

Programmation Défi 100 jours Amérique du Nord - Europe

Automne 2024

Du 6 septembre au 15 décembre

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 6 au 12 septembre
Lancement officiel	<ul style="list-style-type: none">• Comprendre les objectifs et le déroulement du programme• Préciser son défi et apprendre à le socialiser	Jeudi 12 septembre de 9h à 10h (QUÉBEC) de 15h à 16h (FRANCE)
Atelier 1 Boostez votre 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 pour sortir de sa zone de confort	Jeudi 26 septembre de 9h à 10h30 (QUÉBEC) de 15h à 16h30 (FRANCE)
Webconférence 1 Question de 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 octobre de 9h à 10h (QUÉBEC) de 15h à 16h (FRANCE)
Atelier 2 Prenez des risques stratégiques	<ul style="list-style-type: none">• 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 31 octobre de 9h à 10h30 (QUÉBEC) de 14h à 15h30 (FRANCE)
Webconférence 2 Question d'influence	<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 14 novembre de 9h à 10h (QUÉBEC) de 15h à 16h (FRANCE)
Atelier 3 Déployez votre influence	<ul style="list-style-type: none">• Raffiner sa communication pour plus d'impact• Apprendre et mettre en pratique des techniques de réseautage• Développer plus qu'un réseau : sa communauté	Jeudi 28 novembre 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 29 novembre au 15 décembre

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 12 et le 22 septembre	Entre le 27 septembre et le 8 octobre	Entre le 18 et le 28 octobre	Entre le 8 et le 17 novembre	Entre le 29 novembre et le 15 décembre

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**