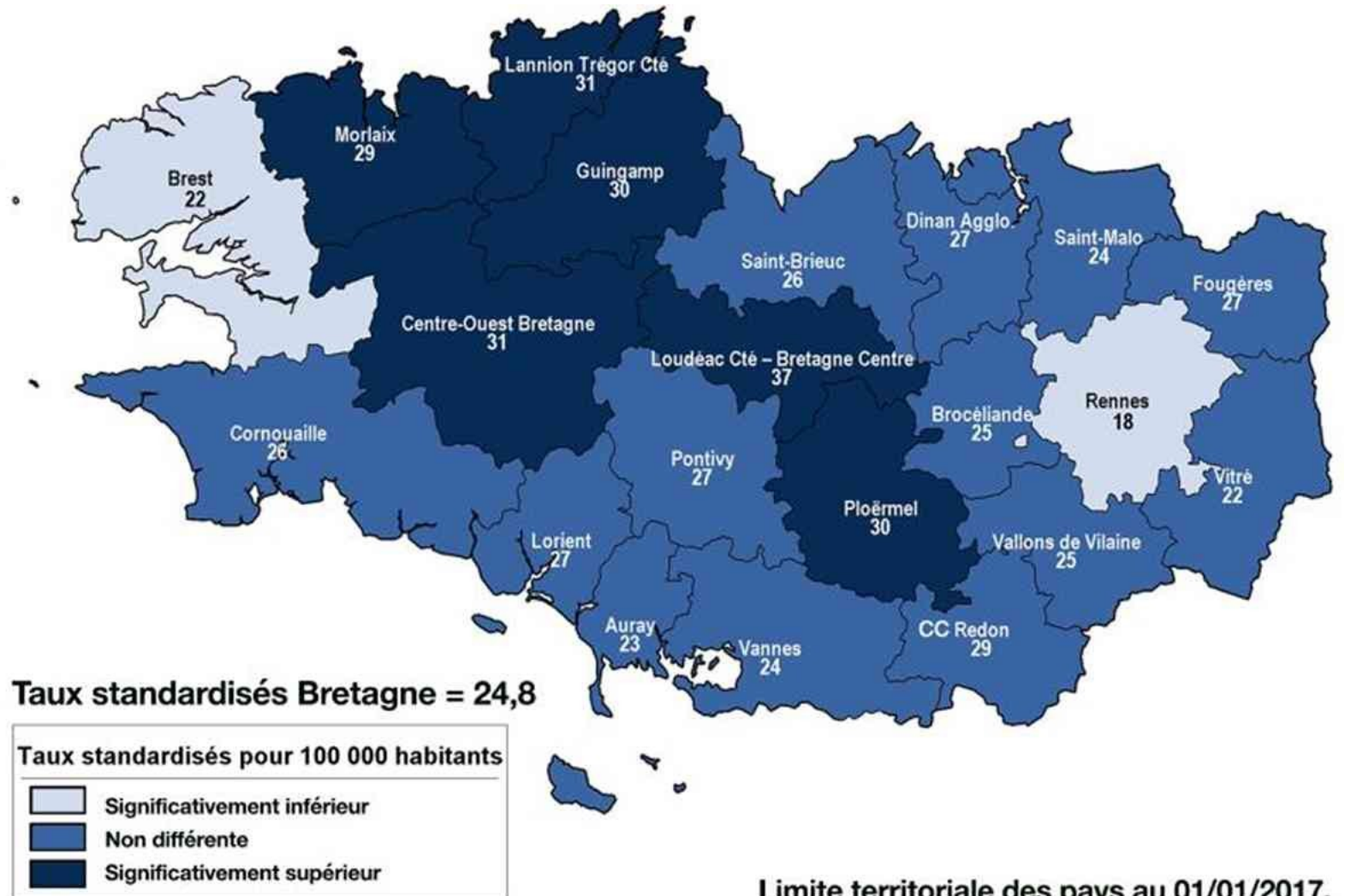


Suicides : « il y a un malaise da

La profession agricole est touchée depuis plusieurs années par un important taux de suicide. Un phénomène qui interroge sur le bien-être des agriculteurs et sur l'importance du contexte économique.



Mortalité par suicide selon les pays de Bretagne administrative en 2008-2014. Unité : pour 100 000 habitants.

Sources : Inserm, CépiDc, Insee RP 2006 et RP 2012, Exploitation OHS Bretagne.

