

Méthode 3 : Transformer la Santé en Opportunité Digitale

Comment informer sur une maladie répandue et en faire une source de revenus

La santé est l'un des sujets les plus universels au monde : **peu importe l'âge, le sexe ou la situation sociale, chacun est concerné.** Que l'on vive en Afrique, en Europe ou ailleurs, tout le monde souhaite rester en bonne santé, prévenir les maladies ou trouver des solutions simples et accessibles pour mieux vivre.

Dans un contexte où beaucoup de personnes manquent d'accès à une information fiable et claire, **l'éducation et la prévention deviennent essentielles.** Et c'est justement là qu'apparaît une opportunité : en aidant les autres à mieux comprendre leur santé, vous pouvez à la fois rendre service et créer une source de revenus digitale.



Pourquoi la santé est une opportunité digitale

Besoin universel

Dans un contexte où beaucoup de personnes manquent d'accès à une information fiable et claire, **l'éducation et la prévention deviennent essentielles.**

Opportunité de revenus

En aidant les autres à mieux comprendre leur santé, vous pouvez à la fois rendre service et créer une source de revenus digitale.

Objectif concret

Générer **160€ / 100.000 FCFA** chaque mois en partageant des conseils pratiques, en expliquant des symptômes courants ou en proposant des habitudes de vie simples.

Certaines maladies sont particulièrement fréquentes et suscitent beaucoup d'intérêt car elles touchent directement des millions de personnes au quotidien. En choisissant une de ces maladies comme niche, vous avez entre vos mains un sujet qui intéresse presque tout le monde.



Maladies répandues : votre niche potentielle

L'hypertension

Un problème majeur en Afrique où de plus en plus de personnes en souffrent sans le savoir.

Le diabète

Touche aussi bien les jeunes que les adultes.

Troubles liés à la sexualité

Un sujet sensible mais qui attire énormément d'attention car beaucoup cherchent des solutions discrètes.

Stress, insomnie, problèmes digestifs

Perturbent la vie quotidienne d'une grande partie de la population.

1. Choisir une niche de santé rentable

Comment et pourquoi choisir une niche ?

Choisir une niche, c'est simplement sélectionner **un sujet précis dans le domaine de la santé** sur lequel vous allez concentrer vos recherches, vos contenus (ebooks, vidéos, articles) et vos efforts de communication. En santé, la niche la plus rentable est celle qui **touche directement la vie quotidienne des gens**, qui suscite beaucoup de questions et qui provoque de l'émotion (peur, inquiétude, besoin de solutions rapides).

Exemple : au lieu de parler de "toutes les maladies", vous pouvez vous spécialiser uniquement sur **l'hypertension**, ou sur la **faiblesse sexuelle masculine**. Cela vous permet d'être clair, de devenir crédible et de répondre aux vrais besoins des gens.

Exemple : Un ebook intitulé *"10 habitudes simples pour réduire l'hypertension"* va beaucoup mieux se vendre qu'un ebook vague comme *"Conseils de santé générale"*.

Parce que **si vous parlez de tout, vous n'êtes expert en rien.**

Parce que les gens font plus confiance à quelqu'un qui se concentre sur un problème spécifique.

Parce qu'une niche claire attire automatiquement un public ciblé, ce qui facilite les ventes (ebook, pack de vidéos, coaching santé, etc.).

L'importance de votre histoire personnelle

Le secret, ce n'est pas seulement de choisir une maladie rentable, mais aussi de **justifier votre choix**. Les gens n'achètent pas seulement un produit, **ils achètent une histoire**.

Peut-être que vous-même souffrez d'hypertension et vous avez cherché des solutions naturelles.

Peut-être que votre père est décédé du diabète, et vous ne voulez pas que d'autres familles vivent la même douleur.

Peut-être que votre ami proche souffrait de stress ou d'insomnie et vous avez découvert des méthodes simples pour l'aider.

Cette justification rend votre projet plus humain, plus crédible et plus puissant. Elle donne confiance à vos lecteurs.



