

# RECOURIR À UN LANGAGE ÉMOTIF ET À DES VISUELS PERCUTANTS



## EXPLOITER LE STORYTELLING POUR TRANSMETTRE DES MESSAGES NUTRITIONNELS DE FAÇON CONVAINCANTE

Depuis des siècles, le storytelling est utilisé pour transmettre des informations importantes. Par exemple, c'est ainsi que les anciennes pratiques médicales, comme celles d'Hippocrate, ont été transmises de génération en génération et continuent d'être appliquées aujourd'hui. Plus récemment, les entreprises du domaine du marketing et de la communication ont également recouru au storytelling en tant qu'outil pour transmettre leurs messages.

Le storytelling est un récit qui permet d'ancrer durablement une information et de rassembler des personnes de différents horizons autour d'une vérité humaine commune. Même si vous n'êtes pas un narrateur né, vous pouvez utiliser certains éléments du storytelling pour transmettre votre message de façon plus efficace.

Dans le domaine de la communication nutritionnelle, le storytelling permet d'ancrer les messages importants et de renforcer leur authenticité. Il incite les auditeurs/lecteurs à prendre des mesures concrètes pour améliorer leur état de santé.

# QUELQUES CONSEILS SIMPLES POUR INTÉGRER DES ÉLÉMENTS DE STORYTELLING À VOS MESSAGES

## COMMENCEZ PAR UN DÉBUT ACCROCHEUR

Vous devez immédiatement attirer l'attention de vos lecteurs/auditeurs afin qu'ils aient envie de vous lire ou de vous écouter. Le cas échéant, intégrez des statistiques étonnantes ou faciles à retenir pour véritablement capter l'attention de votre public.



## MONTREZ VOTRE PERSONNALITÉ

Faites ressortir votre personnalité par la façon dont vous communiquez. Grâce à votre personnalité et à votre humour, votre public vous perçoit comme une autre personne qui fait également face à des choix alimentaires, ce qui permet d'établir un climat de confiance.



## EXPLIQUEZ LES DÉTAILS

Fournissez suffisamment d'informations pour permettre aux auditeurs/lecteurs de comprendre un fait ou une étude en recourant à un langage simple, mais percutant. Vous devez souligner l'importance de ces informations, qu'il s'agisse de nouveaux conseils nutritionnels ou de récentes études de recherche. Vous pouvez également profiter de ce moment pour présenter d'éventuelles limites ou points de vigilance particuliers lorsque vous fournissez de nouvelles informations.



## LA MAGIE DU CHIFFRE 7

La mémoire à court terme d'une personne moyenne peut retenir environ sept choses à tout moment (à plus ou moins deux !). N'oubliez pas ce chiffre lorsque vous essayez de transmettre un message important. Si vous fournissez trop d'informations, votre public ne s'en souviendra probablement pas.



## UTILISEZ DES VISUELS PERCUTANTS

Le cerveau traite les images 60 x plus vite que les mots. Recourir à des visuels qui ont un lien avec votre contenu ou permettent d'expliquer un conseil ou une étude complexe peut être une bonne stratégie. Vous pouvez dessiner un simple schéma pour expliquer visuellement votre message ou utiliser des images contextuelles dans une présentation, un document ou un article de blog. Les visuels captent l'attention de votre public et l'aident à comprendre votre message.



## TRANSMETTEZ DES MESSAGES PERTINENTS

Anticipez la réaction de votre public. Sera-t-il étonné ? L'information est-elle intéressante ? Assurez-vous que votre message contient des informations pertinentes que votre public sera surpris de découvrir ou qu'il pourra appliquer au quotidien.



## TERMINEZ PAR UN MESSAGE CLÉ À RETENIR

Prodiguez des conseils à vos lecteurs/votre public qui ont un lien avec de récentes recherches, à un article d'actualité ou à la recommandation que vous présentez. Faites-en sorte qu'il soit pertinent pour votre lecteur et concluez votre récit par une fin percutante. Recourez à des phrases telles que « Si vous deviez retenir une seule chose, ce serait... » afin d'ancrer votre message.



# EXEMPLE DE STORYTELLING

“

Mon grand-père est mort d'une maladie cardiaque et, l'année dernière, mon père a subi un triple pontage alors qu'il venait d'avoir 65 ans et de prendre sa retraite. En tant que diététicien, et au regard de mes antécédents familiaux, ma santé cardiaque est au cœur de mes préoccupations. Selon beaucoup d'entre nous, les maladies cardiaques sont rarement considérées comme un problème de santé urgent. C'est compréhensible. Il est en effet impossible de deviner que notre taux de cholestérol est élevé ou que nos artères se bouchent avec de la plaque. De plus, les maladies cardiaques sont invisibles. À ce titre, la plupart des gens n'y prêtent pas l'attention nécessaire. Pour autant, nous ne sommes pas impuissants, puisque 80 % des décès prématurés dus à une maladie cardiaque pourraient être évités si nous apportions quelques modifications significatives à notre mode de vie et notre alimentation. Ces nouvelles habitudes peuvent être minimes, mais significatives : effectuer une promenade quotidienne, prendre un en-cas sain, comme une poignée d'amandes, ou perdre un peu de poids, surtout au niveau du ventre.

Selon une récente étude, prendre un en-cas à base d'amandes, dans le cadre d'un régime visant à réduire le taux de cholestérol, permet de perdre de la graisse au niveau du ventre et d'améliorer significativement le taux de cholestérol. Perdre quelques tours de taille permet de se sentir bien à l'extérieur, mais votre cœur, qui travaille discrètement à l'intérieur, vous en remerciera davantage. Une portion de 28 grammes d'amandes (soit environ 23 amandes) est une délicieuse manière de prendre soin de vos papilles et de votre cœur.”



## REFERENCES

1. [who.int/cardiovascular\\_diseases/en/](http://who.int/cardiovascular_diseases/en/)
2. Berryman CE, West SG, Fleming JA, Bordi PL, Kris-Etherton PM. Effects of Daily Almond Consumption on Cardiometabolic Risk and Abdominal Adiposity in Healthy Adults with Elevated LDL-Cholesterol: A Randomized Controlled Trial. *Journal of the American Heart Association* 2014; 4:e000993, 2015.