

## ÉDITORIAL

### Le milieu agricole :

### *Quelques écarts entre notre perception et la réalité ?*

---

Par : *Paula Vachon*

*Sans penser au travail sous-jacent, cela dit entre nous :*

**A**u printemps, vous est-il déjà arrivé de vous émouvoir à la vue des plumes enfumées et réconfortantes qui s'échappent par les cheminées des cabanes à sucre et qui nous annoncent officiellement la fin de l'hiver ? C'est là qu'on se dit, l'hiver est terminé et qu'on se conforte à l'idée de retrouver nos activités extérieures de jardinage, de pêche, de vélo, de lecture au bord de la rivière et autres.

En été, vous est-il déjà arrivé d'être impressionné, voire émerveillé, par la beauté des champs de culture en fleurs et des champs de blé qui tapissent le creux d'une vallée ? Ou encore de fermer les yeux pour sentir la brise et humer l'odeur du foin coupé et d'apprécier ces plaisirs... qui nous rapproche de nos bonheurs d'enfants ? Pour ma part, je me souviens que nous allions passer nos vacances d'été, pendant la période des foins, sur la ferme ancestrale des Caron à Ste-Perpétue-de-l'Islet. Nous, les enfants les plus jeunes, avions pour tâche de sauter dans la « tasserie à foin ». Hormis les « piqués », je conserve de très beaux souvenirs de ces activités agricoles et de l'atmosphère joyeuse qui accompagnait chacune des corvées.

À l'automne, encadrés par les couleurs flamboyantes des érablières en dormance, ce sont les champs d'avoine et de blé d'inde qui attirent notre attention. La vue d'un champs sur lequel sont regroupées les fagots d'avoine doré séchant au soleil, à elle seule,

nous ramène au sein d'un patrimoine agricole qui nous permet de garder contact avec la simplicité naturelle qui se fait de plus en plus absente au sein de nos vies et de nos villes.

Et lorsque l'hiver arrive, ce sont les vastes plaines enneigées, les arbres dénudés et le silence qui règne sur la campagne qui nous portent à croire que tout est endormi... nos campagnards inclus. Certains souvenirs sont immuables et imprégnés dans notre perception du monde, et pendant ce temps la réalité change. Nous avons et aimons entretenir une vision bucolique pour ne pas dire romantique de la vie à la campagne. Un peu comme si cela nous garantissait qu'il existe encore des espaces préservés du bruit, de la pollution et du stress.

*Pourtant nous entendons parler de la détresse psychologique chez les agriculteurs.*

Qu'en est-il au juste ? Que peut-on faire ? Ce sont des questions auxquelles le présent *Tournesol* tentera de répondre tout en proposant quelques pistes de solution potentielles.

J'ai communiqué avec une personne très impliquée dans la communauté de Ste-Sophie-d'Halifax afin de faire une mise à niveau entre ma perception et la réalité du quotidien tel que vécu par les agriculteurs.

Manon et son conjoint exploitent une ferme laitière et ils ont quatre enfants en bas âge.

Ma première question, *et finalement je n'en ai posée qu'une*, concernait les habiletés, les connaissances et les compétences requises pour assurer une saine gestion d'une ferme laitière actuellement ainsi que les difficultés rencontrées? Mais avant d'aller plus loin, je tiens à vous informer que le secteur laitier m'apparaît comme l'un des secteurs le moins affecté par les fluctuations du marché au cours des dernières années, ceci dit sous toute réserve effleurant presque le pressenti.

### **Différents types de gestion sont sous-jacents à l'exploitation de la ferme agricole, dont :**

*La gestion des ressources humaines.* Les ressources humaines impliquent à la fois le réseau familial et le personnel à l'emploi. Il y a un manque flagrant de ressources humaines dans le monde de l'agriculture et à la suite de l'embauche, il est important d'assurer une formation à l'employé afin qu'il connaisse bien le troupeau, l'équipement souvent informatisé, les machineries, etc... Malheureusement, le taux d'absentéisme et le roulement du personnel font partie des difficultés rencontrées.

*La gestion du troupeau* implique l'analyse quotidienne du rendement et de la qualité de la production par animal. Ce suivi permet d'assurer la saine alimentation et le dosage de la quantité et selon la qualité de la moisson, au besoin, l'ajout de protéines viendront rééquilibrer l'alimentation.

*La gestion du troupeau* pour d'autres éleveurs impliquera la gestion des accouplements en fonction du sexe, bien sûr, de l'âge, du potentiel reproducteur, du nombre d'heures de lumière requise.

Et, la mise bas nécessite l'aide du producteur (de jour ou de nuit) et par la suite, la réponse aux besoins de la mère et du nouveau-né.

*La gestion des champs* impliquera les analyses de sol, la rotation annuelle de leur utilisation (semence et pacage), la réparation des clôtures, l'épandage des engrais. Puis viennent ensuite les semis et les récoltes que l'on souhaite de bonne quantité et de bonne qualité.

*La gestion de l'électronique.* Certaines fermes sont munies d'équipements spécialisés (genre petit centre de contrôle de la NASA) afin d'assurer le suivi de la santé animale et la gestion du troupeau. L'agriculteur peut contrôler électroniquement et savoir : ce que chaque animal a consommé et produit dans sa journée et contrôler la lumière et la température ambiante. Aussi il est informé sur les soins requis afin d'améliorer à la fois la santé de l'animal et son rendement. N'oublions pas qu'il est nécessaire d'assurer une gestion sévère des quotas lorsqu'on sait que les quotas se transigent à des dizaines de milliers de dollars.

*La gestion environnementale* est régie par des lois de plus en plus contraignantes qui visent la protection de l'environnement. Auparavant, chaque producteur élevait quelques porcs, quelques poules, quelques vaches, un bœuf, un ou deux chevaux et le fumier servait pour engraisser sa terre. Les normes environnementales et les besoins du marché ont fait en sorte que les producteurs ont dû se spécialiser dans une ou deux productions. Cela aura pour conséquence de fragiliser l'entreprise lorsque le prix baissera, une maladie surviendra ou lorsque le marché sera menacé.

...le bonheur est quelques chose qui se multiplie quand il se divise...

*Paulo Coelho*

**La gestion administrative** de l'entreprise agricole implique bien sûr la tenue des livres, les rapports TPS et TVQ de même que les rapports d'assurance (un peu plus complexe que l'assurance auto/maison) et autres. Manon a abordé aussi le contexte de l'exploitation acéricole dont le rendement repose sur la qualité et la quantité de sirop d'érable produit en rapport avec le prix.

**Normes HACCEP** (genre ISO de l'agriculture) Le contrôle de la qualité implique la tenue des registres pour l'entretien et la gestion de chacune des tâches effectuées afin d'assurer la production d'un lait de la meilleure qualité possible.

**La connaissance des lois qui régissent l'agriculture de même que l'environnement, les normes du travail et les normes de la construction** comptent parmi les prérequis et peuvent éviter bien des problèmes et des coûts. Certaines d'entre elles contribuent à l'isolement des agriculteurs.

**L'entretien et le développement des bâtiments** font eux aussi partie de la réalité des agriculteurs. La réparation et l'amélioration de leurs bâtiments sont encadrées par plusieurs réglementations. Souvent, plusieurs ministères sont impliqués dans le développement d'une entreprise, ce qui ne facilite pas le respect des règles de chacun. En passant, oublions les corvées de jadis... qui favorisaient les échanges de services. Lorsqu'il sera question d'acquérir quelques animaux, l'investissement devra se faire sur l'achat des animaux ainsi que sur l'amélioration du bâtiment.

**La mécanique et l'entretien des équipements** dont la technologie évolue au fil des ans et nécessite une mise à jour des connaissances afin d'assurer l'entretien et la réparation de ces équipements essentiels.

**Les représentations à l'UPA et syndicats de base.** Les producteurs reconnaissent toute l'importance de s'impliquer pour se tenir au courant des nouvelles réglementations et des orientations gouvernementales, qui changent aux quatre ans. Par contre, ces représentations favorisent enfin l'échange entre les agriculteurs, donne l'occasion de socialiser un peu et permet de se doter d'un poids politique.

**Et la reconnaissance...** Le lait, lorsqu'on l'achète à l'épicerie, en plus de réduire les possibilités d'échanger avec ses nouveaux voisins, ne donne au producteur aucun retour ou feedback. Les œufs aussi, ils doivent être mirés avant d'être vendus au détail. La viande aussi bien sûr. Tout provient de l'épicerie et nous sommes reconnaissants à l'épicier qui n'a que pris, en fait, que son profit. Pour sa part, l'agriculteur recevra son chèque par la poste avec les cotes de son produit. Et, seuls les enfants du producteur laitier ont le loisir de goûter à la mousse de lait et au lait chaud.

**Parmi les stressseurs externes :**

**La mondialisation :** Il nous faut produire et être compétitifs pour assurer la mise en marché de nos produits du terroir et se plier aux exigences de l'organisation mondiale du commerce (OMC).

