale.

Leaders inspirant.es

Inspirez-vous et projetez-vous grâce à des modèles variés de leaders.

Introspection et action

Adoptez de nouvelles pratiques d'introspection et lancez-vous dans l'action en vous donnant des défis.

Réseau d'allié.es

Développez-vous au sein d'une communauté pour mieux avancer et gagner en perspective.

100 jours de microapprentissage

Retenez plus efficacement le contenu des programmes grâce au fractionnement et à la répétition des informations.

Des programmes virtuels qui allient introspection et action



Des activités en solo chaque semaine sur la plateforme en ligne (introspection, vidéos, activités, lectures).



Des ateliers pour échanger avec des leaders inspirant.es et travailler en groupe.



Des grandes entrevues pour découvrir les moments-clés qui ont forgé le parcours des leaders.



Des rencontres en petits groupes pour échanger et se développer au contact de ses pairs.

Ce qu'elles en pensent

« L'introspection, échanger librement avec des femmes qui vivent les mêmes choses que moi, entendre des femmes ambitieuses et inspirantes : le Défi 100 jours m'a aidé à me dépasser et à sortir de ma zone de confort. Je suis extrêmement reconnaissante d'y avoir participé! »

- SARAH, DÉFI 100 JOURS, PRINTEMPS 2022

« Le Défi Leadership m'a donné les outils et le réseau pour passer à travers les crises et les urgences quotidiennes. J'ai "réappris" à me connaître, j'ai développé ma confiance en moi et j'ai redécouvert ma curiosité et ma créativité. J'ai reçu des conseils uniques de femmes branchées et passionnées vivant des problématiques similaires aux miennes. »

- CATHERINE, DÉFI LEADERSHIP, AUTOMNE 2020

Rejoignez un réseau exclusif de femmes ambitieuses comme vous!

DES QUESTIONS?

Communiquez avec nous: info@effet-a.com

Amérique du Nord: +1 438 499 0147
Europe: +33 7 82 47 55 20

Programmation Défi 100 jours Amérique du Nord - Europe

Printemps 2025 Du 7 mars au 14 juin

Activités	Objectifs	Dates et heures
Période de préancement Carte d'introduction	<ul style="list-style-type: none"> • Autoévaluer ses comportements et sa posture mentale • Réfléchir à son ambition professionnelle afin de se fixer un défi 	Du 7 au 13 mars
Lancement officiel	<ul style="list-style-type: none"> • Réfléchir à son ambition professionnelle afin de se fixer un défi • Comprendre les objectifs et le déroulement du programme • Préciser son défi et apprendre à le socialiser 	Jeudi 13 mars de 9h à 10h (QUÉBEC) de 14h à 15h (FRANCE)
Atelier 1 Confiance	<ul style="list-style-type: none"> • Affiner sa connaissance de soi • Comprendre les bénéfices professionnels de sortir de sa zone de confort • Développer sa posture mentale de croissance 	Jeudi 27 mars de 9h à 10h30 (QUÉBEC) de 14h à 15h30 (FRANCE)
Webconférence 1 Confiance	<ul style="list-style-type: none"> • 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 	Jeudi 10 avril de 9h à 10h (QUÉBEC) de 15h à 16h (FRANCE)
Atelier 2 Négociation	<ul style="list-style-type: none"> • Développer les meilleures pratiques de la négociation pour son organisation et pour soi 	Mardi 29 avril de 9h à 10h30 (QUÉBEC) de 15h à 16h30 (FRANCE)
Webconférence 2 Prise de risques	<ul style="list-style-type: none"> • Entretien avec une leader sur les éléments essentiels quant à la prise de risque tout au long de sa carrière. Période de questions en direct 	Jeudi 15 mai de 9h à 10h (QUÉBEC) de 15h à 16h (FRANCE)
Atelier 3 Influence	<ul style="list-style-type: none"> • Développer activement son influence • Cibler et consolider ses relations 	Mardi 27 mai de 9h à 10h30 (QUÉBEC) de 15h à 16h30 (FRANCE)
Retour sur les 100 jours Dernières cartes	<ul style="list-style-type: none"> • 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 30 mai au 13 juin

Tous les événements sont virtuels.

