

Les objectifs **SMART***

Les objectifs sont SMART lorsqu'ils sont « spécifiques », « mesurables », « ambitieux », « réalistes » et « délimités dans le temps ».

Spécifique : l'objectif est précis et sans équivoque. Il décrit précisément la situation et les résultats à atteindre ; ce qui doit avoir changé chez qui.

Mesurable : les indicateurs de mesure doivent permettre de répondre à des questions simples, et ainsi il sera possible de juger objectivement de l'atteinte de l'objectif.

Atteignable : l'objectif implique un effort, un engagement, un changement de comportement ou une intention de changement de comportement.

Réaliste : l'objectif prend en compte les moyens, les compétences disponibles et le contexte dans lequel s'inscrit l'action.

Temporel : l'objectif définit une durée, des étapes, une date de fin, etc.

*http://www.inpes.sante.fr/outils_methodo/categorisation/guide-fr.pdf. Promotion Santé Suisse. Quint-Essenz : Développement de la qualité en promotion de la santé et prévention [site internet]. 2009. En ligne : <http://www.quint-essenz.ch/fr>

Barthélémy L., Bodard J., Feroldi J. dir. *Actions collectives "Bien vieillir" : repères théoriques, méthodologiques et pratiques. Guide d'aide à l'action.* Saint-Denis : Inpes, coll. Santé en action, 2014 : 108 p.