



# Promotion de la santé : 8 conseils pour inciter les gens à adopter un comportement sain



Vous voulez convaincre vos clients ou collaborateurs d'adopter un style de vie plus sain ? **Élaborez une stratégie de promotion de la santé.** Helan et Partenamut l'ont déjà fait et vous partagent leurs meilleures pratiques.

## 1. Traduisez votre message

Choisissez le format auquel votre groupe-cible sera le plus réceptif : vidéos, témoignages, articles, webinaires ou questions-réponses. Partagez des informations précises mettant en évidence toutes les possibilités de vivre plus sainement. Évaluez.



## 2. Rendez la santé sexy

Stimulez les gens avec des informations positives, rendez le passage à un mode de vie sain attrayant.

Mettez l'accent sur les avantages et donnez une dimension ludique à votre promotion de la santé, sans être pédant ou condescendant.



## 3. Accent sur les possibilités

En chacun de nous, vit un rebelle intérieur qui résiste aux changements de style de vie imposés. Pour contourner cet obstacle, montrez les nouvelles perspectives et non les limites qu'apportera un mode de vie plus sain : vous ne devez pas, mais vous *pouvez* changer.



## 4. Laissez le choix

Laissez les gens être aux commandes de leur propre santé. L'un aimera courir, l'autre préférera danser. Proposez toutes ces options aux gens de manière à ce qu'ils puissent choisir l'approche qui leur convient et s'y tenir plus longtemps.



## 5. Adressez-vous directement à votre groupe-cible

Veillez à savoir à qui vous parlez, à quel stade de la vie cette personne se trouve et de quel soutien elle a besoin. Ciblez votre promotion de la santé sur des groupes à risque spécifiques. Montrez par exemple aux plus de 50 ans à quel point des contrôles réguliers sont importants pour la détection précoce du cancer.



## 6. Fixez des objectifs réalistes

Établissez un plan très concret et fixez des objectifs réalistes à court terme. Une fois qu'ils seront intégrés, vous pourrez passer à l'étape suivante. Il n'est pas forcément nécessaire de se rendre trois fois par semaine à la salle de fitness. Vous pouvez aussi monter les escaliers à la maison.



## 7. Abaissez le seuil d'accès

Intégrez des soins préventifs accessibles dans votre offre. Reprenez l'assistance à domicile dans votre assurance, proposez la consultation en ligne d'un psychologue ou des check-up médicaux. Opter pour la santé et le bien-être sera ainsi plus facile.



## 8. Répétez votre message

Partagez des informations et des campagnes de sensibilisation à travers plusieurs canaux et médias, en ligne et hors ligne. Et continuez à répéter votre message, chaque fois d'une manière différente.

