



Esther Grossenbacher, septembre 2018

Congrès national sur la prévention du suicide dans l'agriculture – compte rendu

Il faut renforcer la mise en réseau des activités de prévention, mais aussi briser les tabous qui entourent les situations de crise et les suicides. Telles sont les principales conclusions auxquelles sont parvenus les plus de soixante participants du congrès organisé par l'Office fédéral de l'agriculture (OFAG) à l'INFORAMA Rütli, le 10 septembre 2018, à l'occasion de la [Journée mondiale de la prévention du suicide](#).

Programme de la matinée

- **Allocutions de bienvenue et ouverture du congrès**

Jean-Marc Chappuis, sous-directeur de l'Office fédéral de l'agriculture (OFAG), a évoqué dans son discours d'ouverture la plateforme s'inscrivant dans le prolongement du [plan d'action](#) national pour la prévention du suicide en Suisse que propose l'OFAG pour favoriser les échanges d'expériences et la coordination des efforts déployés dans le monde professionnel agricole. En effet, la plupart des gens qui ont des pensées suicidaires veulent, non pas mourir, mais échapper à une situation psychologique intolérable. Il faut aider ces personnes, en l'occurrence les agriculteurs et les paysannes qui endurent ce genre de souffrance. Et c'est possible, car il existe une multitude de programmes de prévention efficaces.

Christian Hofer, chef de l'Office de l'agriculture et de la nature du canton de Berne (OAN), a souligné dans son allocution de bienvenue le rôle particulier et la responsabilité du canton de Berne à l'égard de la population paysanne. Il a insisté sur l'importance de rester objectif dans des débats souvent chargés d'émotion tout en évoquant l'excellente collaboration entre l'INFORAMA et les services cliniques spécialisés. Il en a également appelé à la solidarité, sans laquelle il ne serait pas possible d'aider efficacement et à temps les personnes ayant des pensées suicidaires.

- **Exposés et interview**

Esther Walter, responsable de projet Prévention du suicide à l'Office fédéral de la santé publique (OFSP), a présenté le plan d'action national [pour la prévention du suicide en Suisse](#), dont l'objectif consiste à contribuer à réduire le nombre de passages à l'acte pendant une crise aiguë, souvent pas-

Bundesamt für Landwirtschaft BLW
Esther Grossenbacher
Schwarzenburgstrasse 165, 3003 Bern
Tel. +41 58 462 26 04, Fax +41 58 462 26 34
esther.grossenbacher@blw.admin.ch
www.blw.admin.ch

sagère, due à un facteur de stress ou à une maladie psychique. C'est dans ce contexte que l'OFSP a lancé une [plateforme en ligne](#) qui donne de nombreux exemples concrets dans le domaine de la prévention du suicide.

Gabriela Stoppe, présidente d'IPSILON, Initiative pour la prévention du suicide en Suisse, a commencé par présenter des faits et des chiffres. Elle a également expliqué que l'acte suicidaire était le résultat de l'interaction de plusieurs facteurs, à savoir la prédisposition, la situation et le rétrécissement du champ perceptuel. L'intervenante a par ailleurs cassé des mythes, comme la croyance qu'une personne qui parle de suicide ne passera pas à l'acte ou qu'aborder le sujet ne fait qu'encourager la personne à commettre l'irréparable. Elle a également décrit l'« effet Werther » et l'« effet Papageno », à savoir l'incidence des contenus médiatiques sur l'augmentation ou la diminution du taux de suicide. Elle a terminé son exposé en rappelant que l'absence de renseignements sur les méthodes de suicide était une mesure préventive efficace.

Christine Bühler, présidente de l'Union suisse des paysannes et des femmes rurales (USPF) et vice-présidente de l'Union suisse des paysans (USP), a donné des informations sur la [plateforme](#) d'aide et de soutien de l'USPF, qui offre la possibilité de contacter facilement et anonymement des conseillers spécialisés. Cette plateforme a pour objectif de briser les tabous, d'aborder les problèmes et d'inciter à chercher de l'aide avant qu'il ne soit trop tard. L'intervenante a rappelé que les femmes et les hommes étaient perçus différemment dans la société et que les femmes étaient généralement celles qui souffraient le plus des conséquences du suicide d'un agriculteur.

