



# VIVRE SUR UNE FERME



POUVOIR NOURRIR  
POUVOIR GRANDIR

*L'Union des producteurs agricoles*

## LA SANTÉ PSYCHOLOGIQUE : UNE **PRIORITÉ!**

La santé psychologique des agricultrices et des agriculteurs fait partie des priorités de l'Union des producteurs agricoles. Aussi, depuis un an, notre organisation s'est donné comme objectif de mobiliser à la fois ses ressources, et celles d'autres partenaires du milieu, autour d'une stratégie de sensibilisation.

L'enjeu est de taille, car les plus récentes recherches sur la question confirment des taux de détresse et de suicide plus élevés chez les agriculteurs que ce que l'on observe dans l'ensemble de la société.

La brochure « VIVRE SUR UNE FERME » a été réalisée à l'intention des intervenantes et intervenants œuvrant dans le domaine de la santé et de la prévention de la détresse psychologique. Elle leur permettra, nous osons le croire, de se familiariser avec les réalités et les préoccupations de ces femmes et de ces hommes pour qui l'agriculture est plus un mode de vie qu'un travail.

Bonne lecture!

## DES GENS **FIERS** ET INDÉPENDANTS

Une récente étude menée par M. Philippe Roy révèle que la faible sensibilité aux symptômes de stress, le déni, la croyance de pouvoir s'en sortir seul, et l'ignorance des services psychosociaux, expliquent en partie les raisons pour lesquelles les agriculteurs consultent peu et hésitent à parler de problèmes de santé mentale.

Pour parler de stress, ou de santé mentale, la plupart des agriculteurs se tournent vers les rencontres individuelles plutôt que les rencontres de groupes ou l'aide téléphonique. Ils sont également plus enclins à se confier à une personne qui connaît l'agriculture.

### *Un agriculteur c'est quelqu'un :*

- ✓ qui est fier de son métier
- ✓ qui compte d'abord sur les membres de sa famille (conjointe, conjoint, enfants, parents) pour assurer la main-d'œuvre nécessaire aux travaux sur la ferme.
- ✓ qui travaille souvent sept jours semaine, surtout s'il oeuvre en production animale



## ÊTRE AGRICULTEUR : UNE TÂCHE COMPLEXE ET EXIGEANTE

Pour être agriculteur, il faut d'abord aimer la nature et les animaux; il faut aussi démontrer un bon sens de l'organisation et des aptitudes en planification; il faut faire preuve d'initiative et de jugement, avoir une grande capacité de travail et, finalement, aimer à la fois la gestion et les travaux manuels.

Sur une ferme, il faut être polyvalent et débrouillard, connaître les techniques de production et les systèmes de commercialisation, les animaux, les sols, les plantes, les équipements mécaniques et informatiques, les bâtiments ainsi qu'une foule de règlements provenant des différents paliers de gouvernement.

« Pour être agriculteur, il faut d'abord aimer la nature et les animaux »

L'entreprise agricole doit constamment s'adapter, non seulement aux besoins des consommateurs et à l'évolution des marchés, mais aussi aux réglementations environnementales, aux

fluctuations de prix des denrées, aux pressions liées notamment à l'étalement urbain (nouvelles règles de cohabitation touchant les odeurs et le bruit), sans oublier le climat.

## QU'EST-CE QU'UNE FERME FAMILIALE?

C'est la ferme type au Québec. Plus de 90 % des 28 300 entreprises agricoles québécoises sont familiales et on les définit comme des entreprises où les propriétaires et leur famille vivent, prennent les décisions, contrôlent la gestion et fournissent l'essentiel du travail et du capital.

## DES FEMMES ET DES HOMMES EXPOSÉS À DE NOMBREUX FACTEURS DE STRESS<sup>1</sup>

### LIÉS AU TRAVAIL :

- ▶ Instabilité des revenus
- ▶ Surcharge de travail
- ▶ Risques propres à l'agriculture (climat, maladie, ravageurs, fluctuation des prix)
- ▶ Isolement
- ▶ Absence de relève ou transfert de ferme difficile
- ▶ Conflits avec les autres membres de la famille travaillant sur l'exploitation
- ▶ Complexité du travail agricole (gestion, nouvelles technologies et réglementations).

