Boîte à outils d'intervention en santé mentale pour les crises agricoles

PROFESSIONELS DE LA SANTÉ ET DE LA SANTÉ MENTALE

CENTRE CANADIEN DU
BIEN-ÊTRE AGRICOLE

Financement de ce projet fourni par Agriculture et Agroalimentaire Canada

BOÎTE À OUTILS D'INTERVENTION EN SANTÉ MENTALE POUR LES CRISES AGRICOLES

Les informations et les ressources incluses dans cette boîte à outils sont basées sur des recherches menées par le Centre canadien pour le bien-être agricole (CCBA), qui a cherché à identifier les processus, les ressources et les recommandations pour soutenir la santé mentale des agriculteurs pendant les périodes de crise agricole (p. ex., les épidémies de maladies animales, les événements météorologiques extrêmes et les crises financières).

S'appuyant sur des travaux antérieurs visant à identifier, développer et renforcer des structures plus formelles de soutien à la santé mentale pour les agriculteurs (Hagen et al., 2021 ; 2022), le CCBA travaille avec des partenaires de l'industrie agricole pour coordonner et mettre en relation les agriculteurs avec le soutien à la santé mentale dont ils ont besoin en période de crise. Pour comprendre le type de soutien dont les agriculteurs ont besoin, le CCBA a voulu s'informer auprès de personnes impliquées dans l'agriculture.

Pour lancer ce processus, en 2022-2023, une équipe de recherche du CCBA a interrogé 17 agriculteurs et personnes travaillant dans divers aspects de l'industrie agricole. Parmi ces personnes, 12 étaient des professionnels du secteur agricole, quatre étaient des agriculteurs et une travaillait à la fois comme agriculteur et comme professionnel. Ces premiers entretiens ont porté sur la peste porcine africaine. Au cours des années suivantes, l'équipe de recherche a mené d'autres études afin d'élargir la boîte à outils pour qu'elle soit adaptée à toute une série de crises agricoles.

un modèle vivant

Cette boîte à outils a été élaborée à l'intention des professionnels de la santé et de la santé mentale afin de soutenir les agriculteurs et leur santé mentale pendant les crises agricoles. Elle doit être considérée comme un «modèle vivant» qui évoluera au fur et à mesure qu'il sera élargi à d'autres crises et menaces.

Nous continuerons à mettre à jour cette boîte à outils en fonction des réactions des futurs partenaires et collaborateurs, des essais pilotes et de l'évolution de la recherche et des connaissances relatives à la crise en question.

Le CCBA a également élaboré une boîte à outils pour les agents de liaison en cas de crise, qui utilisent leurs connaissances agricoles et leur formation en santé mentale pour aider les agriculteurs à franchir toutes les étapes d'une crise agricole.

Cette boîte à outils fondée sur des données probantes présente des recommandations axées sur un soutien efficace et approprié de la santé mentale des agriculteurs pendant les crises agricoles.

Des citations de personnes interviewées sont utilisées tout au long de cette boîte à outils pour illustrer les concepts clés, les lignes directrices et les conseils.

Les agriculteurs jouent un rôle crucial dans la société. Nous espérons que cette boîte à outils servira de ressource pour les agents de liaison en cas de crise afin de mettre en relation et de renforcer les structures de soutien dans les organisations agricoles, les soins de santé et le gouvernement pour soutenir au mieux les agriculteurs, les familles d'agriculteurs et les communautés agricoles en temps de crises et de catastrophes agricoles.

REMERCIEMENTS :

L'équipe de recherche tient à remercier les personnes qui ont généreusement partagé leur temps, leurs expériences et leurs connaissances dans le cadre de ce projet. Votre contribution au renforcement du soutien à la santé mentale des agriculteurs est très précieuse et profondément appréciée.