Vérifier l'intérêt du public

Avant de vous lancer, prenez un peu de temps pour vérifier si la niche attire vraiment du monde. Quelques outils simples :

Google Trends

Tapez "hypertension", "faiblesse sexuelle" ou "stress" et voyez les courbes de recherche.

Forums et groupes Facebook

Observez les discussions (par exemple, des milliers de membres dans des groupes santé Afrique).

TikTok et YouTube

Regardez les vidéos parlant d'hypertension ou de diabète : certaines explosent à **plusieurs centaines de milliers de vues**.

Cela vous confirme que vous ne partez pas dans le vide : il existe déjà un public intéressé, qui cherche des réponses.

📄 Résumé

Choisir une niche de santé rentable, c'est sélectionner une maladie précise, très répandue et recherchée, puis justifier ce choix par une histoire personnelle ou une volonté forte. Avec cela, vous avez non seulement un sujet porteur, mais aussi une connexion émotionnelle qui vous permettra de mieux vendre vos contenus.

2. Faire des recherches fiables et approfondies

Prenez tout votre temps sur cette partie – c'est elle qui crédibilise votre travail et vos ventes.

Votre objectif de recherche

- **But** : produire des contenus simples, exacts et utiles pour le grand public africain.
- **Règle d'or** : l'information doit être **vérifiable** et **compréhensible**. On **n'invente jamais** des remèdes ni des chiffres.



Faire des recherches fiables et approfondies

Où chercher (sources prioritaires)

1. ChatGPT (pour cadrer, structurer, simplifier)

- À utiliser pour : générer des plans, vulgariser, créer des listes d'idées, reformuler en langage clair.
- Toujours **recouper** ensuite avec des sources médicales officielles.

2. Sites médicaux de référence

- **OMS/WHO** (y compris Bureau régional Afrique) : définitions, prévention, données de santé publique.
- **Mayo Clinic, NHS (Royaume-Uni), CDC, HAS / Vidal / Inserm (FR), PasseportSanté** : fiches patients, symptômes, facteurs de risque, options thérapeutiques reconnues.
- **Google Scholar / PubMed** : études et revues systématiques (pour valider une allégation).



Astuce : faites vos recherches **en français ET en anglais** (ex. "*hypertension lifestyle changes Africa*"). Vous trouverez plus de contenu solide.

Méthode de travail pas à pas



Définir la question

"Qu'a besoin de savoir une personne en Afrique de l'Ouest sur [maladie] pour mieux prévenir ?"



Lister des mots-clés (FR/EN)

hypertension, tension artérielle, prévention, régime pauvre en sel, Africa, prevalence, risk factors.



Collecte

Ouvrez 5–10 pages de sources fiables maximum (qualité > quantité).



Vérification croisée

Conservez uniquement les informations **répétées** par plusieurs sources crédibles.



Datation

Notez la **date de publication/mise à jour**. Évitez les infos trop anciennes si des recommandations récentes existent.

Méthode de travail pas à pas

Comment utiliser ChatGPT intelligemment

Exemples de prompts :

- *"Explique-moi l'hypertension en 150 mots, français simple, public Afrique de l'Ouest, sans jargon, avec 3 conseils de prévention."*
- *"Donne un plan d'ebook en 7 sections sur la prévention du diabète pour adultes, ton pédagogique, exemples concrets."*
- *"Liste 10 sources officielles francophones et anglophones récentes sur l'hypertension, avec date de mise à jour."*

Toujours **vérifier** ensuite chaque point important sur un site médical de référence.

Rassembler des données simples et vérifiées

- **Langage** : évitez le jargon (ex. "tension trop élevée" au lieu de "HTA non contrôlée").
- **Formats utiles** : listes à puces, encadrés "À retenir", check-lists quotidiennes.
- **Visuels** : schémas simples (ex. "4 gestes anti-sel"), tableaux "symptômes fréquents / urgences".

Adapter au contexte africain

Ce qu'il faut éviter absolument

- Les "remèdes miracles", "guérisons garanties", dosages **non validés**.
- Copier/coller de sites médicaux (risque de **plagiat**). Toujours **paraphraser** + citer la source.
- Conseils dangereux (arrêt de traitement, automédication risquée).
- Témoignages inventés ou trompeurs.

