



## Les sentinelles des paysans

Un dispositif mis en place par la Mutualité sociale agricole vient en aide aux exploitants, qui présentent un risque de suicide 40 % plus élevé que le reste de la population active.

### REPORTAGE

**IL Y A PRÈS D'UN AN**, Jérôme a failli en finir avec la vie. Éleveur bovin installé dans le Tarn, cet homme de 46 ans gère une exploitation agricole de 200 hectares où il a succédé à ses parents. Depuis toujours, il travaille dès 6 heures du matin jusqu'à la tombée de la nuit, trois cent soixante-cinq jours par an, sans jamais prendre de vacances. Submergé par les problèmes financiers, l'épuisement, une guerre ouverte avec son ex-compagne, il broie du noir à longueur de journée, ne dort plus la nuit. « *On fait un métier tellement difficile que quand, en plus, votre vie personnelle, familiale, s'écroule, vous perdez pied. Parfois, je partais à pied et je marchais jusqu'au cimetière, confie-t-il aujourd'hui. Je ne savais pas quoi faire pour m'en sortir.* »



Lors d'une manifestation d'agriculteurs à Toulouse, en 2016.

Un soir, il songe vraiment à passer à l'acte. Tout est prêt. Une dernière pensée pour ses deux enfants va l'empêcher de se tuer. C'est un ami, à qui il va enfin se confier, qui va, assure-t-il aujourd'hui, lui « *sauver la vie* ». Ce voisin de 35 ans, éleveur lui aussi, lui confie suivre depuis plusieurs mois une thérapie d'un genre spécial, dans le cadre d'un dispositif mis en place par la Mutualité sociale agricole (MSA), le régime de protection sociale obligatoire des personnes salariées et non salariées des professions agricoles. Une confiance rare dans un monde où recourir à un ou une thérapeute demeure largement tabou, voire impensable. « *Ici, quand vous demandez aux gens comment ils vont, ils vous répondent toujours "ça va"*, sourit Ivona Artus, psychologue installée dans le village de Naucelle, dans l'Aveyron. *Ils ne se plaignent jamais. Les hypochondriaques, vous n'en croisez pas, Il faut au contraire toujours prétendre qu'on va bien, se montrer fort, sans quoi cela peut être interprété négativement.* » Même la maladie grave est vue comme une preuve de faiblesse dont il ne faudrait pas parler. Il n'est pas rare que les personnes concernées par le dispositif n'aient pas consulté de médecin depuis au moins dix ans...

En 2010, des psychologues du Tarn s'alarment d'une donnée chiffrée effroyable : dans le seul département, on assiste à un suicide d'agriculteur chaque semaine. Il en va de même, parfois plus encore, dans les environs et partout en France. « *Les assurés relevant du régime agricole [...] âgés de 15 à 64 ans présentent un risque de suicide accru de 43 % par rapport aux assurés de l'ensemble des régimes de sécurité sociale*, relève un rapport rédigé par la MSA en 2021. *Pour les personnes de 65 ans et plus, le risque est deux fois plus élevé que dans l'ensemble de la population de cette même tranche d'âge.* » Les deux principales raisons invoquées ? Le sentiment de dénigrement et le faible revenu des agriculteurs : 16 à 18 % d'entre eux vivent sous le seuil de pauvreté. Quant aux décès, ils concernent notamment des producteurs laitiers, hommes et femmes, souvent jeunes. Tous les psychologues installés à la campagne le disent : il existe peu de professions davantage soumises à des aléas impossibles à prévoir et parer (grêle, inondations, gel, sécheresse, maladies liées aux parasites, épidémies...) et dont les conséquences se révèlent souvent dramatiques. Sans compter les baisses de prix, la pres-

sion exercée par la grande distribution, les changements d'habitudes des consommateurs, qui se sont rués sur le bio puis aujourd'hui le délaissent massivement.

« *Quand vous êtes épuisé, vous n'avez même plus la force d'aller chercher de l'aide*, explique Évelyne Fillol, psychologue clinicienne référente du dispositif prévention suicide MSA mis en place depuis 2011. *Nous avons donc mis sur pied un plan d'écoute et de prise en charge sur le terrain.* » Comme Jérôme, chaque année, près de 300 hommes et femmes (des agricultrices ou des compagnes d'agriculteurs, elles aussi à bout de forces) sont pris en charge par ce programme qui a d'abord couru sur quatre départements (Aveyron, Aude, Tarn, Tarn-et-Garonne) avant d'être étendu à la Drôme, à l'Ardèche puis à toute la France. « *Avant, je pensais pouvoir m'en sortir tout seul, mais j'ai fini par comprendre que ce n'était pas possible*, reprend Jérôme. *Comme je n'avais pas de solution, je voulais en finir. Mais, très vite, j'ai rencontré des gens qui m'ont aidé. Grâce à eux, j'ai compris qu'il y avait d'autres possibilités.* »

Comme des milliers de personnes depuis près de treize ans, cet éleveur, grâce à son voisin et ami qui l'a orienté vers la MSA, a bénéficié de la mise en place d'un réseau de « sentinelles » chargées de repérer les personnes gravement dépressives susceptibles de passer à l'acte. Des employés du Crédit agricole, des médecins généralistes, des vétérinaires, des personnes chargées

de la collecte du lait, des techniciens, des employés de la chambre d'agriculture, des élus de la MSA, des élus locaux, des proches... À eux de se rapprocher de la cellule psy, qui se charge ensuite de contacter la personne concernée et de lui proposer un premier rendez-vous. Tout doit se faire sur la base d'un accord commun : nul n'est forcé ou contraint d'accepter la main tendue. « *Tout de suite, j'ai compris qu'on pouvait m'aider*, se souvient Jérôme. *J'ai été très bien accueilli, on m'a accompagné pour monter un dossier, j'ai rencontré une assistante sociale pour les démarches administratives dont je ne me sortais pas, et une psychologue m'a tout de suite donné de bons conseils. Depuis, je travaille une heure par semaine avec elle et ça me fait beaucoup de bien, je ne savais pas que ça pouvait être aussi profitable. J'encourage vraiment tout le monde à faire comme moi quand vous vous retrouvez dans ma situation.* »



Affichages d'information à l'accueil de l'antenne de la MSA de Guéret, dans la Creuse.