ÉQUIPE DE RECHERCHE :

DRE. BRIANA HAGEN | *PDG DU CCBA*
bhagen@ccaw.ca

DEBORAH VANBERKEL | *CPO DU CCBA*
dvanberkel@ccaw.ca

KENDRA SCHNARR | *Associée de recherche, CCBA*

SOUTIEN À LA RECHERCHE ET CONCEPTION DE LA BOÎTE À OUTILS :

DRE. ALEXANDRA SAWATZKY | *ILLUSTRATRICE ET DESIGNER*

Version avril 2024

Agriculture and Agri-Food Canada
Agriculture et Agroalimentaire Canada

CENTRE CANADIEN DU
BIEN-ÊTRE AGRICOLE

RÉFÉRENCES:

Hagen, B.M.N., Sawatzky, A., Harper, S.L., O'Sullivan, T.L., & Jones-Bitton, A. (2022). "Farmers Aren't into the Emotions and Things, Right?": A Qualitative Exploration of Motivations and Barriers for Mental Health Help-Seeking among Canadian Farmers, Journal of Agromedicine, 27:2, 113-123, DOI: 10.1080/1059924X.2021.1893884.

Hagen, B.M.N., Sawatzky, A., Harper, S.L., O'Sullivan, T.L., & Jones-Bitton, A. (2021). What Impacts Perceived Stress among Canadian Farmers? A Mixed-Methods Analysis. International Journal of Environmental Research and Public Health. 18. 7366. DOI: 10.3390/ijerph18147366.

GUIDE DE NAVIGATION

PARTIE 1 : QUALITÉS DES SUPPORTERS EFFICACES ET APPROPRIÉS 2

CONNAISSANCES ET EXPÉRIENCES REQUISES 3

COMPÉTENCES ET QUALITÉS RELATIONNELLES 5

PARTIE 2 : QUALITÉS D'UN SOUTIEN DE CRISE EFFICACE ET APPROPRIÉ 8

LE SOUTIEN EN CAS DE CRISE DOIT ÊTRE... 9

PARTIE 3 : SOUTIEN À LA SANTÉ MENTALE DES AGRICULTEURS 14

ÉVALUER LA SANTÉ MENTALE ET LE BIEN-ÊTRE DES AGRICULTEURS 15

PARTIE 4 : RESSOURCES ET CONTACTS 23

GROUPEMENTS DE PRODUCTEURS DE PORCS 23

GROUPEMENTS DE PRODUCTEURS DE VOLAILLE 23

RESSOURCES AGRICOLES NATIONALES 25

RESSOURCES EN SANTÉ MENTALE 25

PARTIE 1

QUALITÉS DES SUPPORTERS EFFICACES ET APPROPRIÉS

Dans les entretiens menés par le CCBA avec des agriculteurs et des personnes travaillant dans divers aspects de l'industrie agricole...

Les personnes interrogées ont décrit une série de connaissances, d'expériences et de compétences qui, selon elles, permettraient aux professionnels de la santé et de la santé mentale de mieux s'engager auprès des agriculteurs en crise et d'augmenter la probabilité que ces agriculteurs s'engagent dans des discussions sur leur santé mentale et leur bien-être.

CONNAISSANCES ET EXPÉRIENCES REQUISES

1

Contexte agricole

Les participants ont indiqué qu'il était impératif que les professionnels de la santé et de la santé mentale comprennent la «culture agricole» afin d'établir une relation et un lien significatif avec l'agriculteur en crise, et de s'assurer que l'agriculteur soit convaincu qu'ils aient les connaissances et les compétences nécessaires pour être utiles (selon la définition de l'agriculteur) en période de crise.

En fin de compte, vous devez comprendre les exploitations agricoles et les modes de vie agricoles en général; il n'est pas nécessaire d'avoir des connaissances et une expérience spécifiques à un produit.

« ... ils doivent venir sur place et avoir une compréhension de base de l'agriculture ... ils doivent avoir une compréhension de base du lien entre l'agriculture elle-même et le lien entre l'agriculteur et l'agriculture. »

2 Compréhension des impacts potentiels de la crise sur les exploitations agricoles et les agriculteurs

Outre une connaissance de base de l'agriculture et des facteurs de stress courants sur les exploitations, vous devez être en mesure d'apprécier pleinement le large éventail d'impacts qu'une crise peut avoir sur un agriculteur. Ces impacts comprennent des détails sur les maladies animales en général, mais aussi les impacts potentiels d'une crise sur l'agriculteur, son mode de vie, sa perception de lui-même et ses moyens de subsistance.

Comprendre ces impacts vous aidera à fournir un soutien ciblé, réaliste et sensible aux besoins et à l'état émotionnel de l'agriculteur.

Consultez de plus amples ressources du CCBA pour faire face aux crises agricoles, y compris des fiches d'information spécifiques aux crises.