Limite territoriale des pays au 01/01/2017.

Quand on discute avec des agriculteurs, ils admettent tous connaître un collègue qui s'est suicidé. Mais du côté des familles, des proches, personne ne veut témoigner. Trop difficile. « Les gens n'en parlent pas. C'est un sujet tabou en élevage », avance un éleveur de Carhaix, Yann Manac'h. Un tabou qui ne permet plus, hélas, de cacher une réalité que les chiffres confirment tristement. En France, en 2010, une étude réalisée par Santé publique France révèle que la profession agricole connaît 20 % d'excès de suicide par rapport à la population générale. Le dossier précise : « L'excès de mortalité observé coïncide avec la temporalité des contraintes financières liées à la crise économique. » C'est encore plus prégnant en Bretagne, première région française concernée par le suicide, avec une surmortalité de 60 % (Observatoire régional de santé Bretagne). En pays centre ouest Bretagne, les chiffres figurent eux-mêmes parmi les plus élevés de la région : il y a eu entre 2008 et 2014, 31 suicides pour 100.000 habitants, quand la moyenne régionale est de 24. Alors que le suicide est défini comme un marqueur de bien-être des sociétés, (notamment par le sociologue Emile Durkheim) ce triste palmarès interroge sur celui de la profession agricole.

Le suicide, multifactoriel

« Les causes du suicide sont multifactorielles », affirme d'emblée Alain Hindré, vice président de la chambre d'agriculture du Finistère, pour qui il ne faut surtout pas faire « l'amalgame entre suicide et difficultés économiques ». Selon lui, l'un des éléments clés à prendre en compte est l'isolement. « Le lien social est prépondérant. Les agriculteurs voient moins de monde, certaines fermes se sont beaucoup

agrandies, se sont équipées en machines, et n'ont plus besoin de la CUMA (coopérative d'utilisation de matériel agricole) par exemple. » Avec l'agrandissement des exploitations, celles-ci sont plus éloignées les unes des autres et les agriculteurs ont moins d'occasions de se rencontrer. « Quand j'étais enfant, il y avait douze laitiers à Carhaix, maintenant je suis le dernier », observe Yann Manac'h. Il y a moins de solidarité et de fêtes paysannes, et souvent, la conjointe ou le conjoint travaille à l'extérieur, sans parler de l'importance du célibat. « Les changements de société ont un rôle aggravant, il y a de plus en plus de divorces, note Jaap Zuurbier, président de Res'Agri, comité de développement 29, dont le slogan est « le groupe est toujours plus fort que le plus fort du groupe. » Pour lui, justement, l'entraide est primordiale pour lutter contre le suicide, en s'impliquant dans des collectifs, syndicats et coopératives. « Le but de Res'agri, c'est que les gens viennent dans les groupes, pour partager, s'informer. Il y a des structures qui existent quand il y a des difficultés, mais il faut savoir demander de l'aide, et ça, c'est le plus difficile », observe-t-il.

L'insécurité financière

Face aux difficultés économiques, tous observent que le lien social et les groupes sont un véritable filet de sécurité. « Lorsque les prix chutent, les échanges avec les collègues peuvent permettre de trouver des solutions. Si on est isolé, il est plus difficile de surmonter les difficultés », alerte Florence Daniel, responsable du service des interventions sociales à la Mutualité sociale agricole (MSA). Si, comme nombre de personnes qui accompagnent les agriculteurs, elle tient à rappeler

que les causes du suicide sont toujours « multifactorielles », elle en convient, « la crise agricole n'aide pas. La conjoncture est difficile pour le lait, le modèle est remis en cause ». Car si certains agriculteurs se retrouvent dans une situation de détresse psychologique, c'est avant tout parce qu'ils sont mis au pied du mur. « Beaucoup de choses s'accumulent, mais ça commence par les problèmes économiques. Il y aurait moins d'angoisse s'il y avait de la sécurité », affirme un agriculteur finistérien. « Si on pouvait vivre correctement et se faire remplacer, ça permettrait de souffler physiquement et psychologiquement, observe-t-il. On n'a pas le droit de s'arrêter, pas le droit d'être malade. On ne peut plus souffler. »

Désintensifier ?