À l'issue du premier rendez-vous, une série de propositions sont offertes. Groupes de parole pour échanger et comprendre que l'on n'est pas seul à connaître cette situation de détresse ; activités extérieures comme des randonnées ou des moments de convivialité... mais aussi de l'aide administrative

apportée par des professionnels, en plus de vingt-cinq séances de thérapie offertes. Les agriculteurs sont les premiers concernés, mais leurs proches peuvent l'être aussi : « *Il y a aussi des jeunes femmes, de jeunes mères de famille, qui travaillent sur l'exploitation ou pas*, précise Agnès Mano, responsable du service des interventions sociales et copilote du programme mal-être à la MSA Midi-Pyrénées Nord. *Les cas dont nous nous occupons ne correspondent pas forcément à l'idée que l'on pourrait se faire de l'agriculteur solitaire, enfermé chez lui. Il faut aussi prendre en compte l'entourage. C'est de la psychologie sociale, on montre que rien n'est jamais irrévocable. On aide la personne à s'aider elle-même, à aller de mieux en mieux. C'est pour nous aussi une expérience très riche.* »

Dominique Burlat est psychologue à Rodez, préfecture de l'Aveyron. Elle est entrée dans le dispositif dès sa création et fait partie des premières personnes à rencontrer celles prises en charge. « *Nous allons tisser des liens, établir un plan pluridisciplinaire pour sortir la personne de son mal-être, détaille-t-elle. Nous allons d'abord l'écouter, la laisser dire, puis analyser et finalement proposer des issues. On assiste souvent aussi, chez ces patients, à une perte de confiance, d'estime de soi, ils disent souvent "J'ai l'impression d'être dans un trou" ou encore "De toute façon, vous savez bien que je ne peux pas faire autrement". Ils sont victimes de ruminations mentales, d'idées obsédantes. Tous ensemble, nous allons*

*permettre la libération de la parole et la mise en place d'un mieux-être. »*

L'aide va donc bien au-delà de la « simple » thérapie. C'est parfois aussi un sérieux coup de main de conseillers face aux formalités administratives souvent incompréhensibles et sources de stress, mais également la proposition, par exemple, de venir remplacer les agriculteurs dans leur exploitation. Ne serait-ce que quelques jours, pour leur permettre d'enfin partir en vacances. « *L'exploitation agricole peut devenir une vraie addiction, un enfermement*, reprend Évelyne Fillol. *Le travail est un piège et se referme sur eux. »*

Parfois, l'urgence s'impose. La centaine de psychologues déployée sur les quatre départements pionniers est aussi formée à repérer si la personne rencontrée pour la première fois risque vraiment d'attenter rapidement à sa vie. Dans les cas les plus extrêmes, une hos-

pitalisation peut être envisagée. Pour se faire une idée précise, les psychologues posent une série de questions sur l'acte suicidaire en soi, afin d'évaluer le risque d'un passage à l'acte. « *On demande : "OK, alors comment allez-vous procéder ? Où ça ? Comment, de quelle manière allez-vous vous tuer ?"* » détaille Dominique Burlat. *Il faut décortiquer l'idée suicidaire, la mettre sur la table. Il faut arriver à savoir si le passage à l'acte est vu comme un projet lointain ou s'il est déjà organisé. Le patient suicidaire est aussi celui qui veut arrêter de souffrir. Il faut vraiment pouvoir se faire une idée précise de cette souffrance et de ce que cet homme ou cette femme s'apprête ou pas à faire. »*

Année après année, le travail de terrain paie. Dans les quatre départements du Sud-Ouest, depuis le déploiement du plan d'aide en 2011, pas une seule personne repérée et soignée n'est passée à l'acte. En 2022, un plan national in-

terministériel de lutte contre le malaise agricole a aussi été mis en place. La souffrance des agriculteurs n'a pourtant pas reculé, comme l'ont encore montré les centaines d'actions menées à travers la France en 2024. « *Face aux effets du changement climatique, les agriculteurs se retrouvent confrontés à un sentiment d'impuissance totale*, reprend Évelyne Fillol. *Mais il n'y a pas que cela. À cette insécurité psychique permanente s'ajoute la certitude d'être mal-aimés, déconsidérés, traités de pollueurs. La perte de sens, de valeurs est destructrice pour ces gens dont la charge de travail est monumentale. »* Quand elle a lancé le projet, la psychologue pensait « *en avoir pour deux ou trois ans* », reconnaît-elle aujourd'hui. Treize ans plus tard, malgré tant de vies sauvées, elle soupire : « *Le problème est bien loin d'être résolu. »* ■

*par Alexandre Duyck*

## ENCADRÉS DE L'ARTICLE

“ **Un réseau de « sentinelles » est chargé de repérer les personnes susceptibles de passer à l'acte**

“ **L'exploitation agricole peut devenir une vraie addiction, un enfermement. Le travail est un piège**Évelyne Fillol, psychologue