« Il faudrait qu'ils sachent que je ne perds pas seulement mon emploi, mais toute ma vie ... Il faudrait qu'ils comprennent les conséquences qu'une telle chose peut avoir sur une exploitation agricole. Et une personne qui possède cette ferme, ou qui est dans le milieu depuis l'âge de cinq ans, et à qui on vient de dire qu'elle ne va plus l'exploiter à ce moment-là. »

COMPÉTENCES ET QUALITÉS RELATIONNELLES

1

Collaboration

Vous devez avoir la volonté et la capacité de collaborer avec plusieurs individus, groupes et secteurs, car les réponses aux crises sont multiples. Pour cette raison, des relations dans le secteur agricole pourraient être un atout.

« Tout le monde travaille dans des silos séparés et il y a beaucoup de travail qui se chevauche, et il est bénéfique d'être en réseau. »

2

Approuvé par la communauté agricole

Avoir des contacts dans la communauté agricole, par exemple avec des distributeurs, des vétérinaires et d'autres agriculteurs, pourrait être un atout.

Les recommandations émanant de la communauté agricole qui soutiennent votre «crédibilité agricole», votre utilité et votre tact peuvent inciter les agriculteurs à s'engager avec vous et à accepter vos recommandations et/ou votre soutien.

« ... il faut que ce soit quelqu'un en qui nous avons confiance ou avec qui nous avons au moins une sorte de relation. »

3 Relations personnelles et confiance

Il serait également bénéfique que vous établissiez des liens personnels et de confiance avec les agriculteurs et leurs familles.

Tout comme le fait d'être approuvé par la communauté agricole, ces liens personnels et cette confiance peuvent inciter les agriculteurs à s'engager avec vous et à accepter vos recommandations et/ou votre soutien.

Ces relations peuvent être établies à partir d'un accord préalable avec la communauté agricole et/ou être établies de manière organique en établissant un contact personnel avec l'agriculteur.

« J'ai aussi l'impression qu'avec beaucoup d'agriculteurs, il doit y avoir une certaine confiance, n'est-ce pas? Je pense qu'ils doivent pouvoir vous faire confiance pour le faire. »

« Il suffit d'être humain, d'être gentil. C'est tout ce dont on a besoin. »

4 Empathie, compassion et écoute active

Vous devez également faire preuve d'empathie et d'écoute active, et aborder vos interactions avec les agriculteurs avec compassion et gentillesse.

Ces formes de compétences relationnelles peuvent contribuer à renforcer les liens personnels et de confiance avec les agriculteurs, ce qui permet une collaboration plus efficace.

5

Sentiment d'identification

Pour entrer en contact avec les agriculteurs en crise, vous devez posséder les qualités qui pourraient vous permettre de vous intégrer plus efficacement dans une exploitation agricole.

La pertinence peut varier en fonction de l'exploitation ou de l'agriculteur. Néanmoins, dans l'ensemble, vous devez être à l'aise pour parler et communiquer avec les agriculteurs (par exemple, être clair et direct), ne pas porter de jugement et arriver dans une tenue adaptée à l'environnement, si vous visitez l'exploitation en personne.

« Je pense qu'il faut s'assurer que l'aide est ... que l'on peut s'identifier à la situation, je suppose ... Parfois, nous avons des professionnels qui ne sont pas les bienvenus parce qu'ils ne peuvent pas s'identifier à la situation. Ils ne font donc qu'accroître l'anxiété. Je pense donc qu'il faut s'assurer que la personne impliquée a un certain bagage et qu'elle peut dire ce qu'il faut dire. »

PARTIE 2

QUALITÉS D'UN SOUTIEN DE CRISE EFFICACE ET APPROPRIÉ

Les personnes consultées dans le cadre de l'élaboration de cette boîte à outils ont souligné un certain nombre de qualités qui rendraient l'aide en cas de crise fournie par les professionnels de la santé et de la santé mentale plus efficace et plus appropriée pour les agriculteurs.

LE SOUTIEN EN CAS DE CRISE DOIT ÊTRE...

1

Réactif et utile

Au final, le soutien que vous apportez doit être perçu comme utile par l'agriculteur et répondre à ses besoins.

Il est probable que la réponse aux besoins d'un agriculteur pendant une crise puisse impliquer des tâches qui ne sont pas explicitement liées à la santé mentale, mais qui visent plutôt à alléger le fardeau de l'agriculteur de quelque manière que ce soit afin de soutenir sa santé mentale globale (c.-à-d. réduire la surcharge de travail).

