

## Pour un accompagnement professionnel

- ▶ **Chambre d'Agriculture de la Vendée :**  
Des conseillers agricoles et spécialisés mobilisables via le Pôle RÉAGIR :  
02 51 36 82 42
- ▶ **Confédération Générale de l'Agriculture en Vendée :**  
Pôle RÉAGIR au service des exploitants fragilisés :  
02 51 36 83 76  
imercier@cga85.fr
- ▶ **MSA Loire-Atlantique - Vendée :**  
Des travailleurs sociaux à votre écoute au niveau professionnel ou personnel sur les secteurs :  
02 51 36 89 07
- ▶ **Solidarité Paysans en Vendée :**  
Un binôme bénévole-conseillère rurale pour vous aider :  
02 51 36 83 62  
solidarite.paysans@wanadoo.fr

*Ce document a été réalisé par le réseau « Prévention du mal-être des exploitants agricoles » pour vous aider à gérer au mieux de telles situations.*



vous accompagner

## Comment prévenir le mal-être des exploitants agricoles

### ■ Soutiens et contacts

© SdariusS - istockphoto, CCMSA service images, © Phovor / ASS113\_09116 / Conception et Impression MSA, 44-85





## Mal-être, quels sont les signaux d'alerte ?

Les personnes expriment parfois des sentiments de désespérance : « Je n'y arrive plus, je travaille pour rien, je n'ai plus d'espoir, je ne compte pour personne, je déçois ma famille, je n'ai plus ma place, je ne sers à rien, je suis incompetent... ».

Pour exprimer le mal-être, l'épuisement, c'est parfois le corps qui parle : « Je n'ai plus faim, je suis toujours fatigué, j'ai mal partout, je dors mal, je fais des erreurs dans mon travail, je n'arrive plus à me concentrer... ».

Les signes d'alerte peuvent également être :

- des comportements inhabituels : un repli sur soi pour quelqu'un qui était dans l'échange, de l'agressivité pour quelqu'un de calme (ce sont la durée, l'intensité et l'accumulation des signes qui doivent inquiéter),
- des phrases faisant référence à des idées de suicide : « J'ai des idées noires, je vais faire une bêtise, d'ici quelque temps, tout ça n'aura plus d'importance, ils se débrouilleront mieux sans moi... ».

## Quelles sont les situations à risque ?

- Les difficultés économiques (dettes, retard de paiement, pression des créanciers),
- Les difficultés professionnelles (surcharge de travail, isolement au travail, tensions au sein d'un GAEC, harcèlement au travail),
- Des problèmes personnels (décès dans l'entourage, séparation, problème de santé).

## Qu'est-ce que l'épuisement moral au travail ?

C'est un mélange de fatigue profonde, de désinvestissement au travail, et un sentiment d'échec et d'incompétence dans le travail. Le syndrome d'épuisement professionnel est considéré comme le résultat d'un stress qui dure : l'individu n'arrive plus à s'adapter à son environnement professionnel, voit son énergie, sa motivation et son estime de soi décliner.

## Que faire ?

Si vous identifiez une personne en mal-être :

- ne la laissez pas seule,
- osez en parler.

## Vers qui se tourner ?

### Pour la souffrance morale

#### ✦ En cas de danger immédiat :

- le centre 15 (ou le 112 à partir d'un téléphone portable) (24h/24)

#### ✦ Dans les autres situations :

- invitez la personne à contacter son médecin traitant,
- avec l'accord de l'exploitant ou après l'en avoir informé, vous pouvez contacter la cellule de prévention du suicide de la MSA :  
un médecin du travail est à votre écoute : 02 51 36 89 39  
sst85.blf@msa44-85.msa.fr
- une ligne d'écoute téléphonique pour vous-même ou l'exploitant :  
Agri'écoute : 09 69 39 39 19 (24 h/24) 7j/7