

Sophie Brochu

L'effet^A

La masterclass 30 jours avec Sophie Brochu : se recentrer pour voir loin vise à permettre aux participantes de se projeter dans la suite de leur carrière, à l'aide d'une solide connaissance de soi.

Le parcours permet d'atteindre quatre grands objectifs en quatre leçons.

- Découvrir son noyau dur
- Se révéler au contact des autres
- Lever la tête
- Contribuer à plus grand que soi

Le contenu de la masterclass est dévoilé chaque semaine tout au long des 30 jours. Nous vous recommandons toutefois de réserver 2 heures par semaine à l'expérience, au moment qui vous conviendra.



ÉLÉMENTS DE PROGRAMMATION

- 30 jours d'activités et d'échanges avec d'autres participantes
- 4 vidéos thématiques de la leader invitée
- 4 séries d'exercices dirigés par une coach
- 4 vidéos conseil présentées par la coach
- 1 communauté virtuelle pour les participantes
- 1 plateforme technologique d'apprentissage
- des discussions de groupe entre participantes pour approfondir les sujets abordés
- des outils pour ancrer les apprentissages et passer à l'action



DISCUSSIONS DE GROUPE

Objectifs:

- Approfondir la connaissance de soi, de ses valeurs et de ses objectifs professionnels pour prendre des décisions plus éclairées au quotidien
- Expérimenter une approche de réflexion sur 30 jours pour vivre avec confiance les périodes de transition au cours de sa carrière

Structure du programme