Bien que cela puisse être impossible en fonction des circonstances, vous devez reconnaître que les agriculteurs seront probablement extrêmement concentrés sur la résolution de la crise en cours et ne seront peut-être pas intéressés par une discussion explicite sur leur santé mentale.

« Un professionnel de la santé mentale a été d'un grand secours sur place, pas spécifiquement pour la santé mentale, mais pour aider à relever les défis du moment, qu'il s'agisse de pelleter du foin, de remplir des sacs de sable ou autre, mais en étant disponible pour aider. Et écouter pendant qu'ils sont là. »

2 Continue

Vous devez comprendre l'éventail des réponses possibles à une crise dans l'exploitation et fournir un soutien adapté et réactif tout au long de cette période et de ses suites, en reconnaissant que le soutien et les ressources nécessaires peuvent changer au fur et à mesure que la crise progresse et que les facteurs de stress se déplacent et changent.

« ... lorsqu'ils se remettent sur pied et qu'ils réalisent qu'ils ont perdu toutes leurs affaires, c'est à ce momentlà que l'aspect mental se fait sentir, n'est-ce pas? Comme les étapes du deuil et le plus difficile est que les premières peuvent prendre très peu de temps, mais c'est de passer à travers le reste qui a vraiment un impact sur les gens. »

3 Sur mesure

Vous devez également proposer un soutien adapté aux besoins spécifiques de l'exploitation et de l'agriculteur. Vous devez vous efforcer d'établir des relations personnelles et de confiance avec l'agriculteur et de recueillir des informations à l'avance afin de déterminer le type de soutien qui sera le mieux accueilli et le plus utile.

« Je définirais un soutien approprié comme des ressources sur mesure, ciblées, adaptées à l'agriculteur, au foyer de l'infection, au troupeau/aux animaux, à l'agriculteur, à la situation. »

4 Confidentiel

Comme pour toutes les formes de soins médicaux et de santé mentale, vous et le soutien que vous offrez devez également être sensibles à la confidentialité et rester aussi anonymes que possible. En garantissant la confidentialité des conversations, vous pouvez encourager l'agriculteur à être plus franc dans ses réflexions.

« Nous voulons que la confidentialité soit respectée. Il faut qu'il y ait un lien entre les organisations tout en préservant la confidentialité. »

5 Accessible

Vous et le soutien que vous offrez devez également être accessibles à l'agriculteur sans créer de fardeau supplémentaire. L'aide doit être disponible le plus tôt possible, à faible coût, en personne, et toutes les ressources proposées doivent être à jour et faciles à trouver.

« La disponibilité serait un mot clé pour moi ... s'assurer que nous pouvons mettre les gens en contact avec les ressources appropriées rapidement et à n'importe quel moment de la journée. »

6 Local

Il serait également utile que vous puissiez donner accès à l'aide et aux ressources locales, afin qu'elles soient aussi accessibles et utiles que possible pour les agriculteurs. Vous pouvez également envisager de mettre les agriculteurs en contact avec des pairs locaux et/ou des prestataires de soins de santé qui pourraient être particulièrement attentifs aux facteurs de stress et aux tensions dans un contexte local.

« Ils devront avoir une certaine connaissance des autres ressources de la région et des producteurs locaux. »

7 Progressif

Le soutien que vous offrez doit être présenté avec précaution et de manière progressive, afin d'éviter de surcharger l'agriculteur. Il s'agit d'aider l'agriculteur à franchir les étapes liées à la réponse à ses propres problèmes de santé mentale.

« ... quand quelqu'un comme ça est en crise, il ne peut pas voir au-delà de la situation et s'il y a un moyen de ralentir les choses, et de les prendre étape par étape, de présenter les étapes, et de ne pas en faire trop, pas trop de pas en avant, je suppose. »

8

Réaliste

En vous appuyant sur une solide expérience dans le domaine de l'agriculture, vous ne devez offrir qu'un soutien qui serait perçu comme réaliste dans un contexte agricole. Par exemple, le soutien en matière de santé mentale ne doit pas recommander aux agriculteurs de s'engager dans des formes frivoles de soins personnels ou de s'absenter de la ferme, car ces options ne seraient pas possibles pour les agriculteurs dans des circonstances normales, et encore moins lors d'une crise catastrophique.