**Les fluctuations du marché sont imprévisibles :** Si la vache folle a causé une certaine insécurité auprès de la population en général, pour les producteurs, qui ont vu chuter le prix du bœuf, les conséquences ont été et sont encore une baisse de revenu importante. Ces années-ci, peu de productions ont été épargnées. La maladie et l'effondrement des prix, comme la fermeture d'usine de transformation dans la production du porc, sans parler de la volaille...

**Les conditions météorologiques :** La qualité et la quantité du fourrage, des céréales et du sirop reposent en partie sur les conditions météorologiques. L'organisation du travail des agriculteurs en temps de semis et des récoltes dépend des caprices de Mère Nature. Pour la préparation des sols, entre autres, les conditions du sol doivent permettre aux véhicules de s'engager dans les champs au cours des différentes étapes de réalisation : lors de l'épandage du fumier, des labours, du hersage, et des semis. Une pluie trop abondante pendant la préparation fera en sorte que certaines tâches devront être reprises, ce qui implique des coûts supplémentaires. S'il survient une sécheresse après les semis, le rendement sera affecté. Puis si la voisine a étendu son linge dehors, l'agriculteur très souvent, attendra que le linge soit rentré pour procéder à l'épandage. Certains travaux sont à proscrire, le dimanche et la Fête des mères entre autres, pour entretenir de bonnes relations avec le voisinage.

On parle aussi *des écarts intergénérationnels « expérience versus connaissance »* entre les agriculteurs qui œuvrent sur une ferme depuis leur enfance et leur façon de faire avec des étudiants fraîchement issus d'une technique agricole avec les toutes dernières approches préconisées qui, quelquefois sont mésadaptées. Il est quelquefois difficile pour un père de laisser son enfant prendre une place dans les décisions pour l'entreprise. La vision conservatrice et prudente du père se confronte souvent avec celle de développement et d'avenir des enfants. La communication, le partage et l'écoute deviennent alors des outils à privilégier.

**Certains citadins jouissifs d'une campagne sans pollution ni odeurs déplaisantes.** On fuit la pollution des villes et ce n'est certes pas pour trouver d'autres désagréments

pensent certains d'entre eux. Ces nouveaux campagnards, issus d'une société individualiste, n'ont pas nécessairement l'occasion ni l'intérêt nécessaire pour développer des liens et leurs connaissances à l'égard du monde agricole qui les entoure. Ils avaient de la difficulté à endurer la tondeuse du voisin et la campagne leur apparaissait un oasis de paix, de tranquillité et une opportunité de renouer avec le silence et l'air qui ne sent rien.

**La culture illicite de marijuana** pose également un problème et un stress supplémentaire aux agriculteurs. Combien d'entre eux se retrouvent avec du *pot* planté dans leurs champs de maïs sans, bien sûr, qu'on ait sollicité leur autorisation ? Ceci représente un problème important et c'est un viol de leur propriété. Mais seul, puis-je dénoncer sans risque de représailles sur ma famille ou sur mes biens ? se demande l'agriculteur. Laisser faire, qu'est-ce que cela implique ? Les lois qui régissent le trafic de drogues viennent donc s'ajouter aux lois environnementales, agroalimentaires et autres. En conséquence, certains agriculteurs n'ont plus accès à une partie de leur terre peu avant la récolte illicite car une surveillance 24H-7 jours est organisée par les contrevenants.

Afin d'interdire l'accès, les trafiquants pourront déposer des morceaux de bois avec des clous pour provoquer les bris et crevaisons aux véhicules des indésirables. Il peut arriver aussi qu'un gardien armé assure cette surveillance.

Et, pendant que... certains récoltent à coup de milliers de dollars, l'agriculteur, qui travaille entre 70 et 90 heures par semaine, gagne environ 2,50 \$\* par heure et quelquefois moins.

\* M.A.P.A.Q. 2003

## Conciliation avec la vie familiale et les activités quotidiennes

Le milieu de vie de l'agriculteur et de sa famille est son milieu de travail. On vit ensemble, on travaille ensemble, on fait face aux problèmes ensemble. Quand un problème ou les problèmes deviennent envahissants, ou trouvent-ils un espace pour relaxer et du temps pour en sortir et pour refaire le plein et quelquefois... la paix ? Le temps et les occasions de sorties sont rares.

### En bref,

Faire des choix, prendre des décisions et résoudre les problèmes font partie intégrante de la vie de l'agriculteur. Face à la détresse psychologique chez les agriculteurs, différents facteurs jouent en leur faveur mais des moyens peuvent-ils être utilisés afin de leur apporter du soutien lorsque nécessaire ?

Ces moyens devront être diversifiés et adaptés à leurs besoins et à leur réalité. Prendre deux semaines de congé maladie pour aller en vacances dans le sud, alors qu'il n'y a personne pour prendre la relève sur la ferme n'est pas une recommandation efficace.

D'autres actions s'imposent, parmi lesquelles, mieux connaître et mieux comprendre le monde agricole et les ressources existantes dans les différents domaines concernés et nous assurer d'une étroite collaboration en vue d'adapter nos services pour les personnes en besoin d'aide.

Lors de la conférence offerte aux agriculteurs, mercredi le 15 mars dernier, un participant est venu me trouver et m'a remis le message qui suit. Avec son autorisation, je vous le transmets, en guise de réflexion.

*Quand un agriculteur s'accomplit dans son travail qui est également son loisir et que, suite à une dépression, une perte de capacité s'installe et qu'il rechute encore avec une nouvelle perte de capacité : Je deviens quoi ? Je deviens qui ? Je me bats, mais je ne remonte pas et même que j'ai tendance à la baisse. Quoi faire ? Qu'est-ce que je deviens ?*

## Contenu du présent Tournesol.

Nous avons effectué une mini-recherche concernant la détresse psychologique et le suicide en milieu agricole. Je dis mini-recherche car la nomenclature sur le sujet est récente et très peu volumineuse. Après une brève mise en contexte, nous souhaitons vous informer sur le sujet en vous faisant connaître quelques statistiques, les facteurs de risque et les facteurs de protection. Nous décrirons aussi quelques moyens expérimentés pour contrer la détresse et pour prévenir le suicide dans les milieux rural et semi-rural au Québec.

Nous vous donnerons aussi un aperçu des moyens qui pourraient être mis de l'avant sur notre territoire afin de dépister et d'apporter le soutien nécessaire aux agriculteurs-trices en détresse. Je tiens à remercier Madame **Chantal Doyon**, coordonnatrice du comité Agri-ressources et ses membres, Messieurs **Simon Chrétien et Gilles Després** (CSSSAÉ point de service CLSC-CHSLD de l'Érable, ainsi que **Louis B. Plourde** pour leurs commentaires judicieux et pour leur précieuse collaboration à la rédaction de cette édition.

## Mise en contexte de la présente édition du *Tournesol* dont la thématique dresse un portrait de la détresse psychologique et du suicide chez les agriculteurs.

Par : *Paula Vachon*

**A**u printemps 2005, une émission, *Le Point*, à la télévision de Radio-Canada était consacrée à la situation préoccupante de la santé mentale dans le milieu agricole. Le Réseau de Prévention Suicide des Bois-Francs inc., compte 32 municipalités sur son territoire dont (28) se situent en milieu rural et semi-rural. L'organisme, alerté par cette situation, se sent interpellé. Lors de son assemblée générale annuelle, les membres identifiaient, parmi ses priorités d'actions 2005-2006, le développement de moyens et d'une stratégie nous permettant de rejoindre cette clientèle cible.

Un atout majeur favorable à ce développement repose sur le fait que le milieu agricole est un milieu dynamique et structuré.

### **Une démarche territoriale afin de contrer la détresse psychologique et le suicide chez les agriculteurs.**

Le Forum du Pacte rural, en janvier 2002, faisait ressortir la problématique de détresse vécue par les agriculteurs. À la suite du Forum du Pacte rural, une consultation s'amorce au sein des syndicats de base et auprès de partenaires techniques et financiers dans ce domaine d'activités. Certains constats s'en dégagent. *Chez les agriculteurs : les agriculteurs ne connaissent pas les ressources et ont tendance à s'isoler dans le besoin. Chez les intervenants et les personnes ressources qui les côtoient, des interrogations sont soulevées:*

### **Les services sont-ils adaptés à la clientèle agricole ? Les intervenants se connaissent-ils entre eux?**

En 2004, sur le territoire de la MRC de l'Érable, le comité Agri-Ressources est mis en place. Il regroupe des participants qui proviennent du Syndicat de base de l'UPA de Plessisville, des Bois-Francs, du Centre des Bois-Francs et du Lac William, du Syndicat des agricultrices de la région de Québec, de l'Association de la relève agricole de Mégantic Nord, d'une conseillère en financement à la RBC Banque Royale, d'une représentante de la Coopérative des Appalaches, d'un producteur agricole et de la conseillère pour l'entreprise Réseaux-Ressources qui coordonne ce Comité auxquels s'ajoutent deux intervenants du Centre de santé et de services sociaux Arthabaska-Érable. Les défis que ce comité devra relever sont : de faire connaître les services existants, d'améliorer et de développer des services adaptés au monde agricole ainsi que d'implanter un guichet unique d'une part. D'autre part, il vise pour objectif à outiller les intervenants et les personnes ressources ainsi qu'à créer un comité de suivi veillant à la mise en place d'actions concrètes pour contrer la détresse chez les agriculteurs et pour prévenir le suicide.