### LIÉS AUX SITUATIONS RELATIONNELLES :

- ▶ Problèmes conjugaux, séparations, divorces
- ▶ Conflits familiaux

### LIÉS À LA SANTÉ PHYSIQUE :

- ▶ Lorsque surviennent des blessures et maladies :
  - la charge de travail est répartie entre les autres membres de la famille
  - cela entraîne des répercussions financières sur l'exploitation agricole
  - et parfois un sentiment d'inutilité, d'être un fardeau

### LIÉS À LA SANTÉ PSYCHOLOGIQUE :

- ▶ Trouble dépressif
- ▶ Trouble lié à une ou des dépendances
- ▶ Non-observance de la médication
- ▶ Prise de médicament en secret

*Il est extrêmement difficile pour un agriculteur de se faire remplacer pour les travaux sur la ferme. Lui conseiller de prendre quelques semaines de vacances pour se reposer peut entraîner une réaction négative.*

*Les premières pistes à explorer avec une agricultrice ou un agriculteur qui consulte pour un problème de santé psychologique seraient d'aborder la situation financière de l'entreprise ou encore les contraintes réglementaires dont il doit tenir compte (ex. : normes environnementales, règlements municipaux). Ce sont les deux principales sources de stress des producteurs agricoles.*

<sup>1</sup> Travaux de recherche de Ginette Lafleur, chercheuse, groupe CRISE, Université du Québec à Montréal et Philippe Roy, professeur invité, École de travail social, Université de Montréal

# DES SOURCES DE STRESS QUI S'ACCENTUENT

## LA PRESSION ENVIRONNEMENTALE

Au cours des dernières années, on a connu une évolution rapide des normes environnementales relatives aux activités agricoles. Les coûts associés à l'adaptation des fermes aux diverses dispositions réglementaires sont considérables. Reconnaisant ce fait, les gouvernements se sont engagés à soutenir le secteur agricole en offrant un soutien financier et en accordant des délais raisonnables pour répondre aux nouvelles normes. Malheureusement, force est de constater que les mesures d'aide promises n'ont que très partiellement été octroyées.

## LA COHABITATION

Bien que positif pour le maintien du dynamisme des milieux ruraux, l'arrivée de nouveaux voisins non-agriculteurs peut devenir une source de conflits. La cohabitation n'est pas toujours facile et engendre elle aussi un stress important. Il faut savoir qu'en raison de sa nordicité et du potentiel fourrager de son territoire, le Québec agricole est fortement axé

« *Bien que positif pour le maintien du dynamisme des milieux ruraux, l'arrivée de nouveaux voisins non agriculteurs peut devenir une source de conflits* »

sur la production animale. Or, qui dit élevage, dit odeur de fumier et de lisier. L'étalement urbain en périphérie des grands centres engendre lui aussi des difficultés accrues de cohabitation (bruits, odeurs, poussières).

Le système de rang qui a modelé le développement du territoire québécois et qui ponctue notre paysage rural est caractérisé par l'étroitesse des terres et la proximité des bâtiments. Or cette proximité, qui favorisait autrefois l'entraide et la solidarité, est devenue problématique en certains endroits. Dans bon nombre de cas, ces conflits se sont traduits par l'adoption de règlements municipaux limitant ou encadrant le développement de la production agricole, emportant avec eux le rêve d'établir sa relève en agriculture.



## L'ACCESSIBILITÉ AUX SERVICES D'AIDE<sup>2</sup>

La très grande majorité des agriculteurs vivent en milieu rural où les distances sont grandes et les points de services très éloignés du domicile. Par ailleurs, le fait de travailler avec du vivant nécessite souvent des changements rapides à l'horaire (température, naissance, maladie, bris mécanique, etc.) L'accès à des services d'aide en santé psychologique, téléphoniques ou virtuels, permet notamment aux agriculteurs d'éliminer la contrainte de distances et de bénéficier d'une grande confidentialité. Les interventions en personne demeurent toutefois essentielles et, à cet égard, l'agriculteur devrait avoir le choix du lieu : à son domicile, à la ferme ou à un point de service (bureau, CISSS, clinique, etc.)