En apportant un soutien réaliste et/ou des suggestions qui témoignent de votre compréhension et de votre appréciation de l'agriculture, vous pourriez accroître la volonté de l'agriculteur de s'engager et mieux soutenir sa santé mentale en général.

« Vous voulez que l'agriculteur comprenne que, oui, sa santé mentale est vraiment importante, et vous reconnaissez l'ampleur de ce qu'il traverse, parce que si vous leur suggérez que «Oh, allez-y, vous savez, prenez un jour ou deux, quittez la ferme», ce n'est pas plausible, et je pense que pour beaucoup de gens, ça les fermerait complètement et les empêcherait même de continuer à participer à une autre conversation, ce qui ne va pas les aider du tout. »

PARTIE 3

SOUTIEN À LA SANTÉ MENTALE DES AGRICULTEURS

Les personnes interrogées ont également identifié un certain nombre d'éléments qui pourraient être utiles pour évaluer la santé mentale et le bien-être des agriculteurs.

ÉVALUER LA SANTÉ MENTALE ET LE BIEN-ÊTRE DES AGRICULTEURS

1

Réactions de l'agriculteur

Pour préparer et guider votre approche en matière de santé mentale chez l'agriculteur, il est important de comprendre comment ces derniers peuvent réagir lorsqu'ils sont confrontés à une crise, car cela peut vous aider à adapter l'approche qui vous permettra d'établir un lien avec l'agriculteur et de soutenir et discuter de sa santé mentale et de son bien-être.

STRESS

Lorsqu'il est confronté à une crise au sein de son exploitation, l'agriculteur est susceptible d'éprouver des niveaux de stress extrêmes lorsqu'il réagit à la crise et qu'il prend en compte le large éventail de facteurs de stress et d'impacts potentiels. Le stress peut être amplifié par une exposition constante à la crise, car la plupart des agriculteurs vivent sur l'exploitation.

« ... juste l'impact du stress. Mais aussi le stress à plus long terme et ce que cela signifie pour les entreprises et tout le reste, ce qui est un autre type de stress. »

DÉSIR DE PRENDRE DES MESURES IMMÉDIATES

Les agriculteurs peuvent également avoir un fort désir de prendre des mesures immédiates en réponse à la crise, en s'accrochant pendant des jours, des semaines ou des mois à des actions difficiles, stressantes et accablantes sans tenir compte de leur propre bien-être ou de leur santé mentale.

« Quand on a eu à vivre une épidémie importante, je regarde mon mari et la façon dont il la gère, et c'est comme s'il fallait qu'il se consacre à tout le reste. Il ne se concentre que sur l'incendie en cours, pour ainsi dire, qui est en train d'être maîtrisé. »

DÉPASSEMENT

Les agriculteurs peuvent être dépassés par la crise et sa réponse. Ils peuvent ne pas savoir quelle mesure prendre, être paralysés par trop d'informations et/ou trop d'options, ou être dépassés par la gravité de la crise et par l'ampleur de la réaction et des conséquences.

« Il y a une telle surcharge d'informations qu'ils ne savent pas comment les traiter, et ils ne savent même pas comment poser les questions parce qu'ils ne se sentent pas en confiance pour analyser ce qui se passe à ce moment précis. »

AUTRES ÉMOTIONS

Les agriculteurs peuvent également ressentir toute une série d'émotions complexes liées à la crise et à la réaction qui s'ensuit, notamment la peur, l'isolement, l'impuissance, le deuil et l'échec.

Ils peuvent également être chargés de soutenir la santé mentale des membres de la famille et des employés qui sont également touchés par la crise.

« Ai-je échoué au niveau de la sécurité en laissant entrer ce virus ? Ai-je échoué économiquement à avoir un cousin de sécurité suffisamment solide pour me permettre de traverser cette épreuve ? Ai-je échoué vis-à-vis de ma famille ? Toutes ces questions. »

Obstacles émotionnels

2 Obstacles à l'accès à l'aide en matière de santé mentale

Les agriculteurs se heurtent également à des obstacles particuliers qui les empêchent d'accéder à un soutien en matière de santé mentale et qui pourraient les empêcher de s'engager explicitement dans des conversations sur la santé mentale. Ces obstacles peuvent résulter d'expériences antérieures ou être liés à la stigmatisation et aux croyances au sein de la communauté agricole en général. Il est important de comprendre ces obstacles et de s'efforcer de les surmonter ou de les éviter afin de favoriser au mieux le bien-être de l'agriculteur.