En octobre dernier, le Réseau de Prévention Suicide des Bois-Francs inc. est interpellé et s'associe au Comité Agri-ressources pour apporter sa collaboration dans l'élaboration du projet d'une journée-conférence offerte aux intervenants en milieu agricole et une seconde avec les producteurs agricoles.

En collaboration avec les membres du comité, présidé par Madame Chantal Doyon, les intervenants du CLSC-CHSLD de l'Érable, messieurs Gilles Després et Simon Chrétien et ceux du Réseau de Prévention Suicide des Bois-Francis inc., Paula Vachon et Louis B. Plourde, ont convenu du plan de déroulement pour la journée-conférence, tenue le 8 février dernier à Princeville dans le cadre de la Semaine nationale de prévention du suicide, sous le thème « *S'en parler pour s'entraider* ».

Plus de soixante intervenants et personnes ressources du milieu agricole des territoires des MRC de l'Érable et d'Arthabaska y ont assisté ainsi que quelques représentants en provenance de l'extérieur. Cette activité de sensibilisation crée donc une ouverture vers le développement d'un réseau de sentinelles qui permettait de rejoindre les agricultrices en impliquant les individus appelés à les côtoyer.

La responsabilité légale des intervenants et la présentation des services psycho-sociaux du CSSSAE étaient les thèmes abordés en avant-midi. Alors qu'en après-midi, un atelier d'une durée de 2 heures, visait à sensibiliser les participants au dépistage de la détresse psychologique et à reconnaître les signes précurseurs et quelques pistes d'intervention auprès des personnes en détresse. Cette sensibilisation était introduite par le monologue « Se taire tue » interprété par Réjean Bédard auteur et comédien du Théâtre Parminou. Les intervenants en milieu agricole intéressés pouvaient s'inscrire sur les lieux à une formation d'une durée de 12 heures qui se tiendra en avril prochain.

Une deuxième activité du même type s'est tenue le 15 mars dernier et regroupait cette fois plus de 90 agriculteurs et agricultrices du territoire des Bois-Francis et quelques représentants de l'extérieur partageant notre préoccupation.

Lors de la plénière, plusieurs agriculteurs présents ont émis leurs opinions sur les moyens à privilégier pour contrer la détresse psychologique. Ces interventions nous ont grandement éclairés lors de l'élaboration de la stratégie d'actions que nous proposons à la fin de ce dossier.

Aussi, dans le plan d'action en santé mentale 2005-2010, produit par le Ministère de la Santé et des services sociaux nous retrouvons une mesure préventive qui a pour objectif de rejoindre les personnes en difficulté ou en situation de crise, particulièrement les hommes adultes, afin d'intervenir auprès d'eux. Un cadre de référence visant la mise en place de réseaux de sentinelles afin de prévenir le suicide devrait être disponible sous peu. Nous souhaitons qu'une enveloppe budgétaire accompagnera cet outil afin de nous permettre de développer le réseau de sentinelles adapté au milieu rural et semi-rural et d'assurer le soutien nécessaire aux personnes impliquées.

Notons, en terminant, que la mise en place du Comité Agri-Ressources, sa structure, son efficacité de même que son ouverture représentent des atouts majeurs qui facilitent grandement notre implication et, nous n'avons nul doute, qu'il augmentera notre efficacité à agir sur la détresse psychologique et à prévenir le suicide au cours des prochaines années. ***Donc MERCI, aux membres du Comité Agri-Ressources!***

...il faut garder quelques sourires pour se moquer des jours sans joie... *Charles Trenet*

## Quelques statistiques concernant les problématiques rencontrées dans le monde agricole, la détresse psychologique et le suicide en milieu agricole au Canada, au Québec et dans les Bois-Francs

Sources : *L'envers de la campagne*, La semaine verte, Radio-Canada, 22 septembre 2002, *La vie de fou d'agriculteur, c'est fini pour moi*, Journal La Presse, Tristan Péloquin, 17 septembre 2005.

Par : *Paula Vachon*

### Quelques statistiques concernant les problématiques rencontrées dans le monde agricole:

Chaque jour, le Québec perd deux entreprises agricoles. Il s'agit souvent de fermes familiales ou la relève ne se pointe pas. Les enfants des agriculteurs n'ont pas le goût de trimer sept jours sur sept, à longueur d'année, nous informe **La Presse** du 17 septembre dernier dans un dossier produit par **Tristan Péloquin**.

Au Québec, le nombre d'agriculteurs,..., qui décident de démanteler leur entreprise agricole, connaît une progression considérable depuis quelques années. Entre 1996 et 2001, plus de 4 000 fermes ont disparu. Selon les données de Statistique Canada, un peu plus de deux fermes par jour ont fermé leurs portes ou ont été démantelées.

Aussi variées que complexes, les explications de ce phénomène ont presque dans tous les cas de profondes racines

économiques. En gros, les agriculteurs touchent moins de revenus alors que les dépenses augmentent sans cesse.

Depuis cinq ans au Canada, les dépenses des agriculteurs ont grimpé de 25% alors que les revenus ont augmenté de 19%. Les agriculteurs du Québec sont les plus endettés au pays, nous dit **Rachel Brillant**, journaliste de **La semaine verte**.

L'obligation de protéger l'air, l'eau et les sols est devenue un tourment, poursuit-elle. Entre autres pour les éleveurs de porcs, qui en cinq ans au Canada, ont fait bondir le nombre de bêtes de 26 pour cent, poursuit-elle. Au facteur économique s'ajoute le fait que les agriculteurs travaillent trop. D'après une étude de l'Université Laval, accomplir toutes les tâches sur une ferme moyenne au Québec de 48 vaches exige de la famille, 126 heures de travail par semaine, 52 semaines par année.

...C'est parfois l'échec qui est le meilleur gage de succès et souvent un retard s'avère plus utile qu'un progrès. Nous sommes rarement en mesure de nous rendre compte à quel point le négatif sert à produire le positif, à quel point le mal engendre le bien...

*Henry Miller*

# Statistiques canadiennes concernant la détresse psychologique et le suicide chez les agriculteurs :

Sources : *Fermiers au bord de la crise de nerf*, Journal La Presse, Ariane Krol, 17 septembre 2005.  
*Le suicide chez les exploitants agricoles canadiens*, Agence de santé publique du Canada, William Pickett, Will D. King, Taron Faelker, Ronald E.M. Lees, Howard I. Morrison et Monica Bienefeld.  
*Madame Maria Labrecque Duchesneau*, conceptrice et directrice générale de l'organisme *Au cœur des familles agricoles* en Montérégie.  
*L'envers de la campagne*, La semaine verte, Radio-Canada, Jacques Bouffard, 22 septembre 2002,

Par : *Paula Vachon*

Avec la collaboration de *Josée Thériault*

Contrairement à la croyance populaire, les agriculteurs ne se suicident pas davantage que le reste des Canadiens, a constaté une étude de Santé Canada en 2000. Le Québec est la seule province ou le taux de suicide par 100 000 habitants était significativement plus élevé chez les agriculteurs, mais selon les chercheurs, il s'agirait d'un problème de couplage des données. En revanche, le taux de suicide de l'ensemble des agriculteurs canadiens durant la période étudiée (1971-1987) a augmenté, alors que dans le reste de la population, il est resté stable, dit Ariane Krol, journaliste au journal La Presse.

Nous vous présentons les résultats de cette étude, menée par le Dr William Pickett, qui avait pour objet de décrire les taux de suicide observés chez les exploitants agricoles de sexe masculin au Canada et de comparer ces taux à ceux applicables à l'ensemble de la population masculine pour la période 1971 à 1987. Le tableau qui suit s'inspire de cette étude. Nous le reproduisons tel que présenté dans un document produit par l'organisme *Au cœur des familles agricoles* en Montérégie.

Suicides pour la période de 1971 à 1987 au Canada (*Le suicide sur les fermes canadiennes* par William Pickett, Université Queen.)

