

Les agriculteurs aussi ont droit au bien-être

L'inter-Afocg (Associations de formation collectives à la gestion) a tenu ses journées Gestion nationales les 23 et 24 octobre à Laval. Venus des 18 Afocg de France, 150 participants le jeudi et 180 le vendredi ont échangé sur la question du bien-être des agriculteurs (1). *"On parle beaucoup du bien-être animal, mais pas beaucoup de celui des personnes. Ce thème nous tient à cœur, d'autant que les valeurs de l'Afocg insistent sur l'humain"* explique Françoise Berson, animatrice de l'Afoc 53, qui a œuvré avec ses collègues au déroulement de ces jour-

nées, épaulés par 25 bénévoles mayennais.

Suicide et mal-être sont des sujets lourds, mais *"nous avions la volonté de montrer qu'on peut traverser des périodes difficiles et en sortir positivement"*. Les fermes visitées le jeudi ont servi de support aux échanges: *"Ce sont des exploitations qui vont bien, même si tout n'a pas été un long fleuve tranquille."* Le lendemain, des agriculteurs ont témoigné de leur parcours accompagné des formations de l'Afocg. Le spécialiste des problèmes psychosociaux François-Régis Lenoir, apportait son éclairage (2). Les

participants de ces journées repartent avec des idées pour mettre en place de nouvelles formations: c'est tout l'intérêt de l'échange. Individuellement, *"ce sont aussi des ressources positives pour continuer de se mobiliser"*.

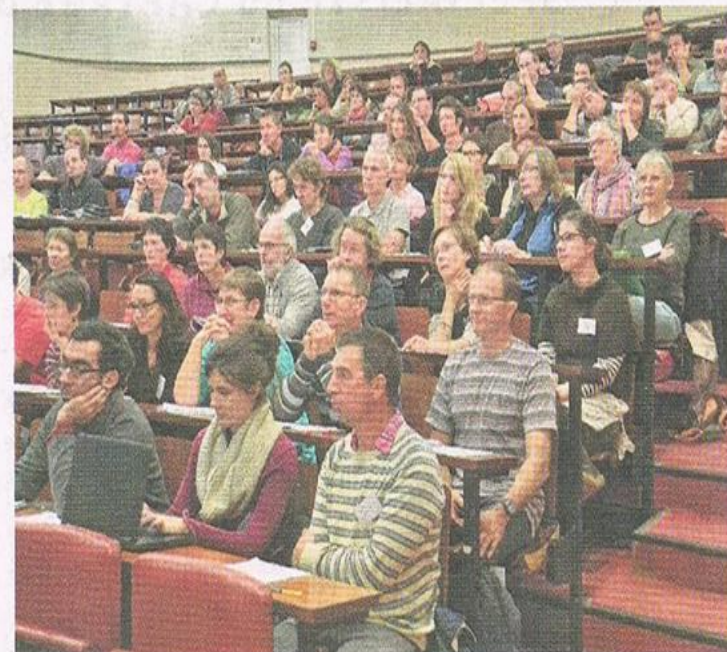
A noter que depuis avril dernier, c'est le Mayennais Bruno Gobé qui préside l'Inter-Afocg.

Rémi Hagel

(1) Après "la transmission" l'an dernier et "travailler ensemble" il y a deux ans.

(2) Lire en page 24.

POUR EN SAVOIR PLUS
www.interafocg.org



180 personnes ont participé aux débats vendredi.



"Face au stress, qui engendre des accidents, on peut agir !"

François-Régis Lenoir

est psychologue, spécialiste des risques psychosociaux, consultant du cabinet Puzzle Concept, mais aussi agriculteur. Il intervenait aux journées nationales de l'Inter-Afocg.

par Rémi Hagel
remi.hagel@
aveniragricole.net

On enregistre 11 000 suicides en France chaque année. "On parle des accidents de la route, mais le suicide est bien plus important !" commente François-Régis Lenoir. On le sait, le milieu agricole est touché : on estime les suicides à 35 pour 100 000 personnes. C'est beaucoup, mais pas plus que dans les métiers de la santé et du social, et moins que chez les retraités (50/100 000) et les chômeurs (58/100 000). Sans aller jusqu'à l'extrémité du suicide, les agriculteurs meurent aussi plus d'accidents, à cause de la dangerosité du métier, mais surtout à cause du stress. "Pourquoi un geste qu'on a fait mille fois va mal se passer la 1 001^e fois ? Souvent, c'est le stress qui a réduit notre attention."

Hyper travail : une erreur

"Le stress est un syndrome général de l'adaptation." On cherche l'équilibre entre les éléments de notre vie professionnelle, privée, familiale, sociale. "Cela se dérègle quand les contraintes deviennent plus fortes que nos ressources. Se réfugier dans l'hyper travail

est une mauvaise stratégie face au stress, parce qu'au bout d'un moment, le corps craque."

Il existe plusieurs facteurs de risque : les conditions économiques difficiles, l'isolement, l'absence de confident, l'implication ou non dans une activité hors du travail. Il ajoute : "En agriculture, le caractère transgénérationnel de l'activité compte beaucoup. Il y a un lien avéré entre le nombre de générations d'une même famille présente sur la ferme et le stress de l'enfant qui reprend la suite". Une étude révèle l'importance de la relation aux voisins. "On constate une diversité stupéfiante selon les secteurs. Parfois, le voisin est ami, parfois, c'est l'inverse."

Cela dit, dans la plupart des cas, "on peut agir". En effet, "les facteurs situationnels sont les plus graves : l'économie, les compétences, l'environnement". Ce sont des points concrets sur lesquels on peut jouer. Par ailleurs, il n'y a pas de "génétique du stress. Ce mode de réaction, on l'a appris, souvent par mimétisme familial". S'il n'y a pas de déterminisme, c'est qu'on peut corriger le tir.