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 13 et le 23 mars	Entre le 28 mars et le 8 avril	Entre le 18 et le 29 avril	Entre le 9 et le 18 mai	Entre le 21 mai et le 14 juin

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.

Des questions avant de vous inscrire ? Consultez la [FAQ](#) ou écrivez-nous à info@effet-a.com.
Des questions pendant le parcours ? Consultez le [Guide de la participante](#) ou écrivez-nous à experience@effet-a.com!

L'effet **A**

Programmation Défi Leadership

Printemps 2025

Du 5 mars au 12 juin

Activités	Objectifs	Dates et heures
Période de pré-lancement Carte d'introduction	<ul style="list-style-type: none">Définir sa posture stratégique	Du 5 au 11 mars
Lancement officiel	<ul style="list-style-type: none">Définir sa posture stratégiqueComprendre les éléments-clés du parcoursFaire connaissance avec les membres de son clan	Mardi 11 mars de 9h à 10h (QUÉBEC) de 14h à 15h (FRANCE)
Clan - Rencontre 1	<ul style="list-style-type: none">Se rencontrer de façon informelle pour faire plus ample connaissanceSe familiariser avec la méthode du codéveloppement	Entre le 24 mars et le 20 avril
Atelier 1	<ul style="list-style-type: none">Maîtriser les 3 niveaux de conversations de la leader stratégiqueFormuler son défi afin de se mettre en actionS'exercer en clan	Mardi 25 mars de 9h à 11h (QUÉBEC) de 14h à 16h (FRANCE)
Grande Entrevue	<ul style="list-style-type: none">S'inspirer du parcours et du leadership d'une grande leader	Mardi 15 avril de 9h à 10h (QUÉBEC) de 15h à 16h (FRANCE)
Clan - Rencontre 2	<ul style="list-style-type: none">S'entraider grâce au codéveloppement à surmonter des situations problématiques en faisant appel à l'expertise d'un groupe	Entre le 21 avril et le 18 mai
Atelier 2	<ul style="list-style-type: none">Se positionner comme une leader crédible sur des enjeux porteurs de l'organisationPréparer sa présentation sur le fond et sur la formeS'exercer en clan	Mardi 6 mai de 9h à 11h (QUÉBEC) de 15h à 17h (FRANCE)
Clan - Rencontre 3	<ul style="list-style-type: none">S'entraider grâce au codéveloppement à surmonter des situations problématiques en faisant appel à l'expertise d'un groupe	Entre le 19 mai et le 12 juin
Événement de clôture	<ul style="list-style-type: none">Étendre ses nouveaux réflexes stratégiques à son industrie et au contexte globalFaire le bilan du parcours et des apprentissages	Mardi 3 juin de 9h à 10h (QUÉBEC) de 15h à 16h (FRANCE)
Retour sur les 100 jours Dernière carte	<ul style="list-style-type: none">Dresser un bilan personnaliséAncrer ses apprentissagesPréparer le développement continu de sa posture stratégique	Entre le 4 et le 12 juin

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.

Des questions avant de vous inscrire ? Consultez la [FAQ](#) ou écrivez-nous à info@effet-a.com.

Des questions pendant le parcours ? Consultez le Guide de la participante ou écrivez-nous à experience@effet-a.com !