Province	Suicides	Taux 100 000 / an Agriculteurs canadiens	Taux 100 000 / an Population masculine en général
Terre-neuve	1	-	11,2
Nouvelle-Écosse	11	7,1	26,3
Île-du-Prince-Édouard	11	13,2	27,3
Québec	382	42,3	28,2
Ontario	344	25,1	25,5
Manitoba	114	15,9	28,6
Saskatchewan	259	18,0	30,2
Alberta	259	23,8	31,3
Nouveau-Brunswick	14	13,1	26,3
Colombie-Britannique	62	14,6	30,3
Canada	1457	24,3	27,4

Selon le chercheur, le célibat, la sous-scolarisation et le fait de vivre seul, l'incertitude et les crises économiques constituent d'importants facteurs de risque pour le suicide chez les agriculteurs; de même que l'absence de mécanismes de soutien social ou un soutien inadéquat.

Madame Labrecque-Duchesneau, pour sa part, fait état *des préoccupations certaines des agriculteurs quant à l'avenir de leur entreprise, la quête d'être reconnus, la charge de travail, la façon de réagir aux conflits et de reconnaître les sources de stress, les pressions liées au changement, leurs obligations, le taux d'endettement plus élevé, les exigences croissantes de la nouvelle technologie constituent une excellente porte d'entrée à l'épuisement professionnel.*

Comme dans la majorité des cas l'exploitation agricole est gérée par des hommes, aux différents facteurs énumérés ci-haut, s'ajouteront les facteurs de risque reliés à la problématique du suicide chez les hommes, par exemple leur difficulté à faire une demande d'aide.

Santé Québec, pour sa part, estime que le taux de détresse psychologique chez les agriculteurs ainsi que le « burn out » a doublé en cinq ans nous informe **Jacques Bouffard, journaliste de la Semaine verte.**

#### **L'ERREUR EST HUMAINE...**

...et le pardon, un remède souverain. Carl Thoresen, psychologue à Stanford, a mesuré les effets d'une thérapie visant à apprendre aux gens à pardonner : le niveau de stress et de colère, ainsi que les maux de tête et d'estomac, ont diminué beaucoup plus fortement chez ses patients que dans le groupe-témoin, et ses effets persistaient six mois plus tard. Pardonner ne veut pas dire oublier, excuser ou se réconcilier, dit Thoresen, mais ne pas nourrir de ressentiment.

*USA Today*

#### **Statistiques de mortalité par suicide en milieu rural et semi-rural dans les Bois-Francis sur trois ans (2002-2004).**

Les statistiques qui suivent concernent le territoire desservi par le Réseau de Prévention Suicide des Bois-Francis. Elles ont été compilées à partir des bilans périodiques de mortalité par suicide pour la région 17 qui nous proviennent du Bureau du coroner du Québec.

Ces données sont sujettes à changement tant que les enquêtes ne sont pas terminées. Nous nous en servons à titre indicatif et vous demandons de traiter ces informations avec discrétion et discernement. Nous avons effectué cette compilation afin d'avoir une connaissance plus précise de l'ampleur de la problématique du suicide en milieu agricole sur notre territoire. Ces informations nous permettent de connaître le nombre de décès par suicide en milieu rural et semi-rural mais non d'évaluer le taux de détresse psychologique vécue par nos agriculteurs.

De plus, nous n'avons pas d'information précise concernant la profession des personnes décédées, nous ne sommes donc pas en mesure d'affirmer qu'il s'agit-là d'agriculteurs exclusivement.

À des fins d'observation, nous avons identifié les municipalités de Victoriaville, Plessisville, Warwick et Princeville comme territoire urbain qui représentent 56,55 % de la population sur notre territoire alors que 28 autres localités ont été identifiées comme milieu semi-rural et rural et regroupent pour leur part 43,45 % de la population territoriale.

...Vous avez un avantage terrible sur la personne qui vous calomnie ou se montre volontairement injuste envers vous; vous avez le pouvoir de lui **pardonner!**

*Anonyme*

**Nombre de décès par suicide dans les Bois-Francs selon le milieu et le sexe et pourcentage de mortalité par suicide survenu en milieu rural et semi-rural au cours des années 2002-2003-2004.**

Année	Total des décès par suicide dans les Bois-Francs	Total des décès dans les milieux urbain et semi-urbain	Total des décès dans le milieu rural et semi-rural	Proportion des décès dans le milieu rural par rapport au total des décès	Sexe	
					H	F
2002	31	23	8	26 %	23	8
2003	22	14	8	36 %	19	3
2004	20	13	7	35 %	12	8
<b>Total 3 ans</b>	<b>73</b>	<b>50</b>	<b>23</b>	<b>32 %</b>	<b>54</b>	<b>19</b>

*Tableau produit par le RPSBF selon les bilans périodiques du Bureau du Coroner de Québec, mars 2006.*

Nous constatons alors que le nombre de décès par suicide a diminué en 2003 et 2004 sur l'ensemble du territoire, en milieu urbain et semi-urbain plus particulièrement. Pour sa part, le nombre de décès par suicide en

milieu rural et semi-rural s'est maintenu. Ce qui a pour impact l'augmentation du pourcentage de mortalité par suicide en milieu rural et semi-rural au cours des années 2003 et 2004.

**Répartition des décès par suicide dans les Bois-Francs selon le milieu et selon l'âge au cours des années 2002-2003-2004.**

Âge	Total des décès par suicide dans les Bois-Francs	Total des décès dans les milieux urbain et semi-urbain	Total des décès dans le milieu rural et semi-rural
Moins de 15 ans	0	0	0
15-24 ans	11	11	0
25-34 ans	10	8	2
35-44 ans	12	7	5
45-54 ans	27	17	10
55-64 ans	9	6	3
65-74 ans	2	1	1
75-84 ans	2	0	2
85 ans et plus	0	0	0
<b>Total</b>	<b>73</b>	<b>50</b>	<b>23</b>

*Tableau produit par le RPSBF selon les bilans périodiques du Bureau du Coroner de Québec, mars 2006.*

Au cours des années 2002-2003 et 2004, en milieu rural et semi-rural, les groupes d'âge les plus affectés sont les 35 et 54 ans. Une particularité : le milieu semi-rural et rural représente-t-il un facteur de protection au

suicide chez les 15-24 ans et peut-il devenir un facteur de risque pour les personnes âgées entre 75 et 84 ans? Pour répondre à cette question, une observation sur une plus longue période d'années est essentielle.

### Répartition des décès par suicide dans les Bois-Francs selon le milieu et selon le sexe au cours des années 2002-2003-2004.

Année	Bois-Francs territorial		Urbain et semi-urbain		Rural et semi-rural	
	H	F	H	F	H	F
2002	23	8	16	7	7	1
2003	19	3	12	2	7	1
2004	12	8	7	6	5	2
<b>Total</b>	<b>54</b>	<b>19</b>	<b>35</b>	<b>15</b>	<b>19</b>	<b>4</b>

Tableau produit par le RPSBF selon les bilans périodiques du Bureau du Coroner de Québec, mars 2006.

Dans les Bois-Francs, au cours des trois années, 74% des suicides ont été commis par des hommes et 26 % par des femmes. En milieu urbain et semi-urbain ce sont 70 % des hommes et 30 % des femmes qui sont décédés par suicide. En ce qui concerne le milieu rural et semi-rural, on voit une nette

démarcation entre les sexes, 83% des décès par suicide sont le fait des hommes ce qui dépasse de peu la moyenne provinciale de mortalité par suicide chez les hommes (80%) et 17% des personnes décédées étaient des femmes.

**À retenir : Sur notre territoire, les hommes représentent un risque plus élevé, surtout ceux âgés de 35 à 54 ans. Mais attention, comme nous le savons, bien qu'il y ait moins de femmes qui décèdent par suicide, elles ne sont pas à l'abri de la détresse psychologique et des tentatives de suicide beaucoup plus nombreuses chez elles. Les personnes âgées de 65 ans et plus doivent attirer notre attention lorsqu'elles résident seules en milieu rural et semi-rural.**

Rappelons-nous aussi, qu'au cours des années 2003-2004, la tendance à la baisse du nombre de décès par suicide observée dans les Bois-Francs concerne davantage la population urbaine et semi-urbaine et que le nombre de décès par suicide en milieu rural et semi-rural, quant à lui, se maintient.

## LES FACTEURS DE RISQUE ET LES FACTEURS DE PROTECTION

Sources : CRAAQ, *Portrait de l'établissement et du retrait de l'agriculture au Québec*, Ste-Foy, avril 2004, *Le suicide chez les exploitants agricoles canadiens*, Agence de santé publique du Canada, William Pickett, Will D. King, Taron Faelker, Ronald E.M. Lees, Howard I. Morrison et Monica Bienefeld

Par : *Josée Thériault*

Les facteurs de risque sont les circonstances, situations de vie ou les conditions qui augmentent le risque de détresse psycho-

logique ou de suicide. Voici les situations de vie auxquelles sont confrontés plusieurs agriculteurs.