Adaptations concrètes

- **Alimentation locale** : parler d'huile de palme, attiéké, gari, fofou, riz, sodas, bouillons salés... proposer des **alternatives** (plus de légumes, cuisson vapeur, herbes/épices pour réduire le sel).
- **Accès aux soins** : indiquer les options **réalistes** (centres de santé, pharmacies, campagnes de dépistage).
- **Coût** : privilégier des conseils **gratuits ou peu coûteux**.
- **Culture / tabous** : sexualité, stress, santé mentale employer un ton **respectueux et discret**.

⊗ Mention légale (à réutiliser telle quelle)

Avertissement : Ce contenu est informatif et éducatif. Il ne remplace pas un diagnostic, un traitement ni un avis médical. En cas de doute ou de symptômes, consultez un professionnel de santé.

En suivant cette méthode, vous pourrez créer des contenus de santé fiables et adaptés qui répondent aux besoins réels du public africain, tout en générant des revenus digitaux grâce à la vente d'ebooks, de vidéos éducatives ou de packs de conseils.

3. Créer et Vendre un Ebook Éducatif: Guide Étape par Étape

Transformez votre expertise en santé en une source de revenus durable. Ce guide vous montre comment créer et commercialiser des ebooks éducatifs adaptés au contexte africain, pour générer **jusqu'à 325.000 FCFA par mois** avec un seul sujet bien maîtrisé.



Définir un Titre Accrocheur et Simple

Le titre est votre **premier outil marketing**. Il doit être :

Clair

Qu'on comprenne immédiatement le sujet traité dans votre ebook.

Pratique

Promettre un bénéfice concret au lecteur qui achètera votre contenu.

Court

Facile à retenir et à partager sur les réseaux sociaux et WhatsApp.

Exemples de titres efficaces :

- *"Hypertension : 7 astuces simples pour contrôler sa tension au quotidien"*
- *"Diabète : comment mieux vivre avec 5 habitudes faciles"*
- *"Stress & Insomnie : guide pratique pour mieux dormir sans médicaments"*



Astuce : Testez 2 ou 3 titres dans des groupes Facebook ou WhatsApp pour voir lequel attire le plus de réactions avant de finaliser votre choix.

Structurer le Contenu en Chapitres Courts

Un ebook efficace n'a pas besoin d'être long. Il doit être **utile et digeste** pour votre audience.

Exemple de plan (pour l'hypertension) :

1. Comprendre simplement l'hypertension
1. Les causes fréquentes (en Afrique et ailleurs)
1. Les symptômes et quand consulter
1. Les risques si on ne traite pas
1. 7 habitudes pour prévenir et contrôler sa tension
1. Témoignages / études de cas réels (optionnel)
1. Check-list quotidienne + conclusion motivante



Chaque chapitre : **2 à 3 pages maximum** → lecture rapide, impact fort.

Structure claire

Divisez votre contenu en sections logiques qui guident le lecteur étape par étape.

Contenu pratique

Privilégiez les conseils concrets que le lecteur peut appliquer immédiatement.

Format digeste

Gardez chaque section courte pour faciliter la lecture sur smartphone.

Utiliser un Style Clair et Accessible

Pour toucher un large public africain, votre style d'écriture doit être simple et direct :

- **Évitez le jargon médical** ("*systolique/diastolique*" peut être simplifié en "*tension haute/basse*")
- **Privilégiez les phrases courtes** (une idée = une phrase)
- **Utilisez des exemples de la vie quotidienne** adaptés au contexte local



Astuce : Imaginez que vous expliquez la maladie à votre tante ou votre voisin. Cette approche vous aidera à maintenir un langage simple et compréhensible.

Exemples concrets d'adaptation au contexte africain :

1

Conseil général

"Réduire le sel"

2

Adaptation locale

Éviter les bouillons cube dans chaque repas

1

Conseil général

"Bouger 30 minutes"

2

Adaptation locale

Danser, marcher pour aller au marché

Illustrer et Mettre en Forme

Un ebook bien illustré est **plus agréable et plus crédible** pour votre audience.