Face un prix du lait fluctuant et des crises à répétitions, les éleveurs laitiers sont dans une insécurité permanente. « Le problème de base, c'est cette crise qui dure. Il suffit que le prix du lait augmente de 5 % pour qu'on soit moins sollicités, observe Jean-Charles Jacopin, bénévole à Solidarité paysans, une association qui accompagne les exploitations en crise. Quand c'est tendu financièrement, il suffit d'un déclin, d'une maladie, d'une séparation, une épidémie sur le troupeau... Pour que tout s'écroule. » Pour tenter de retrouver l'équilibre économique, les agriculteurs ont peu de solutions. « Les prix sont décidés, le nombre de bête est décidé, tout est décidé, les éleveurs ont peu de marge de manœuvre. Il faut les aider à redevenir acteurs », observe Florence Danielle. Compliqué quand les prix sont fixés au niveau des coopératives. « Le prix du lait n'est pas suffisant. Nous avons laissé faire nos coopératives,

et aujourd'hui y a une déconnexion avec les agriculteurs », observe Yann Manac'h qui dénonce aussi une course à l'investissement. « Il faut réfléchir à la taille des exploitations et à la charge de travail. » Une piste que préconise régulièrement Jean-Charles Jacopin : « Dans certains cas, nous proposons de désintensifier, en se tournant vers une production plus liée au sol, vers des modèles moins énergivores et plus autonomes. Grâce à une décapitalisation, il y a un retour de trésorerie. » En réduisant la taille de leurs élevages et en se tournant vers un système herbager, les éleveurs ont ainsi moins de frais. Pourtant si cela permet de réduire les dépenses, le problème reste le même : à la fin du mois, il est difficile de sortir un salaire. « Aujourd'hui, certains ont du mal à acheter à manger. Il y a un mal-être dans la profession agricole », dénonce Yann Manac'h.

Demander de l'aide

À cette pression économique s'en rajoutent d'autres, celles notamment administratives, qui obligent à respecter un nombre toujours plus important de normes d'hygiène. Mais aussi celle, plus diffuse, de la société, plus exigeante en terme de qualité. « Nous ne sommes pas forcément bien considérés par l'opinion publique. On devrait peut-être faire plus de publicité pour montrer que l'on est fier de ce que l'on fait », affirme Jaap Zuurbier. Un sentiment partagé par la profession, mais qui ne pousse pas à demander de l'aide ni à avouer ses difficultés. « Le paysan est fier, en convient Jean-Charles Jacopin. Quand un salarié est licencié, il peut accuser son patron. L'agriculteur, même si ses difficultés peuvent être liées au contexte économique, va avoir le sentiment

d'un échec personnel. Il va se culpabiliser. » Un sentiment qui s'accroît avec la pression familiale, surtout pour ceux qui ont hérité d'exploitations qui appartiennent à leur famille depuis plusieurs générations. « Il y a un attachement à la terre familiale, on se doit de perpétuer ce que les parents ont acquis », observe un éleveur.

Accompagner la reconversion

Un lien à la terre qui explique aussi la difficulté à accepter de changer de métier en cas de faillite. Pourtant, avec la concurrence liée à ce modèle agricole, de nombreuses exploitations sont vouées à disparaître. C'est pour anticiper ce problème qu'Alain Hindré a lancé une expérimentation d'aide à la reconversion. « L'agriculteur a besoin de temps pour faire le deuil de son exploitation et pour rebondir. Aujourd'hui, il n'y a aucune aide. Il faut que quelqu'un en détresse puisse se dire : " Allez j'arrête ". » Pour accompagner cette phase de transition, Alain Hindré a obtenu auprès du ministère de l'agriculture la mise en place d'un « contrat de sécurisation professionnelle aux agriculteurs ». Douze agriculteurs reçoivent pendant un an 1.000 € par mois et suivent un programme de reconversion avec un cabinet spécialisé. « Ils font des bilans de compétence, des formations, des stages, pour pouvoir retrouver rapidement un autre travail. » Pourtant, malgré le bien fondé de ce programme, il est très difficile pour nombre d'agriculteurs d'imaginer faire un autre métier. « On ne peut pas accepter de perdre son exploitation. Il y a un lien charnel à la terre. Comme je dis, la terre c'est le premier amour du paysan !, s'exclame Yann Manac'h. Comment on peut accepter de perdre ce pour quoi on a toujours travaillé ? »

ans la profession agricole »

LA TERRE,
CA DONNE LA VIE,
MAIS ELLE NE DOIT PAS LA PRENDRE!