### **Difficultés financières et endettement**

Plusieurs agriculteurs, en particulier les petits et moyens exploitants, ont des difficultés financières et vivent de l'endettement. Ceci est particulièrement vrai pour la relève, qu'elle provienne de la famille ou de l'extérieur. Pour éviter de s'endetter davantage ou de menacer la rentabilité de l'exploitation en versant des salaires supplémentaires, plusieurs agriculteurs assument seuls la charge de 2 ou 3 travailleurs.

### **Surcharge de travail et épuisement**

Ces agriculteurs travaillent trop, cela peut aller jusqu'à 90 heures par semaine et mener à l'épuisement. Ce qui ajoute à la lourdeur de la tâche et au stress des agriculteurs, ce sont les multiples changements qui ont lieu dans ce domaine. Par exemple, l'expansion de la ferme, qui, pour certains, semble nécessaire pour la rentabilité, les nouveaux programmes ou normes (de production, environnementales, etc.), et les exigences de la nouvelle technologie. Il y a donc plus d'aspects à considérer et à traiter dans l'exploitation de l'entreprise agricole d'aujourd'hui.

### **Diminution de la qualité de vie et manque d'accès au soins**

Cet excès de travail ne laisse pas aux agriculteurs beaucoup de qualité de vie, de temps pour soi, de temps libre pour se ressourcer en faisant des loisirs. Ils n'ont souvent pas le temps de se soigner, de consulter un intervenant ou un spécialiste quand ils en ont besoin et au moment où ils en ont besoin. Ce manque de temps et d'accessibilité des services prive les agriculteurs des services de santé et de services sociaux qui ne sont pas adaptés (mais seraient en voie de l'être) aux réalités et aux disponibilités des agriculteurs.

### **Incertitude face à l'avenir**

Compte tenu des difficultés reliées à la réalité et au mode de vie des agriculteurs, à l'image sociale négative de ce type de travail et au manque de reconnaissance de la part de la société, les agriculteurs ont de la difficulté à se trouver une relève (familiale ou de l'extérieur de la famille) pour prendre le relais. Cette difficulté à se trouver une relève engendre de l'incertitude face à l'avenir.

Seront-ils capables de vendre l'exploitation à un prix raisonnable ? Y aura-t-il quelqu'un pour prendre la relève ?

### **Les exigences de la masculinité**

Les agriculteurs sont en forte majorité des hommes principalement âgés de 35-54 ans, ce qui correspond à l'âge où les hommes sont le plus à risque de suicide au Québec. Ils ont l'habitude de se sortir tout seul de leur problème. Par conséquent, ils ont de la difficulté à demander de l'aide, à faire confiance à d'autres et à déléguer. Les hommes considèrent souvent que c'est une démonstration de faiblesse que de demander de l'aide ou de parler de ses problèmes et pour un homme, c'est trop souvent inacceptable. De plus, le suicide est depuis les années 1970-1980 considéré socialement comme un comportement plus acceptable pour faire cesser une souffrance à laquelle on ne trouve pas de remède.

### **Solitude et isolement**

Les agriculteurs vivent souvent de l'isolement. Les gens ne se voient pas souvent, les maisons en campagne étant éloignées les unes des autres et le travail agricole étant souvent un travail solitaire. De plus, les agriculteurs manquent de temps pour entretenir des relations sociales.

Tout cela fait en sorte que l'agriculteur n'a souvent personne de l'extérieur à qui parler de ses problèmes ou de ses préoccupations.

### **Les conflits, l'espace familial et l'entreprise familiale**

Ces entreprises agricoles sont la plupart du temps des entreprises familiales. Les petites querelles ou les plus gros conflits qui peuvent se vivre dans l'espace familial sont alors transposés dans les relations de travail et vice-versa. Il n'y a donc pas de répit pour les conflits !

William Pickett identifiait également : *le célibat, la sous-scolarisation, la quête de reconnaissance, de même que l'absence de soutien social ou un soutien inadéquat parmi les facteurs de risque au suicide.*

### **ÉTAT DE VULNÉRABILITÉ ET COMORBIDITÉ**

Ces difficultés mentionnées précédemment sont un terrain favorable à l'installation d'un état de vulnérabilité. La personne en état de vulnérabilité court un risque plus grand d'avoir de la difficulté à résoudre des problèmes quotidiens, de surconsommer des drogues ou de l'alcool, d'avoir des problèmes de santé, de vivre de l'anxiété, de faire une dépression ou d'entrer dans le processus suicidaire.

### **FACTEURS PRÉCIPITANTS**

Alors que la personne est en état de vulnérabilité, il pourrait arriver qu'une situation difficile vécue par cette personne agisse comme un facteur précipitant au suicide. Il pourrait s'agir entre autres d'une rupture du couple, de conflits familiaux, de problème avec la justice, d'un deuil qu'il soit par suicide ou non, d'une mauvaise saison pour la récolte, d'une fluctuation importante du

marché, d'un problème ou d'un accident de travail entraînant l'incapacité de produire de façon temporaire ou permanente.

### **FACTEURS DE PROTECTION**

Nous savons tous que ce n'est pas vrai que toutes les personnes vivant beaucoup de problèmes se suicident. La plupart réussissent à résoudre leur difficulté, et quand ils le réussissent, c'est rarement seul. Nous verrons avec les facteurs de protection que ce qui est déterminant dans la résolution de nos difficultés, ce sont les autres et notre capacité d'aller vers eux. Les facteurs de protection sont des éléments qui, lorsqu'ils sont présents, contrebalancent les effets négatifs causés par les facteurs de risque (les difficultés mentionnées plus tôt) et nous aident à maintenir un bon équilibre.

### **SUR LE PLAN PERSONNEL**

- Avoir de bonnes habitudes sur le plan du sommeil, de l'exercice et de l'alimentation.
- Avoir une bonne santé physique
- Savoir gérer son stress et résoudre ses problèmes
- Être ouvert à recevoir de l'aide
- Avoir des perceptions, croyances et attentes réalistes afin de ne pas toujours être déçu

Les actions à poser pour renforcer ces facteurs de protection seraient de sensibiliser les agriculteurs au fait que ce n'est pas démontrer sa faiblesse que de demander ou de recevoir de l'aide et de leur enseigner des techniques de gestion du stress.

Des agriculteurs pourraient se rencontrer en groupe pour échanger sur leurs perceptions, croyances, attentes et problèmes.

De plus, le fait qu'une personne parle de ses difficultés au groupe facilite l'ouverture des autres à le faire et à demander et recevoir de l'aide.

- Avoir un travail valorisant, confiance en soi et une bonne estime de soi

Le ministère de l'Agriculture, l'UPA et autres instances décisionnelles du monde agricole pourraient mener une campagne de promotion basée sur la reconnaissance du travail agricole afin de redorer l'image de ce travail et des agriculteurs, autant dans les médias que sur les produits que la population achète. Ceci pourrait avoir un effet positif sur la perception de soi des agriculteurs et sur l'opinion du public. Du même coup, ceci pourrait-il provoquer une augmentation de l'intérêt des jeunes à assurer la relève des agriculteurs.

#### **Sur le plan social et communautaire:**

- Avoir de bonnes relations familiales

Surtout ne pas envahir l'espace familial avec des conflits issus des relations de travail et vice-versa. Par exemple, il pourra s'agir d'utiliser un espace bureau où les problèmes de la ferme sont discutés et non la salle à manger de la maison familiale.

- Avoir des confidents et la présence de modèles sains dans son entourage
- Développer de bonnes habiletés sociales

- Avoir des relations sociales significatives
- Encourager le développement de l'esprit d'entraide et de partage favorisant l'appartenance
- Avoir une bonne connaissance des ressources disponibles
- Faciliter et humaniser l'accès au support-conseil du syndicat de base, de l'Union des producteurs agricoles, ministères, etc.

Ce support devrait viser à conseiller les agriculteurs quant aux nouvelles normes, aux nouveaux programmes ou aux problèmes financiers et légaux. Il semble même qu'à certains endroits, au Québec, des agriculteurs ont droit, par le biais de leur syndicat de base, à des services psychologiques.

#### **Sur le plan pécuniaire :**

- Avoir un revenu suffisant pour assurer les besoins de base et les loisirs

#### **Sur le plan politique :**

- Que les politiques sociales et agricoles soient adéquates et cohérentes

Il faudrait également que les agriculteurs obtiennent du support-conseil ou soient indemnisés lorsque des programmes ou des normes viennent chambouler l'exploitation de la ferme ou en diminuer sa rentabilité.

...Ce dont l'homme qui souffre et qui craint a besoin, ce n'est pas d'un autre cri de douleur mais d'une voix plus forte que la sienne et qui lui rende le courage...

*Martin Gray*

...Qui perd la santé perd beaucoup; qui perd un ami perd encore plus; mais celui qui perd le courage perd tout...

*Miguel de Cerventes*

## Des moyens pour contrer la détresse psychologique et pour prévenir le suicide dans les Bois-Francs.

Par : *Paula Vachon*,

Les différentes informations recueillies au cours de notre recherche nous amènent à faire quelques constats qui permettront l'élaboration d'une stratégie d'actions visant à réduire la détresse psychologique et le nombre de décès par suicide en milieu rural et semi-rural.

