

# CursUS-santé

Pour que le changement de comportement  
devienne un CADEAU

Dr Alain Rochon  
médecin spécialiste en  
santé communautaire



**Des poumons en santé  
Pour mieux respirer**

 UNIVERSITÉ DE  
SHERBROOKE

 CHUS  
Centre hospitalier  
universitaire  
de Sherbrooke

 Centre d'expertise en santé de Sherbrooke

 CESS  
Centre d'expertise  
en santé de Sherbrooke

## Objectifs

- Identifier les éléments d'attitude propice à l'accompagnement de la personne en situation de changement
- Nommer les 10 clés de changement de l'approche CADEAU
- Identifier les 6 composantes de l'approche CADEAU



— CursUS-santé —

## Attitudes AA de l'accompagnateur

ACCUEIL

ACCEPTATION



CursUS-santé

## Attitudes propices au changement

- c r dible
- a daptable
- d isponible
- e coute
- a ffable
- u tile



CursUS-santé

## S.V.P: 10 clés de changement

⇒ SAVOIR

⇒ VOULOIR

⇒ POUVOIR



— CursUS-santé —

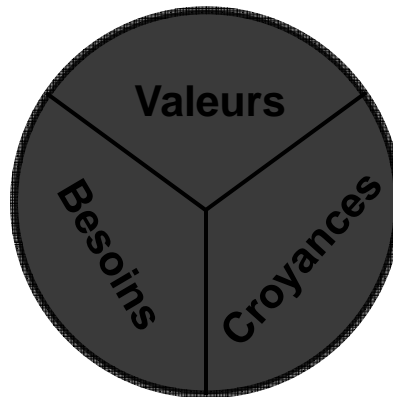
## Clef no 1: SAVOIR de la personne

⇒ Connaissances de la personne  
accompagnée: son vécu, son histoire



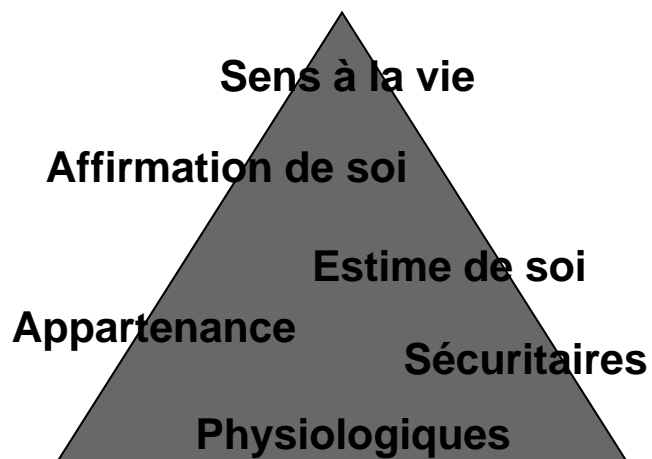
— CursUS-santé —

## Clés no 2 à 4: VOULOIR



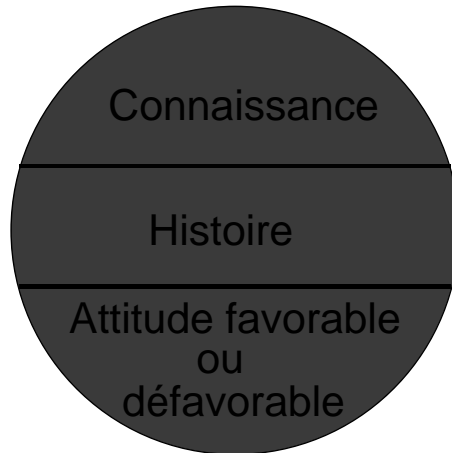
CursUS-santé

## Besoins de Maslow



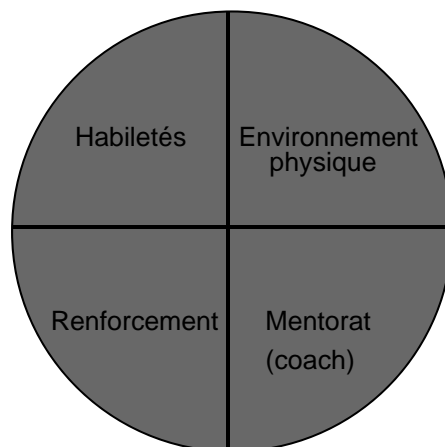
CursUS-santé

Croyance:  
lien entre SAVOIR et VOULOIR



CursUS-santé

Pouvoir: clés no 5 à 8



CursUS-santé

## Clés no 9 et 10

- Monitoring des activités quotidiennes
- Prendre soin des blessures psychologiques



— CursUS-santé —

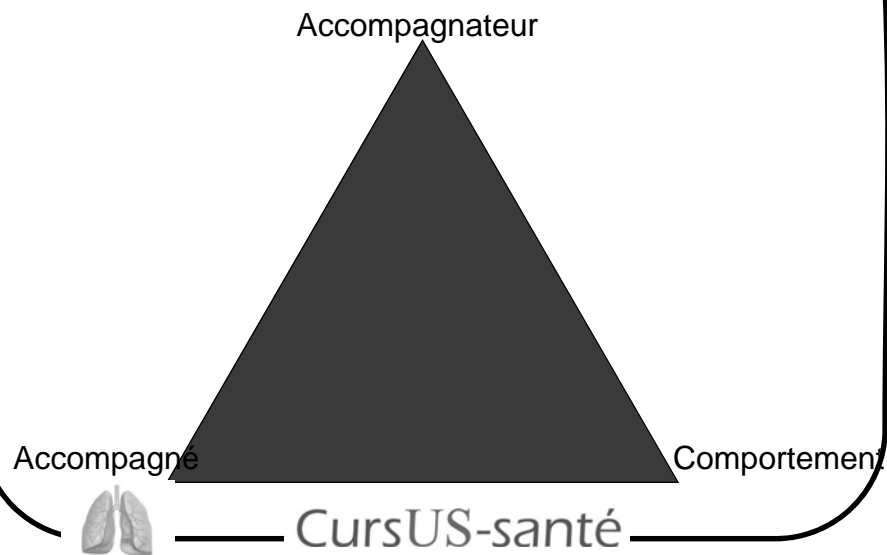
## Ressources pour cesser de fumer

- 1-866-j'arrête
- [www.jarrete.qc.ca](http://www.jarrete.qc.ca)
- Centres d'abandon du tabagisme dans les CSSS de la province de Québec.



— CursUS-santé —

## Pyramide de l'accompagnement



## Acronyme CADEAU

- C: Connaître qui je suis
- A: Accueillir la personne
- D: Découvrir ensemble ses besoins
- E: Examiner ensemble les besoins
- A: Accepter les choix
- U: Utiliser les ressources du milieu



CursUS-santé

Suite à cette présentation, pouvez-vous ?

- Identifier les éléments d'attitude propice à l'accompagnement de la personne en situation de changement
- Nommer les 10 clés de changement de l'approche CADEAU
- Identifier les 6 composantes de l'approche CADEAU



— CursUS-santé —

Merci de votre attention

Avoir cette chance de vous présenter cette approche a été pour moi un véritable.... CADEAU



— CursUS-santé —