Des dispositifs de prévention du suicide

► À la Mutualité sociale agricole (MSA), 33 **travailleurs sociaux** sont employés pour se rendre chez les agriculteurs. « Nous cherchons à créer une relation de confiance, explique Florence Daniel, responsable du service des interventions sociales à la Mutualité sociale agricole. Nous ne sommes pas des techniciens agricoles, nous n'avons pas de solutions toutes faites, mais l'idée est de les aider à en trouver. En mettant un tiers dans la boucle, on apporte un point de vue extérieur. »

► La MSA a mis en place un **numéro d'écoute**, le 09.69.39.29.19, appelé Agri'écoute, destiné aux exploitants agricoles comme à leur famille. Il met en contact avec des bénévoles formés et expérimentés membres de SOS amitié ou de SOS Suicide Phoenix. « Ce numéro est disponible 24 h sur 24, 7 jours sur 7 », explique Florence Daniel.

► **Un réseau sentinelle** a aussi été créé par la MSA, pour former à la prévention de l'acte suicidaire. « Nous formons des personnes sur le terrain, proches du milieu rural et agricole, pour que, s'ils rencontrent un agriculteur qui va mal, ils aient les bons mots pour l'aider. »

► **L'association Solidarité paysans** est composée d'anciens agriculteurs à la retraite qui viennent apporter leurs conseils à ceux qui rencontrent de grosses difficultés économiques. « Nous intervenons toujours à la

demande de l'agriculteur lui-même, précise Jean-Charles Jacopin, qui anime l'équipe de 25 bénévoles du Finistère. Nous intervenons sur la relation à la personne, avec un temps d'écoute, sur l'aspect économique, où on voit comment remettre l'exploitation sur les rails, et enfin sur l'aspect juridique. On remet les choses à plat, on reprend la comptabilité, on réévalue les dettes. » L'association, qui aide actuellement 80 exploitations, les accompagne en général durant trois ans. Téléphone : 02.29.20.08.09/06.17.32.37.15

► La chambre d'agriculture a mis en place **une cellule de soutien** aux agriculteurs en situation économique fragilisée. « Nous sommes plusieurs structures, la MSA, la mission locale, la Direction départementale des territoires et de la mer, des élus, et nous nous retrouvons six fois par an pour un accompagnement particulier des exploitations en grosse difficulté, en s'appuyant sur nos réseaux de terrain », explique Alain Hindré, vice-président de la Chambre d'agriculture du Finistère.

► Une expérimentation a été mise en œuvre pour aider à la **reconversion** des agriculteurs. Pour l'instant ce sont douze anciens agriculteurs qui suivent une formation d'un an, et reçoivent mille euros par mois. « Nous espérons que ce contrat de sécurisation sera généralisé et inscrite dans le droit commun », s'exclame Alain Hindré.

20 %

C'est le pourcentage de surmortalité par suicide des agriculteurs, en France, en 2010, selon un rapport de Santé publique France, par rapport à la population générale. Celui-ci est de 31 % pour les exploitants en élevage bovins-lait.

Agri'écoute

Agri'écoute est un numéro d'urgence pour les exploitants, salariés agricoles, et leur famille, mis en place par la MSA.
Agri'écoute : 09.69.39.29.19
Agriculteurs en difficulté :
Côtes d'Armor : 02.96.75.91.74
Finistère : 02.98.85.59.13

Crise suicidaire

Crise caractérisée par la présence de plus en plus importante de pensées suicidaires, cet état est réversible et nécessite une prise en charge adéquate et rapide. La crise suicidaire est donc un signal d'alarme, et des signes permettent de la repérer. Des messages verbaux, mais aussi des symptômes physiques (perte d'appétit, fatigue, trouble du sommeil), des signes psychiques (anxiété, tristesse, irritabilité...) et des difficultés relationnelles (isolement, retrait). Pour plus d'informations : www.ameli.fr/assure/sante/urgence/pathologies/crise-suicide

Dossier réalisé par
Faustine sternberg



Céline Kopp-Bigault est psychologue au CMP de Carhaix.

Céline Kopp-Bigault : « Il faut s'autoriser à craquer »

Céline Kopp-Bigault est psychologue au CMP (Centre médico-psychologique) de Carhaix. Originaire d'Alsace, elle est interpellée par l'importance du suicide lorsqu'elle arrive en centre Bretagne, en 2006. Elle décide de réaliser une thèse sur le phénomène suicidaire en pays centre ouest Bretagne (COB).