Les membres du Comité Agri-ressources pourront poursuivre cette réflexion afin d'apporter leurs propres expertises, leurs expériences et leurs connaissances afin d'alimenter la discussion et d'élaborer un plan d'action pour la poursuite des activités.

Le Comité Agri-ressources constitue un atout majeur qui favorise le partenariat et la concertation locale. Notre participation aux activités de ce comité nous a sensibilisé à différents aspects de la vie agricole et aux difficultés rencontrées par nos agriculteurs.

Comme nous le savons tous, la détresse psychologique pouvant mener au suicide est une problématique sociale qui concerne autant les décideurs que les intervenants terrain et les individus eux-mêmes. Nous devons, de ce fait, souligner l'importance de l'implication de différents paliers gouvernementaux, municipaux et syndicaux ainsi que celle des intervenants de différents milieux si nous voulons atteindre notre objectif de diminuer la détresse psychologique afin de réduire le nombre de décès par suicide en milieu rural et semi-rural.

Comme c'est le cas pour la prévention des accidents de la route ou la prévention des incendies, nous ne comptons pas

exclusivement sur la participation des policiers et des pompiers pour diminuer les décès de ce type. La prévention se fait à différents niveaux et implique un grand nombre de moyens et d'approches préventives. La stratégie d'actions que nous proposons devra inclure différentes instances ainsi que la contribution des ressources territoriales et des citoyens.

Les constats qui suivent constituent la base de la stratégie qui regroupera différentes approches utilisées. Nous décrirons ensuite la contribution que pourrait apporter notre organisme en vue d'agir sur la détresse chez les agriculteurs et de prévenir le suicide en milieu rural et semi-rural sur le territoire des Bois-Francs.

### Les constats :

Il peut y avoir une certaine redondance par rapport aux écrits présentés plus tôt. Nous croyons toutefois important de regrouper ces informations qui nous aident à avoir une vue d'ensemble de la situation.

La détresse psychologique chez les agriculteurs est une problématique présente dans l'ensemble du Québec;

Le monde agricole fait face à des changements importants. Les enjeux liés à la mondialisation, à la compétition des marchés internationaux de même qu'à la protection de l'environnement sont souvent contradictoires et occasionnent bien des problèmes aux agriculteurs;

La production laitière, ovine, acéricole et autres est acheminée en vrac vers des compagnies qui verront à la transformation des produits et à leur mise en marché. Ce qui est bien en soi, mais qui a pour impact négatif l'absence de feedback et de reconnaissance à l'égard des travailleurs agricoles par le public. À l'extrême, le seul produit qu'ils peuvent étaler c'est le fumier du troupeau et non le lait qu'il produit. De ce fait, ils sont trop souvent perçus par l'opinion publique et par quelques voisins comme des pollueurs;

Le stress des agriculteurs est aussi lié à la difficulté d'assurer la relève et de trouver du personnel compétent et intéressé sur une base permanente et temporaire. L'entreprise familiale existe encore mais elle tend à disparaître pour faire place à une entreprise qui nécessite d'avoir accès en permanence à des ressources humaines compétentes, ce qui faciliterait la délégation et favoriserait le répit pour l'agriculteur et pour sa famille;

L'agriculteur investit ses avoirs et s'endette pour mettre sur pied ou pour développer son entreprise. Il travaille entre 70 et 90 heures par semaine à la réalisation de son projet sur lequel repose la sécurité financière de sa famille (*pas le temps d'être malade*);

La vie familiale s'intrique à la vie professionnelle ce qui ne laisse que très peu d'espace pour prendre une distance favorable à la résolution de conflits ou de problèmes;

Les horaires de travail chargés rendent difficile la possibilité d'avoir une vie sociale active et des activités de ressourcement;

Le stress vécu sur une longue période peut dégénérer en burn out ou en dépression;

Les agriculteurs sont isolés et on note un manque de connaissance des ressources et

des services existants. Quelquefois, ce sera la disponibilité dans l'offre de services qui ne sera pas adaptée aux agriculteurs (horaire des services, listes d'attente);

### **La stratégie d'actions pour contrer la détresse psychologique et réduire le suicide chez les agriculteurs.**

La stratégie d'actions décrite repose sur différentes approches qui sont : la prévention, la promotion de la santé mentale, la sensibilisation, la formation, le dépistage, l'intervention et le soutien clinique aux différents groupes d'intervenants (sentinelles, intervenants agricoles et autres). Elle sous-tend des actions qui permettront d'atteindre nos objectifs.

#### **Prévention**

Sensibiliser les décideurs et autres afin d'amorcer *ou de renforcer* la concertation en impliquant différents palliers du gouvernement entre autres : le ministère de l'Agriculture, de l'Environnement... en vue de se doter d'une politique de développement agricole cohérente;

Valoriser l'agriculture et le rôle de l'agriculteur lors de la promotion et de la mise en marché de leurs produits tant sur le plan nationale, territorial que local;

Développer des partenariats avec les domaines de l'emploi et de l'éducation afin d'avoir accès à une banque de ressources humaines compétentes et qualifiées œuvrant dans différents domaines et pouvant apporter leur support sur une base occasionnelle ou permanente et faciliter le répit des agriculteurs;

Sécuriser le milieu agricole et les agriculteurs en poursuivant les activités visant la prévention de culture illicite en collaboration avec la SQ;

### **Promotion de la santé mentale**

Faire la promotion de la santé mentale par la publication d'informations et de moyens visant à mieux gérer le stress, la résolution des problèmes, valoriser et offrir des activités visant le ressourcement des agriculteurs;

Valoriser la demande d'aide afin de démystifier certaines croyances populaires telles que « demander de l'aide c'est un constat d'échec », ce qui pose obstacle à la prestation des services existants. Faire connaître les différentes ressources et services d'intervention disponibles.

### **Sensibilisation**

Sensibiliser la population et favoriser le développement d'activités visant la mise en valeur des produits du terroir;

### **Dépistage**

Développer et implanter des projets en vue de favoriser le soutien aux personnes vulnérables en les adaptant à la réalité locale;

Impliquer les intervenants en milieu agricole et les outiller afin qu'ils puissent reconnaître les personnes en besoin d'aide;

Impliquer la communauté par la mise en place d'un réseau de sentinelles efficace sur le territoire.

### **Formation**

Développer un contenu de formation adapté aux besoins des intervenants du milieu agricole;

Assurer la formation des intervenants en milieu agricole au dépistage et à l'intervention de crise auprès des personnes suicidaires;

Augmenter les compétences et assurer la motivation des intervenants impliqués par la tenue d'activités de formation continue.

### **Intervention**

L'intervention rejoint différents besoins des agriculteurs tant au niveau de l'application des lois et le soutien à faire valoir leurs droits, qu'à l'intervention psychosociale offerte par le CSSSAÉ et qu'au niveau des ressources humaines et de la crise suicidaire.

Développer un bottin de ressources permettant d'identifier les ressources et services disponibles pour les agriculteurs;

Mettre en place un mécanisme visant l'arrimage des services entre les différentes ressources concernées;

Assurer le soutien en regard des problèmes reliés à l'application des lois;

Assurer le soutien en développant une banque de ressources humaines diversifiées répondant aux besoins éprouvés par les agriculteurs (CLE-UPA-Solution ménage et autres);

Assurer l'offre et la disponibilité des services afin d'apporter le soutien psychosocial offert par le CSSSAÉ aux personnes en besoin;

Assurer la disponibilité d'un service téléphonique d'intervention de crise auprès des personnes suicidaires, de leurs proches et des personnes endeuillées à la suite d'un suicide;

### Soutien clinique aux intervenants et aux sentinelles

Assurer le soutien clinique sur une base 24H/7 jours par le biais du service d'intervention téléphonique du RPSBF :

- aux intervenants en milieu agricole;
- aux sentinelles;

Développer des activités et des moyens permettant de développer le sentiment d'appartenance et de maintenir la motivation des personnes impliquées.

Assurer la reconnaissance à l'égard de l'implication des intervenants.

---

## Moyens expérimentés

Par : *Paula Vachon (RPSBF) et Gilles Després (CSSSAE)*

---

Lors de la plénière de la journée de sensibilisation offerte aux agriculteurs, différents moyens ont été suggérés pour agir en vue de diminuer la détresse psychologique et de réduire le nombre de décès par suicide dans les Bois-Francs.

### Quelques projets ont été mentionnés, les voici :

Projet « **Parler pour parler** ». Les rencontres parler pour parler permettent aux agriculteurs de sortir de leurs fermes afin de rencontrer d'autres gens. Ils abordent différents sujets qui les préoccupent et tentent de trouver des solutions aux problèmes rencontrés. Parmi ces sujets : règlementations, problème de la relève agricole, le choc des connaissances, la forte compétition, le travail 7 jours par semaine, les différents secteurs affectés, etc.