FIERTÉ

En raison de la nature indépendante de leur travail, les agriculteurs sont autonomes. Ils sont également très fiers de leur travail. Par conséquent, ils peuvent être moins enclins à demander de l'aide ou ne pas savoir comment s'y prendre. Ils peuvent également craindre de se montrer faibles, de «rester forts» pour leur famille ou leurs employés, et d'accabler les autres de leurs sentiments et de leurs soucis.

« Mais ils sont autonomes. Ils ont l'habitude de pouvoir compter sur eux-mêmes et de se sortir de tous les problèmes, et quand soudain ce n'est plus le cas, c'est assez dévastateur. »

HONTE

La honte ou la stigmatisation associée à la recherche d'un soutien en matière de santé mentale et/ou de crise, en particulier si elle est liée aux animaux, peut également diminuer l'intérêt des agriculteurs à s'engager dans des discussions et à solliciter de l'aide

« ... si l'on considère certaines des maladies qui ont touché l'industrie porcine au fil des ans, il y a cette stigmatisation qui fait que c'est de leur faute s'ils ont laissé entrer la maladie dans la porcherie. »

PROTECTEUR

De nombreux agriculteurs se sentent obligés de protéger leur ferme et leur bétail et peuvent être réticents à recevoir la visite de personnes inconnues de peur qu'elles n'aient des intentions négatives ou cachées.

« Ils sont comme "Ne laisse personne [venir sur la ferme]." Ils deviennent vraiment nerveux et sur leurs garded. »

Obstacles physiques

COÛT

Les soins de santé mentale peuvent être coûteux et de nombreux agriculteurs n'ont pas accès à des régimes de prestations qui couvrent les services de santé mentale. En outre, les crises animales sont souvent très lourdes financièrement, de sorte que les éleveurs ne sont pas toujours en mesure de consacrer leurs propres ressources aux soins de santé mentale.

« Je pense que les agriculteurs doivent pouvoir accéder gratuitement aux services de santé mentale. Je ne dis pas que les agriculteurs ne paieront pas, mais je pense qu'une grande partie d'entre eux ne le feront probablement pas. »

BESOINS DES ANIMAUX

S'il s'agit d'une exploitation agricole liée aux animaux, les besoins des animaux seront prioritaires et les agriculteurs ne pourront pas participer à des services dont le programme est rigide. Il peut également être extrêmement difficile pour les agriculteurs de s'absenter de la ferme, car ils doivent constamment s'acquitter de tâches liées aux soins des animaux afin de garantir le bien-être du troupeau.

« Personne ne semble comprendre qu'il s'agit d'animaux vivants qui ont besoin de soins à des moments précis, et que leurs besoins sont prioritaires. »

DISTANCE

De nombreux agriculteurs vivent dans des communautés rurales où ils doivent parfois parcourir de longues distances pour accéder à des ressources en matière de santé mentale. Il se peut qu'ils ne puissent pas le faire s'ils ne disposent pas d'un moyen de transport fiable ou d'une aide suffisante pour leur permettre de s'éloigner de la ferme et de leurs animaux.

« ... tout cela signifiait que nous conduisions pour accéder à tout type de soutien. »

TECHNOLOGIE

De nombreux agriculteurs vivent dans des communautés rurales où l'accès à Internet n'est pas toujours fiable. Les ressources de santé mentale uniquement en ligne peuvent être difficiles d'accès en cas de besoin. En outre, certains agriculteurs ont des convictions religieuses qui les empêchent d'utiliser des technologies telles qu'Internet.

« Il n'y a tout simplement pas assez de matériel imprimé. Tout est numérique aujourd'hui, et si vous n'avez pas de connexion internet, d'accès à un ordinateur, d'électricité, ces documents ne sont utiles à personne. »

3 Stratégies d'engagement

En raison des obstacles particuliers auxquels sont confrontés les agriculteurs en matière de santé mentale, vous devrez peut-être recourir à des stratégies d'engagement créatives. Associées à votre formation professionnelle, à votre compréhension de l'agriculture et à votre relation avec l'agriculteur, ces stratégies peuvent encourager l'agriculteur en crise à engager des conversations plus directes sur la santé mentale et le bien-être.