Il n'y a pas de formule unique : certains préfèrent les rencontres à domicile, alors que d'autres aiment mieux les rencontres à l'extérieur, car celles-ci donnent une occasion de sortie jugée bénéfique. Cette option permet non seulement une intervention individuelle, mais également un répit temporaire ou même une intervention de groupe, ce qui est salutaire pour briser l'isolement.

En somme, il est important de reconnaître les liens entre le contexte socioculturel des agriculteurs, leurs comportements de santé et les réponses sociales. La promotion de l'accès aux services est essentielle, mais doit s'accompagner de mesures visant l'accessibilité des services.

<sup>2</sup> Article de Philippe Roy, professeur invité, École de travail social, Université de Montréal et de Gilles Tremblay, Ph.D., t.s., professeur titulaire et responsable de l'équipe Masculinités et Société, École de service social, Université Laval

**DANS CHACUNE DES 12 FÉDÉRATIONS RÉGIONALES DE L'UNION DES PRODUCTEURS AGRICOLES, IL Y A UNE RESSOURCE RESPONSABLE DU DOSSIER DE LA SANTÉ PSYCHOLOGIQUE. N'HÉSITEZ PAS À LA CONTACTER!**

RÉGION	RESPONSABLE	CONTACT
Abitibi-Témiscamingue	Linda Lavoie	819 762-0833, poste 321
Bas-Saint-Laurent	Frank St-Pierre	1 800 463-8001, poste 3103
Capitale-Nationale-Côte-Nord	Gabrielle Émard	418 872-0770, poste 238
Centre-du-Québec	Marc Dessureault	819 519-5838, poste 165
Chaudière-Appalaches	Frank St-Pierre	1 888 938-3872, poste 3103
Estrie	Valérie Giguère	819 346-8905, poste 124
Gaspésie	Marc Tétreault	418 392-4466, poste 208
Lanaudière	Annie-Claude Moreau	450 753-7486, poste 235
Mauricie	Annie Gagnon	819 378-4033, poste 240
Montérégie	Katerine Montcalm	450 454-5115, poste 6228
Outaouais-Laurentides	Emilie Caron	450 472-0440, poste 223
Saguenay-Lac-Saint-Jean	Lise Tremblay	418 542-5666, poste 230

## SAVIEZ-VOUS QUE?

### L'AGRICULTURE AU QUÉBEC, C'EST...

- ▶ 41 200 agricultrices et agriculteurs établis sur 28 500 fermes majoritairement familiales;
- ▶ l'activité la plus importante du secteur primaire avec des ventes totales d'une valeur de plus de 8 milliards de dollars par année;
- ▶ 55 800 emplois directs;
- ▶ plus de 620 millions de dollars investis annuellement dans l'économie des régions.

### LA FORÊT PRIVÉE, C'EST...

- ▶ 134 000 propriétaires de boisés (31 000 d'entre eux détiennent le statut de producteur forestier);
- ▶ des livraisons annuelles de 7 millions de m<sup>3</sup> de bois, pour une valeur annuelle de 400 M\$;
- ▶ 16 % de l'approvisionnement de l'industrie forestière;
- ▶ 25 000 emplois directs à temps partiel et à temps complet (9400 ETC).

### AINSI, L'AGROALIMENTAIRE ET LA FORÊT PRIVÉE REPRÉSENTENT...

- ▶ 12 % de l'emploi total (1 emploi sur 8);
- ▶ une contribution de 7,3 % au produit intérieur brut (PIB) du Québec;
- ▶ une balance commerciale positive de 600 M\$ (2013)



Direction  
communications  
et vie syndicale

Septembre 2016



POUVOIR NOURRIR  
POUVOIR GRANDIR

L'Union des producteurs agricoles