Projet « **travailleur de rang** ». Le travailleur de rang est un agriculteur à la retraite qui connaît bien les gens de ce milieu et le travail de l'agriculteur. Il fait la tournée des entreprises et des activités agricoles pour écouter et partager ses connaissances, épauler l'agriculteur et le soutenir de différentes façons.

Projet « **Rencontres Juste pour ware** », sur le modèle des présentations Tupper ware. Il s'agit d'un projet expérimenté en Montérégie par Madame Maria Labrecque-Duchesneau. Ces rencontres, qui favorisent l'échange et la recherche de solution à différents problèmes rencontrés par les agriculteurs, sont supervisées par un intervenant psychosocial.

Projet « **Cercle d'entraide** ». Il regroupe une quinzaine d'agriculteurs/trices sur le territoire de l'Érable. Ces rencontres se sont tenues sur une base régulière sur une période d'environ 15 ans. Des sujets diversifiés sont abordés dans la plus grande discrétion. Les échanges débutent par un bilan du mois pour chacune. Qu'ont-elles vécues ? Comment l'ont-elles vécues ? Et quelle leçon en ont-elles tirées ? Des sujets diversifiés sont également abordés. Ces rencontres, qui favorisent les échanges sur différents sujets, sont très appréciées.

**Une activité de ressourcement** est également proposée soit : la retraite d'hommes et de femmes d'affaires.

**Enfin, un outil est proposé** soit la reproduction sur une plaque aimantée du numéro de téléphone des services psychosociaux du CSSSAÉ et du RPSBF. Le dépliant risquait de se perdre sous une tonne de paperasse.

De plus, les directions concernées du CSSSAE ont été sensibilisées au fait qu'il faudra améliorer l'accessibilité aux services psychosociaux pour répondre aux besoins des agriculteurs qui commencent à être disponibles pour recevoir des services aux heures où normalement ils ferment. On envisage de renforcer l'intervention à domicile, qui s'inscrit mieux dans les mœurs des producteurs agricoles et de diriger les agriculteurs qui consultent vers certains intervenants bien identifiés qui pourront ainsi développer une expertise particulière.

Le service d'organisation communautaire du CSSSAE pourrait aussi être mis à contribution pour soutenir l'implantation de différents projets de services collectifs que les agriculteurs décideraient de se donner.

### **Maintenant, les réseaux de sentinelles :**

Pour commencer, il sera utile de bien définir les sentinelles ainsi que leur rôle. La Stratégie québécoise d'action face au suicide identifie les sentinelles comme des personnes qui peuvent dépister, guider et orienter la personne aux prises avec la problématique du suicide ainsi que son entourage.

La définition selon le document de consultation pour la mise en œuvre de réseaux de sentinelles (document de travail 2005) produit par la Direction de la santé publique apporte davantage de précisions.

*Les personnes qui jouent le rôle de sentinelles sont des citoyens adultes, susceptibles d'être en contact avec des personnes*

*suicidaires à travers, soit leur occupation de travail, leur implication bénévole ou la place qu'ils occupent dans leur milieu ou leur communauté.*

*Ce sont des personnes volontaires, formées sur la problématique du suicide en fonction du rôle de sentinelles, c'est-à-dire repérer les personnes suicidaires et les orienter (référer ou relayer) vers les ressources d'aide appropriées. De plus, les sentinelles sont soutenues dans leur rôle par une ou des organisations de services identifiées préalablement.*

Frederico et Davis (1996), cité dans Roy (2004) comparent les principes de premiers soins et de réanimation cardio-vasculaire au rôle des sentinelles. *Ils pourront assurer le soutien en attendant que les spécialistes prennent la relève.*

*Le rôle des sentinelles se résume aux quatre R : soit Repérer, Recueillir l'information, Référer si la personne ne pense pas au suicide ou si elle est suicidaire et accepte de recevoir de l'aide et Relayer si la personne n'a pas l'intention de recevoir de l'aide ou d'être aidée. Un relais devra se faire avec une ressource identifiée afin que la personne soit prise en charge.*

Un réseau de sentinelles doit s'organiser selon les besoins et les possibilités qu'offrent le milieu. Certaines personnes, à l'emploi d'une organisation de fiducie, d'agronomie et d'une clinique vétérinaire, peuvent jouer le rôle de sentinelles.

D'autres personnes de la communauté, désireuses de s'impliquer, peuvent apporter leur contribution. Nous pensons aux prêtres, aux barmaids, aux restaurateurs ou quincailleurs, aux secrétaires municipaux ainsi qu'à des agriculteurs retraités entre autres.

L'important, lors de la mise en place d'un réseau de sentinelles comprend différents aspects soit le développement d'un réseau de sentinelles adapté au milieu, le développement des habiletés et des compétences ainsi qu'un mécanisme permettant d'apporter le soutien aux sentinelles en tout temps.

**Les exigences du développement d'un réseau de sentinelles adapté au milieu reposent sur :**

- l'établissement de liens avec chacune des localités en milieu rural et semi-rural,
- la connaissance des habitudes de vie et des possibilités qu'offre le milieu,
- la définition de la forme que prendra cette organisation adaptée à la localité et aux individus intéressés à s'impliquer (travailleurs de rang, rencontres en groupe...),
- l'accessibilité, sur une base 24H/7 jours d'un soutien clinique pour les sentinelles,
- d'assurer l'efficacité au niveau de l'arrimage des services,
- d'assurer un suivi à la mise en place du réseau de sentinelles afin de maintenir la motivation des participants et la continuité de ces activités.

**Les exigences du développement des habiletés et des compétences ainsi qu'un mécanisme permettant d'apporter le soutien aux sentinelles sont:**

- d'assurer la formation de ces personnes,
- de bien définir leur rôle,
- de bien identifier la ressource qui prendra le relais en vue d'assurer l'arrimage des services pour amorcer le suivi,
- de leur apporter le soutien nécessaire par l'entremise de la ligne d'intervention téléphonique du RPSBF et par la tenue d'activités de ventilation et d'échange et d'assurer la formation continue et le ressourcement des sentinelles.

**Est-ce réaliste?**

Le développement d'un tel projet demande l'implication à temps plein ou presque d'un employé au sein du Réseau de Prévention Suicide des Bois-Francs. Dans un premier temps, il s'agira de poursuivre et de développer l'établissement des liens avec les différentes organisations impliquées en milieu agricole (UPA, les vétérinaires, les agronomes, les gestionnaires, etc.) afin d'assurer la formation du plus grand nombre d'intervenants possible.

Par la suite, nous devons renforcer nos liens avec les conseils municipaux qui pourront nous éclairer et nous guider vers des ressources humaines potentielles. Nous allons ensuite nous adresser à la population par le biais du journal local et rencontrer, en face-à-face, les personnes ciblées par le conseil municipal afin de solliciter leur implication bénévole. Une consultation auprès des agriculteurs sera effectuée en collaboration avec l'UPA. Cette démarche visera à identifier le type d'activités correspondant à leurs besoins et se soldera par la mise en place du réseau de sentinelles dans la localité. La formation des sentinelles fera suite.

En ce qui concerne le soutien clinique, le service d'intervention téléphonique est déjà disponible par le biais de notre ligne d'intervention téléphonique.

Des activités qui permettront de regrouper les sentinelles et de favoriser les échanges et d'encourager leur implication devront être mises sur pied et assurées d'un suivi bimensuel pour chacun des groupes.

Nous pouvons envisager aussi la possibilité de la tenue de sessions de formation continue et de ressourcement regroupant l'ensemble des sentinelles une fois par année.

Comme le cadre de référence pour la mise en place de réseaux de sentinelles arrivera sous peu, s'il est accompagné d'un budget permettant l'embauche d'un employé supplémentaire au sein de l'organisme, nous croyons que le Réseau de Prévention Suicide des Bois-Francis inc. pourra assumer ces activités en vue d'atteindre notre objectif de réduire le nombre de décès par suicide sur le territoire que nous desservons. Quand saurons-nous si des nouvelles sommes seront octroyées?

« *La sortie du cadre de référence est prévue pour ce printemps* » m'avise monsieur Yves Guillemette, agent de planification et de programmation à l'agence de Santé et de Services Sociaux 04-17 et porteur du dossier suicide. *En ce qui a trait à une « enveloppe »..., il s'agit d'un dossier Santé publique et nul ne sait pour le moment s'il y aura de nouveaux montants octroyés...*

### Ça fait quoi comme différence...?

Je dirai simplement que la différence, pour le RPSBF, se compte en nombre d'années pour la mise en place d'une structure de sentinelles efficace. Avec un ajout de budget permettant l'embauche d'une personne affectée à ce secteur d'activité, nous croyons que d'ici trois (3) ans, les 28 localités rurales du territoire bénéficieront de cette structure. Il n'y a pas que la mise en place dont il faut tenir compte, mais nous devons aussi nous assurer qu'un suivi adéquat soit disponible.

