

## La détresse psychologique chez les agriculteurs

Plusieurs études démontrent que les agriculteurs font maintenant partie des groupes de travailleurs et travailleuses fortement à risque de détresse psychologique.

Dans les milieux agricoles, plusieurs facteurs viennent contribuer à cette vulnérabilité :

**Isolement;**

**Peu de temps pour les loisirs, la famille, les vacances;**

**Obligations financières et revenus variables;**

**Rareté de la main d'oeuvre;**

**Peu de relève;**

**Profession dévalorisée;**

**Beaucoup de travail et de responsabilités;**

**Marché fluctuant et compétitif...**

## Dans Portneuf, agissons pour prévenir...

Prendre le temps de consulter les ressources d'aide et de santé demeure la meilleure chose à faire devant les difficultés diverses : maladie, toxicomanie, épuisement, violence, etc.

Malheureusement, certaines personnes ne consultent pas lorsque la situation l'impose.

C'est pourquoi le Centre de Prévention du Suicide de Portneuf tient à former des Sentinelles auprès de ceux qui côtoient les agriculteurs de notre communauté.

**DEVENEZ  
SENTINELLE**

La mise en place de réseaux de Sentinelles contribue à la réduction du nombre de suicides. Les Sentinelles sont des personnes vigilantes, formées pour repérer les personnes en détresse, pour aborder ces personnes et pour les mettre en lien avec les ressources d'aide professionnelle.

Centre de prévention du suicide 24h/7  
**1-866-APPELLE**  
**1-866-277-3553**



c'est:

## Devenir Sentinelle...

**Recevoir une formation gratuite de 7 h 00 sur la prévention du suicide et sur la détresse psychologique;**

**S'impliquer à la prévention du suicide dans sa communauté;**

**Reconnaître les personnes en détresse autour de soi;**

**Être capable d'estimer l'urgence de la situation;**

**Connaître les actions de base à poser;**

**Faire en sorte que de l'aide soit apportée;**

**C'est aussi bien plus encore...**

**Attestation de formation remise aux participants.**

**Vous cotôyez  
des agriculteurs?  
Devenez Sentinelle!**

**Que vous soyez :**

Vétérinaire

Agronome

Comptable

Notaire

Proche d'un agriculteur

Inséminateur

Laitier

Meunier

Producteur agricole

Marchand de machinerie  
agricole

ou autres...

Ensemble,  
nous pouvons faire  
quelque chose!!

**Pour informations  
n'hésitez pas à  
nous contacter**

**Centre de prévention  
du suicide  
Intervention téléphonique  
24/7**

**1-866-APPELLE  
1-866-277-3553**



**L'Arc-en-ciel  
331, rue Notre-Dame  
Donnacona (Québec)  
G3M 1H3**

Téléphone : 285-3847  
Télécopieur : 285-3879  
Courriel: [larc.enciel@globetrotter.net](mailto:larc.enciel@globetrotter.net)

**Prévenons  
la détresse chez les**

**AGRICULTEURS**



**Agissons!**

**L'Arc-en-ciel**  
organisme communautaire en santé mentale