► Comment expliquer l'arrivée de la crise suicidaire ?

Le suicide est toujours multifactoriel : l'isolement, la précarité, un trouble de santé mentale telle qu'une dépression, des antécédents de traumatisme, une consommation d'alcool problématique, un stress important... Ce sont des difficultés qui s'accumulent progressivement qui font qu'une personne peut ne plus avoir les ressources physiques, psychologiques et familiales pour les affronter. Elle se sent épuisée, le champ des possibles se rétrécit.

► Comment aider ces personnes ?

Quand je leur propose de choisir entre mourir ou arrêter de souffrir, ils choisissent toujours la seconde option. Quelqu'un en crise suicidaire ne veut pas mourir, mais il n'arrive plus à voir de solutions pour stopper ses souffrances psychologiques, et souvent ce n'est pas faute d'avoir tout essayé ! Il a alors besoin de l'aide d'un tiers, d'un regard extérieur. D'où l'importance d'échanger, avec ses proches, ses amis, mais aussi des aides extérieures comme des assistantes sociales ou des psychologues pour envisager des solutions ensemble. Mais pour cela, il faut accepter d'aller voir quelqu'un, pour en parler.

► Comment expliquer cette importance du suicide en centre Bretagne ?

J'ai un peu l'image de la cocotte-minute. Les gens vont jusqu'au bout de leurs forces, parce qu'il faut être fort, car tout le monde se connaît, car il ne faut pas dire. Car il faut lutter, et, qu'en Bretagne, il a fallu lutter, longtemps, pour vivre, voir pour survivre. Alors on encaisse, on encaisse, mais à un moment ça explose. Et ça peut exploser sur ce mode-là, celui du suicide. Toute l'agressivité se retourne contre soi. J'ai aussi observé l'importance du travail ici. C'est souvent le pôle unique de construction de soi et de sa vie, et en particulier dans le monde agricole, où il a des valeurs

très fortes. Alors tout peut s'écrouler si la personne rencontre des difficultés économiques, une invalidité, un arrêt de travail etc.

► Pourquoi les agriculteurs sont particulièrement touchés ?

L'économie plombe bien la situation des agriculteurs. Les possibilités que nous avons de les soutenir ou de les aider face aux uppercuts économiques qu'ils reçoivent sont parfois limitées. Nous n'avons pas de prise sur la pression financière. Les agriculteurs sont tellement liés à leur travail ! Ils l'aiment, profondément. C'est compliqué de lâcher des terres, des bêtes. S'ajoute le fait qu'il y a peu de reconnaissance de leur travail dans la société. Il y a aussi l'épuisement physique, et l'isolement dans certains cas... Il y a de nombreux facteurs qui s'additionnent et créent un mille-feuille. Et dans le cas des agriculteurs, je dirais que le mille-feuille est parfois bien lourd à porter !

► Les agriculteurs ont-ils du mal à parler de leurs difficultés ?

Il y a une certaine honte à ne pas y arriver. Il y a l'histoire familiale. Comment assumer que cet héritage, on risque de le perdre ? J'ai reçu un agriculteur qui m'a dit, « Il n'y a que le travail. Si je n'ai plus ce travail, je me suicide. » Le processus d'identification à certaines valeurs peut aussi les fragiliser. Parfois vouloir absolument être fort et se mettre une carapace fragilise plus qu'on ne le pense. Ils ne s'autorisent pas à se dire que c'est possible de craquer ! Et que ce n'est pas grave ! Ça peut arriver à tout le monde, et on peut se faire aider. Un échec est supportable, il est possible de s'en remettre. Ça ne veut pas dire que l'on est un mauvais breton !

► Comment les proches peuvent agir ?

Si un proche s'inquiète, il peut appeler le numéro Agri'écoute, qui met ensuite en place un système de prévention, qui va enclencher anonymement des choses. Mais bien sûr, aller exprimer son inquiétude à la personne en difficulté peut beaucoup aider. Lui dire qu'on s'inquiète pour lui, c'est déjà ouvrir une porte. Le lien social est vraiment un facteur de protection. Il faut que les gens aient conscience que tout le monde peut avoir des pensées suicidaires, mais qu'il existe aussi toujours des solutions pour en sortir.