Graphiques

Schémas simples (ex. aliments riches en sel à éviter / aliments à privilégier)



Icônes

Petits visuels pour chaque conseil, rendant le contenu plus mémorable



Exemples visuels locaux

Photo d'une assiette équilibrée avec du riz, légumes, poisson (plutôt qu'une salade occidentale)

Outils gratuits recommandés :

- **Canva** (pour créer schémas et visuels simples)
- **Unsplash / Pexels** (photos libres de droit)
- **Flaticon** (icônes libres)
- **Gamma App** (mise en page automatique et élégante)

Format final : **PDF léger (< 10 Mo)**, optimisé pour smartphone





4. Stratégie de Commercialisation

Créer un bon contenu, c'est une étape. Mais pour transformer ton **ebook + vidéos** en **revenu réel**, tu dois mettre en place une stratégie de vente simple, adaptée au marché africain.

Mettre ton ebook et tes vidéos en vente sur Chariow

Plateforme spécialisée qui accepte les **paiements locaux** (Orange Money, Moov, MTN, Wave, etc.)

Proposer un pack attractif

Ebook seul → 3€ (≈ 2000 FCFA) Ebook + vidéos éducatives → 5€ (≈ 3300 FCFA)

Héberger les vidéos de formation

Uploade tes vidéos sur **YouTube** en **mode non répertorié** et intègre-les dans Chariow

Diffuser et promouvoir

Via WhatsApp, TikTok, YouTube Shorts et Facebook



Canaux de Diffusion Efficaces

WhatsApp

- Publie des **statuts courts** (témoignages, extraits de ton ebook, mini-conseils gratuits)
- Crée des **groupes thématiques** (santé, business, motivation) où tu partages de la valeur + ton lien Chariow

TikTok & YouTube Shorts

- Poste des **extraits gratuits** (20-30 sec) issus de ton ebook ou de tes vidéos
- Mets en description : *"Lien pour la formation complète → Chariow"*

Facebook

- Publie dans des **pages thématiques** (santé, entrepreneuriat, motivation)
- Rejoins des **groupes communautaires** (5000-50.000 membres) et partage ton ebook comme **solution pratique**



Astuce bonus : Crée l'effet d'urgence

- Offre un **bonus gratuit** pour les premiers acheteurs
- Mets une **limite de temps** : "Le pack à 5€ passe à 10€ dans 7 jours !"



5. Revenus Potentiels et Clés du Succès

Il est important de montrer que ce projet n'est pas une illusion mais une **opportunité concrète** et accessible depuis l'Afrique.

80

**Ebooks vendus
chaque mois**

À 3€ (≈ 2000 FCFA) =
240€ (≈ 157.000 FCFA)

50

**Packs
ebook+vidéos/mois**

À 5€ (≈ 3300 FCFA) =
250€ (≈ 165.000 FCFA)

490€

**Revenu mensuel
potentiel**

≈ 325.000 FCFA avec un
seul sujet bien maîtrisé

Et rappelle-toi : c'est avec **un seul sujet de santé bien choisi**. Si tu dupliques la méthode avec 2 ou 3 thèmes, tes revenus peuvent **tripler**.

Le marché est **énorme et inexploité**

En traduisant et en rendant ces films et séries disponibles en français, tu touches un **marché énorme et encore presque inexploité**. Tu deviens le **pont entre l'Asie et l'Afrique francophone**, en offrant un contenu recherché mais difficilement accessible.

- Les **dramas coréens** sont connus pour leurs histoires captivantes, leurs intrigues romantiques et leurs acteurs charismatiques.
- Les **films chinois** séduisent avec leurs arts martiaux, leurs légendes et leurs grandes productions historiques.
- En Afrique francophone, la majorité des jeunes préfèrent consommer des vidéos sur **smartphone**. Ils veulent des contenus courts, traduits, simples à comprendre, et accessibles à petit prix.

Traduire et commercialiser ces contenus, même sous forme de petits packs, c'est comme **ouvrir un restaurant unique dans une ville où tout le monde a faim mais où personne ne propose encore ce plat**. La demande est là, elle est énorme, et il suffit de se positionner pour capter une part du marché.