CONTRÔLES RÉGULIERS

Faites régulièrement le point sur la santé mentale et offrez votre soutien de manière neutre et sans attente. Soyez persévérant. Il se peut que l'agriculteur ait besoin de temps pour accepter de participer à des conversations sur la santé mentale.

« Nous continuons à proposer. Ils continuent à dire «Non, c'est bon». Nous continuons à offrir. "Non, c'est bon." Et la fois suivante, «Oui, je prends votre carte». »

RECOMMANDATIONS DES PAIRS

Assurez-vous que l'agriculteur sait que vous avez des relations dans le secteur agricole, des recommandations positives et/ou des témoignages de partenaires industriels ou de confrères agriculteurs. Ce type de relations peut vous faire paraître plus crédible et plus digne de confiance. En retour, les agriculteurs peuvent être plus réceptifs à votre soutien et disposés à engager plus facilement des conversations sur la santé mentale et à se connecter aux ressources que vous recommandez.

« Donc, si vous avez un agriculteur qui dit «Voilà pourquoi c'est important», ils seront tous beaucoup plus enclin à participer, d'un point de vue d'agriculteur. »

DÉVELOPPER LA CONNAISSANCE DE LA SANTÉ MENTALE

Saisissez toutes les occasions de renforcer les connaissances de l'agriculteur en matière de santé mentale. Vous pouvez discuter avec eux des signaux d'alerte à surveiller chez les autres, qui peuvent indiquer des signes de stress, d'anxiété ou de dépression, ainsi que des stratégies à utiliser lors d'interactions avec d'autres qui peuvent être confrontées à leurs propres problèmes de santé mentale.

« ... essayer d'amener les gens à se tourner vers l'extérieur plutôt que vers l'intérieur, et en espérant qu'ils le fassent, vous savez, en se regardant dans un miroir en même temps. »

En discutant ainsi avec l'agriculteur, vous pouvez le sensibiliser à la santé mentale en général, ce qui lui permettra d'y réfléchir et de l'appliquer à lui-même et à sa propre situation.

Cette prise de conscience peut également permettre aux agriculteurs de mieux soutenir la santé mentale des membres de leur famille et de leurs employés qui traversent également la crise agricole..

4 À faire et à ne pas faire

Les résultats des entretiens menés dans le cadre de cette boîte à outils suggèrent que les agriculteurs seraient plus enclins à s'engager par rapport à leur santé mentale si les professionnels de la santé et de la santé mentale faisaient preuve d'une compréhension des réalités de l'agriculture et de la crise qu'ils traversent

Il vous sera peut-être utile de suivre les conseils suivants dans vos interactions avec l'agriculteur.

À FAIRE :

- Faire preuve d'empathie
- Démontrer que vous comprenez l'agriculture
    - *Y compris les nombreuses exigences imposées à l'agriculteur, les conséquences d'une crise sur la ferme et l'importance desanimaux pour la ferme et pour l'agriculteur.*

À NE PAS FAIRE :

- Suggérer aux agriculteurs de s'absenter de la ferme pendant la crise
    - *Ils peuvent se sentir incapables de le faire et se sentir dépassés*
    - *Ils peuvent ne pas penser que prendre du temps pour soi est une action productive*
- Suggérer que « tout va bien aller »
    - *Il est possible que la crise ait des conséquences catastrophiques*
- Encourager un équilibre plus sain entre vie professionnelle et vie privée
    - *Cela peut être insultante pour les agriculteurs qui ne parviennent pas à dissocier leur travail de leur vie*
- Suggérer aux agriculteurs de trouver plus d'aide sur la ferme afin d'alléger le stress/la charge de travail
    - *Il peut être très difficile de trouver des employés qualifiés et fiables*
    - *Les employés ne sont pas toujours en mesure d'assumer les tâches du propriétaire-exploitant*
- Présumer que vous savez ce dont l'agriculteur a besoin, ce qu'il pense ou ce qu'il doit faire