Ambition Challenge Schedule

Spring 2025

March 7 to June 14

Activity	Objectives	Dates et Times
Pre-launch period Introduction card	<ul style="list-style-type: none"> Evaluate your behaviours and mindset Reflect on your professional ambition to decide on a challenge 	March 7 to 13
Official launch	<ul style="list-style-type: none"> Understand the program goals and sequence Clarify your challenge and learn to socialize it 	Thursday, March 13 11:00 a.m. to 12:00 p.m. (Toronto) 4:00 p.m. to 5:00 p.m. (Paris)
Workshop 1 Confidence	<ul style="list-style-type: none"> Deepen your self-awareness Understand the professional benefits of stepping out your comfort zone Develop a growth mindset 	Choose the date that suits you best, depending on your location:
Thursday, March 27 Americas, Europe, Africa  8:30 a.m. to 10:00 a.m. Vancouver 11:30 a.m. to 1:00 p.m. Toronto 4:30 p.m. to 6:00 p.m. Paris What time will that be for me?	OR	Thursday, March 27 Europe, Africa, Middle East, Asia-Pacific  8:00 a.m. to 9:00 a.m. Paris 12:30 p.m. to 1:30 p.m. New Delhi 3:00 p.m. to 4:00 p.m. Shanghai What time will that be for me?
Web conference 1 Confidence	<ul style="list-style-type: none"> Interview with a leader on essential strategies for developing and strengthening your confidence throughout your career. Live Q&A session 	Thursday, April 10 11:00 a.m. to 12:00 p.m. (Toronto) 5:00 p.m. to 6:00 p.m. (Paris)
Workshop 2 Take Strategic Risks	<ul style="list-style-type: none"> Learn how to take risks on a regular basis to propel your ambition Develop best practices in negotiation for your organization and for yourself 	Choose the date that suits you best, depending on your location:
Tuesday, April 29 Americas, Europe, Africa  8:30 a.m. to 10:00 a.m. Vancouver 11:30 a.m. to 1:00 p.m. Toronto 5:30 p.m. to 7:00 p.m. Paris What time will that be for me?	OR	Tuesday, April 29 Europe, Africa, Middle East, Asia-Pacific  8:00 a.m. to 9:00 a.m. Paris 11:30 a.m. to 12:30 p.m. New Delhi 2:00 p.m. to 3:00 p.m. Shanghai What time will that be for me?
Web conference 2 Risk-Taking	<ul style="list-style-type: none"> Interview with a leader on the essentials of risk-taking throughout her career. Live Q&A session 	Thursday, May 15 11:00 a.m. to 12:00 p.m. (Toronto) 5:00 p.m. to 6:00 p.m. (Paris)
Workshop 3 Influence	<ul style="list-style-type: none"> Actively cultivate your influence Identify and strengthen your key relationships 	Choose the date that suits you best, depending on your location:
Tuesday, May 27 Europe, Africa, Middle East, Asia-Pacific  8:30 a.m. to 10:00 a.m. Vancouver 11:30 a.m. to 1:00 p.m. Toronto 5:30 p.m. to 7:00 p.m. Paris What time will that be for me?	OR	Tuesday, May 27 Americas, Europe, Africa  8:00 a.m. to 9:00 a.m. Paris 11:30 a.m. to 12:30 p.m. New Delhi 2:00 p.m. to 3:00 p.m. Shanghai What time will that be for me?

Ambition Challenge Schedule

Spring 2025

March 7 to June 14

Activity	Objectives	Dates et Times
The 100 Days Summary Final Cards	<ul style="list-style-type: none">• Consolidate your learnings• Learn to celebrate your successes• Build on the momentum of the 100 days to continue your development and reach your objectives beyond the Ambition Challenge	May 30 to June 14

Triad Meetings

Objectives

- Deepen program learnings with fellow triad members
- Encourage collaboration and self-improvement through a network of participants

1	2	3	4	5 (optional)
Between March 13 and 23	Between March 28 and April 8	Between April 18 and 29	Between May 9 and 18	Between May 21 and June 14

All events are virtual

Notes :

Dates and times are subject to change.

Events are broadcast live but also recorded and posted on the learning platform within 48 hours of their livestream.