

## DATES DES FORMATIONS

30 novembre 2007—8h30 à 16h30  
Direction de la santé publique –  
Montérégie (COMPLET)

7 décembre 2007— 8h30 à 16h30  
Hôtel Gouverneur—3030 boul Laurier,  
Sainte-Foy

7 mars 2008—8h30 à 16h30  
Sandman Hôtel—999 de Sérigny  
Longueuil

4 avril 2008— 8h30 à 16h30  
Hôtel Gouverneur—3030 boul Laurier,  
Sainte-Foy

Avril 2008—8h30 à 16h30  
Direction de la santé publique –  
Gaspésie –Iles de la Madeleine  
(COMPLET)

### POUR ORGANISER UNE FORMATION OU INFORMATION

Dr Alain Rochon  
(819) 829-3400 poste 42527 ou  
alain.rochon@usherbrooke.ca

Pour vous inscrire aux formations ci-  
haut mentionnées:

[www.expertise-sante.com/  
approche\\_cadeau](http://www.expertise-sante.com/approche_cadeau)

## QUELQUES TÉMOIGNAGES

*« Une animation très vivante qui  
tient compte de notre vécu  
d'intervenante. Tout intervenant  
devrait recevoir cette formation  
car tous nos clients sont en  
processus de changement. »*

*« Très bonne formation qui peut  
s'appliquer à d'autres niveaux. »*

*« Je me sens beaucoup plus  
outillé ! »*

*« J'ai beaucoup aimé l'histoire  
de cas interactive. »*

*« L'étude de cas et les outils  
m'aident à guider l'intervention. »*

*« Une formation très intéressante  
qui apporte une autre dimension à  
ma pratique. »*

*« J'ai moi-même utilisé  
l'approche pour effectuer un  
changement d'habitudes de vie  
après une opération majeure.  
Le changement s'est fait sans  
heurt, étape par étape.  
Et avec succès. »*

ACCOMPAGNER QUELQU'UN  
VERS UN CHANGEMENT  
D'HABITUDES DE VIE  
QUI FAIT SENS . . .



## L'APPROCHE C.A.D.E.A.U

une approche  
d'accompagnement  
et de soutien personnalisé

**FORMATION:**  
**Alain Rochon M.D., M.Sc., F.R.C.P.**

Médecin spécialiste en santé communautaire

Conseiller en promotion de la santé et  
accompagnement en changement de  
comportement



## L'APPROCHE C.A.D.E.A.U

Créée en 1994 par le Dr Alain Rochon, l'approche C.A.D.E.A.U. a été spécifiquement développée pour répondre aux particularités d'une intervention liée au changement de comportement et au besoin de soutien personnalisé.

Elle s'appuie sur les principes de l'andragogie et le modèle d'apprentissage du comportement.

Elle est issue de l'éducation pour la santé et est utilisée présentement par les intervenantes et intervenants pivots des CSSS de l'Estrie pour accompagner les changements de comportement d'habitudes de vie.

Le vécu et l'expérience de la personne accompagnatrice sont non seulement pris en compte, mais constituent les outils de base de l'intervention.

L'approche C.A.D.E.A.U. est inclusive, en ce sens que chaque INTERVENANT ET INTERVENANTE qui l'utilise est invité(e) à inclure dans son accompagnement sa personnalité, son expérience, son expertise et les divers modèles ou outils qui lui conviennent pour accompagner un changement d'habitudes de vie ou de comportement.

## ACCOMPAGNER AVEC L'APPROCHE C.A.D.E.A.U

- ▣ **Attitudes gagnantes d'un agent de changement (c.a.d.e.a.u.)**
- ▣ **15 compétences clés**
- ▣ **Caractéristiques d'un changement d'habitudes de vie durable (A.C.C.E.S)**
- ▣ **Outils d'accompagnement pour ciblage et stade de changement et facteurs limitant ou facilitant le changement (modèles de PROCHASKA ET S.V.P)**
- ▣ **Coaching et renforcement (OUTIL DE SUIVI)**



À la fin de la formation, l'intervenant pourra ...

- ➔ Identifier les composantes de l'approche C.A.D.E.A.U. pour accompagner un changement de comportement;
- ➔ Identifier les attitudes gagnantes d'un agent de changement et avoir l'occasion d'y réfléchir;
- ➔ Identifier les caractéristiques d'un changement durable;
- ➔ Identifier quinze compétences importantes pour un accompagnement respectueux et efficace;
- ➔ Identifier chez elle les compétences en accompagnement de changement qu'elle possède et celles qu'elle désire améliorer;
- ➔ Discuter des composantes du modèle S.V.P. (savoir, vouloir, pouvoir) utile pour la compétence d'identifier les déterminants du comportement;
- ➔ Identifier, dans une étude de cas de cessation tabagique, les différents déterminants d'un comportement pour guider la personne dans son changement de comportement en fonction de l'étape de changement.