CENTRE CANADIEN DU BIEN-ÊTRE AGRICOLE

RESSOURCES ET CONTACTS

GROUPEMENTS DE PRODUCTEURS DE PORCS

Alberta

Alberta Pork
780-474-8288
https://www.albertapork.com/

Colombie-Britannique

British Columbia Pork
604-287-4647
https://www.bcpork.ca/

Manitoba

Manitoba Pork
204-237-7447
https://www.manitobapork.com/

Nouveau-Brunswick

Porc NB Pork
506-458-8051
https://www.porcnbpork.nb.ca/fr/

Nouvelle-Écosse

Pork Nova Scotia
902-893-7455
https://porknovascotia.ca/

Ontario

Ontario Pork
519-767-4600
https://www.ontariopork.on.ca/

Québec

Les Éleveurs de porcs du Québec
450-679-0530
https://www.leseleveursdeporcsduquebec.com/

L'île du Prince-Édouard

PEI Hog Commodity Marketing Board
902-892-4201
https://peipork.com/

Saskatchewan

Sask Pork
306-244-7752
https://www.saskpork.com/

GROUPEMENTS DE PRODUCTEURS DE VOLAILLE

Alberta

Alberta Chicken Producers
780-488-2125
http://chicken.ab.ca/

Alberta Turkey Producers
780-465-5528
https://albertaturkey.com/

Egg Farmers of Alberta
403-250-1197
https://eggs.ab.ca/

Colombie-Britannique

British Columbia Chicken Marketing Board
604-859-2969
https://bcchicken.ca/

British Columbia Turkey Marketing Board
604-534-5644
https://bcturkey.com/

British Columbia Egg Marketing Board
604-556-3348
https://bcegg.com/

Manitoba

Manitoba Chicken Producers
204-488-4603
https://www.manitobachicken.ca/

Manitoba Turkey Producers
204-489-4635
https://www.mb.canadianturkey.ca/
Manitoba Egg Farmers
204-488-3544
https://eggs.mb.ca/

Nouveau-Brunswick

Les Éleveurs de poulet du Nouveau-Brunswick
506-452-8085
https://pouletnbchicken.ca/?lang=fr

Turkey Farmers of New Brunswick
506-451-2121
https://nb.canadianturkey.ca/

Egg Farmers of New Brunswick
506-458-8885
https://nbegg.ca/

Terre-Neuve-et-Labrador

Chicken Farmers of NL
709-747-0544
https://nlchicken.ca/

Egg Farmers of NL
709-722-2953
https://nleggs.ca/

Nouvelle-Écosse

Chicken Farmers of Nova Scotia
902-681-7401
https://nschicken.ca/

Turkey Farmers of Nova Scotia
902-582-7822
https://turkeyfarmersofnovascotia.com/
Egg Farmers of Nova Scotia
902-582-7822
https://turkeyfarmersofnovascotia.com/

Ontario

Chicken Farmers of Ontario
905-637-0025
https://www.ontariochicken.ca/en/

Turkey Farmers of Ontario
519-748-9636
https://turkeyfarmers.on.ca/

Egg Farmers of Ontario
905-858-1589
https://getcracking.ca/

Québec

Éleveurs de volailles du Québec
450-679-0530
https://volaillesduquebec.qc.ca/

Fédération des producteurs d'œufs du Québec
450-679-0530
https://oeuf.ca/

L'île du Prince-Édouard

Chicken Farmers of PEI
902-218-1872

Egg Farmers of PEI
902-892-8401
https://eggspei.ca/

Saskatchewan

Chicken Farmers of Saskatchewan
306-242-3611
https://saskatchewanchicken.ca/

Turkey Farmers of Saskatchewan
306-931-1050
https://saskturkey.com/

Saskatchewan Egg Producers
306-664-4131
https://saskegg.ca/

RESSOURCES AGRICOLES NATIONALES

General

Canadian Food Inspection Agency / Agence canadienne d'inspection des aliments
226-217-1200
https://inspection.canada.ca/fra/1297964599443/1297965645317

Lié au porc

Canadian Pork Council / Conseil canadien du porc
613-236-9239 or 1-800-300-1825
https://www.cpc-ccp.com/francais/default

Canada Pork / Porc Canada
613-236-9886
https://canadapork.com/fr/accueil/

Liés à la volaille

Producteurs de poulet du Canada
613-241-2800
https://www.producteursdepoulet.ca/

Les Éleveurs de dindon du Canada
613-812-9326
https://www.leseleveursdedindonducanada.ca/

Les Producteurs d'oeufs du Canada
https://www.producteursdoeufs.ca/

RESSOURCES EN SANTÉ MENTALE

Do More Ag - Ressources
https://www.domore.ag/ressources-francaises