Sans ajout de budget, soit avec notre petit 133 00,00 \$ et nos 3 employés actuels qui supportent l'ensemble des services, mettons 10 ans... À moins d'opter pour un modèle uniforme, qui ne fonctionnera pas dans la moitié des localités, ce qui pourrait se réaliser sur une période de 3 à 4 ans. Et le suivi, aura-t-on le temps de l'assurer ? Ça dépendra des demandes que nous recevrons... C'est plate hein...? Je suis bien d'accord...

*Merci infiniment d'avoir pris du temps pour parcourir ce Tournesol et sentez-vous totalement à votre aise pour nous faire parvenir vos commentaires en vue d'améliorer le tout.*

*À très bientôt !*

*Paula*

### **DERNIÈRE HEURE :**



Le RPSBF a déposé un projet *Carrière-été* afin d'embaucher deux étudiants(es) pour l'été 2006. Une des tâches identifiées sera la recherche et le développement d'un bottin des ressources spécifique au milieu agricole. À suivre dans *Le Tournesol* de la rentrée (octobre 2006).

De plus, une formation sur deux jours à l'intervention de crise suicidaire et au dépistage de la détresse psychologique dédié à des intervenants du milieu agricole se tiendra les 20 et 21 avril prochain. Pour plus d'information, contacter le permanence : **(819) 362-9412**  
[rpsbf@boisfrancis.qc.ca](mailto:rpsbf@boisfrancis.qc.ca)

Louis-B.

*Sans malice, juste pour rire...!*

## La 8<sup>e</sup> Soirée-bénéfice annuelle du RPSBF :

En quelques mots... Une présentation de :  & 

Par : *Louis-B. Plourde*

**N**ous sommes au Cinéma Laurier vendredi le 10 février 2006 vers 16 h 30 et tout est en place pour la 8<sup>e</sup> Soirée-bénéfice annuelle du Réseau de Prévention Suicide des Bois-Francis inc... Il n'y a plus aucun billet disponible, les porte-parole sont prêts pour leur générale d'avant spectacle, Éva Guetté prépare son sondage « ultra-léger », Pierre Verville a fait son test de son, mais où est donc Luce Dufault...? Elle était supposée être là à 14 h 30... Soudain, la voilà qui fait son entrée avec ses deux musiciens... Confusion sur scène : À qui le tour : les porte-parole ou Luce Dufault...? ... Merci mon Dieu, non avons affaire à une Grande Dame, pas compliquée pour cinq sous... Tout de suite, elle rencontre les porte-parole, Éva et cie, nous cède la place et fera son test de son plus tard.

Cet événement fut le seul élément « stressant » de la journée. Une journée merveilleuse et encore une fois remplie de moments magiques. La 8<sup>e</sup> édition de cette soirée fut un succès sans précédent en ce qui a trait aux retombées financières. Mais au-delà de ce résultat plus que positif, c'est l'appui du milieu, encore plus présent cette année, qui fait chaud au cœur... Plus de la moitié de nos municipalités desservies étaient représentées (certaines municipalités ont même acheté jusqu'à 6 billets...). Il est évident qu'avec monsieur *Michel Delamarre* comme président d'honneur, le Centre de santé et de services sociaux d'Arthabaska-Érable (CSSSAE) avait toute une délégation, même chose du côté de la Commission scolaire des Bois-Francis (CSBF) avec 8 représentants.

Cette année, nous avons eu le plaisir d'accueillir un nouveau partenaire financier : la *Fondation Jacques et Michel Auger*, fort bien représenté avec 8 personnes. Sans compter nos délégations de *Desjardins* et *Cascades*. Donc, beaucoup de « beaux mondes » dans la salle.

La soirée c'est déroulée tout en douceur, dans une atmosphère intimiste, humoristique et chaleureuse. Animée de main de maître par la pétillante et rafraîchissante *Éva Guetté*, elle a tout d'abord introduit notre impayable président *Gaston Bélanger* qui, après avoir reçu quelques « flèches » d'Éva, l'a rebaptisée *Ella Quawatch*, en honneur de sa supposée descendance amérindienne et nous a livré un discours à sa hauteur : plein de sens et de jeux de mots... Par la suite, ce fut au tour de *Michel Delamarre*, rebaptisé par erreur *Michel D. Lamarre* sur les billets (cousin de *Gérard D. Laflaque*...?), qui sur un ton un peu plus sérieux, a réaffirmé la volonté du CSSSAE de travailler en étroite collaboration avec le RPSBF dans la poursuite des actions en matière prévention du suicide sur le territoire. Puis ce fut notre coordonnatrice, *Paula Vachon*, qui à sa manière, tout en douceur, est venue décrire les services du RPSBF avec l'appui d'une vidéo produite par la TVCÉ.

Changement de ton avec Éva qui revient avec une présentation du mode d'intervention du Parminou appuyée d'un extrait vidéo de la pièce *Facile à dire*, qui en passant, devrait tourner pour la première fois dans les écoles de la CSBF lors de la semaine nationale de prévention du suicide 2007.

Elle nous a aussi présenté les résultats de son sondage « *ultra-léger...* ». Puis ce fut au tour de **Pierre Verville** de goûter à la médecine de notre Éva. Elle l'a présenté habillée en vache en donnant un numéro de carte de crédit fictif (ceux qui ont vu *Surprise*, *Surprise* comprendront...).

Que dire de **Pierre Verville**...! 20 minutes qui nous auront paru 20 secondes tellement on en aurait pris plus...Faut dire aussi que notre ami Pierre y est allé d'une performance extraordinaire. Son implication et sa générosité ne se sont pas arrêtées au spectacle. Il fut présent lors de la conférence de presse de décembre dernier et nous a enregistré un message de 30 secondes diffusé gratuitement 2 fois par jour sur les ondes de O 97,3 et Passion Rock 101,9 (merci **Annie Labbé**, dg des stations).

Et **madame Dufault**...Tel que mentionné plus haut : une Grande Dame de la chanson et aussi dans la vie. Malgré qu'elle tombait des nues, n'étant pas au courant qu'elle participait à une Soirée-bénéfice (mauvaise communication gérant/artiste), elle nous a envoûté de sa voix et charmé par son approche intimiste et simple. Elle a participé au cocktail de fin de soirée, se pliant généreusement aux signatures d'autographes et aux prises de photos (*un beau ti-couple, elle et notre président d'honneur...*).

Encore une fois, cette soirée a été rendue possible grâce à l'implication grandissante (*ils se sont eux-mêmes ajoutés 2 rencontres dans l'année...*) du comité des partenaires. Ce comité de « *doux cinglés* » comme le dit si bien Gaston, est toujours formé de : **Lynda Marcoux** (Desjardins) qui encore une fois cette année a battu les records de vente de billets au sein du comité; **Luc Labrecque** (Cascades) qui lui collecte de l'argent à longueur d'année auprès de ses contacts pour la cause;

**David Méthot** (Accommodation Le Gazstore) notre fidèle sentinelle de Warwick qui nous apporte un brin de jeunesse au sein du comité; **Hélène Desperrier** (Théâtre Parminou) qui malgré un horaire « *hyperchargé* », a toujours eu depuis 7 ans, du temps et du talent à consacrer au Réseau; **Mario Juairé** (Ville de Princeville) qui, par son soutien constant au Réseau, et ce de longue date, ainsi son humour particulier, amène un brin de folie à ce comité; **Charles Dubuc** (l'Olive Rouge), qui a passé l'après-midi entière et une bonne partie de la soirée (en fait, il n'a même pas vu le spectacle) à couper du fromage pour ensuite recevoir gracieusement quelques 150 convives pour le cocktail de fin de soirée; **Nancy Capistran** (Progesco), qui a su si bien prendre le relais de Charles à la présidence d'honneur et poursuit son implication; **Gaston Bélanger** (Ville de Kingsey Falls et président du c.a. du RPSBF) qui, depuis plus de 5 ans, s'implique de façon constante et grandissante au Réseau, mais surtout qui nous amène son expérience, son intégrité et sa douce folie.

On ne peut passer sous silence l'implication d'un homme de cœur et d'action tel que **Robert Carrier** (Cinéma Laurier) qui, année après année, nous soutient dans nos démarches artistiques, nous accueille gracieusement et nous partage un brin de sa « *psycho-socio-philosophie* » de la vie; **Michel Comtois et son équipe** (Gérald Musique) qui, par leur professionnalisme, leur courtoisie et le sentiment que « *y en a pas de problème...* », font en sorte que « *y en a pas de problème...* »; **Dominic Fortier et son équipe** (TVCE) qui couvrent nos conférences de presse, le spectacle et, cette année, ont produit la vidéo des services. Il y a aussi la dizaine de bénévoles sans qui le déroulement de cette soirée serait impossible. À vous tous et aux 503 participants de la soirée :

**UN GROS MERCI !**