Frédéric Brand, chef de la Direction générale de l'agriculture, de la viticulture et des affaires vétérinaires du canton de Vaud (DGVA) et président de la Conférence suisse des services de l'agriculture cantonaux (COSAC), ainsi que **Yves Dorogi**, président du Groupe Romand Prévention Suicide (GRPS) et chef du service de psychiatrie de liaison au Centre Hospitalier Universitaire Vaudois (CHUV), ont présenté la mesure de prévention du suicide « Sentinelles Vaud – Promotion de la Vie ». Une formation a été dispensée à 150 personnes régulièrement en contact avec des agriculteurs et des paysannes (vétérinaires, contrôleurs, employés de fiduciaires, vendeurs, etc.). Ces « sentinelles » ont ainsi appris à reconnaître les signes précurseurs de crises, comment les aborder et où trouver une aide professionnelle.

Christine Jurt, responsable de projet à la Haute école des sciences agronomiques, forestières et alimentaires (HAFL), a présenté l'[étude](#) financée par l'OFAG « Le suicide dans l'agriculture suisse – une analyse documentaire scientifique et échange de vues entre experts ». L'intervenante a indiqué qu'il n'existait pas de données officielles sur la fréquence des suicides dans l'agriculture suisse et que les facteurs de risque cités variaient selon les sources. Elle a conclu son exposé sur la nécessité de poursuivre la recherche dans ce domaine.

Programme de l'après-midi

• Approfondissement de la réflexion en groupes – ateliers *World Cafés*

Ces ateliers ont été animés par des experts de la prévention du suicide : Anne Stettbacher (INFORAMA), Madeleine Vonlanthen (La Main Tendue), Mariann Ring (Forum für Suizidprävention und Suizidforschung Zürich), Gabriela Stoppe (IPSILON) ainsi que Myriam Ebinger (Université de Zurich). Les participants à ces ateliers ont pu échanger leurs vues et leurs expériences sur cinq différents thèmes au sein de petits groupes. Le fruit de leur réflexion est le suivant :

Sensibilisation des enseignants

Il faudrait former les enseignants agricoles de sorte qu'ils soient en mesure de détecter les crises psychiques ou les signes avant-coureurs (propos, expressions du visage, attitude du corps, etc.). La connaissance de la question du suicide et une démarche appropriée donnent l'assurance nécessaire pour

aborder les faits inhabituels (aide-mémoire en cas d'urgence, etc.). Il pourrait être aussi utile d'offrir un plus grand nombre de colloques ou de formations, comme la journée de perfectionnement sur la sensibilisation à la question du suicide dans le milieu scolaire proposée à l'INFORAMA Rütli dans le programme de formation professionnelle de base.

Approche visant à placer des sentinelles

Il faudrait étendre la formation des personnes en contact avec des agriculteurs et des paysannes à d'autres cantons, et même en Suisse alémanique. On pourrait instaurer un réseau de bénévoles dans chaque canton ou région. Le thème de la gestion de crises ou de la prévention du suicide pourrait être repris dans des groupes de travail. Il faudrait également mettre en place davantage de services de conseil pour les apprenants.

Renforcer des facteurs de protection

Chaque agriculteur et chaque paysanne devrait comprendre que les crises font partie de la vie. Il est essentiel de cultiver les relations sociales et les amitiés, car pouvoir parler et se confier est un réconfort et donc un facteur de protection. Il est par conséquent primordial d'éviter de se retrouver régulièrement ou souvent seul et isolé. L'estime réciproque est un bien précieux dont il faut prendre soin.

Le burn-out et les autres crises

Le burn-out, ou le syndrome d'épuisement professionnel, est socialement acceptable, à l'inverse des dépressions et d'autres maladies psychiques. Le burn-out pourrait donc servir de prétexte à une discussion sur la santé psychique. Il est également possible d'aborder ce thème en posant des questions sur la qualité du sommeil. Se focaliser sur son travail est une forme de fuite qui comporte des risques. Il faut aussi savoir reconnaître soi-même les symptômes et faire confiance aux spécialistes.

Information et Communication

Les conditions favorisant l'effet Werther ou Papageno ont été encore une fois examinées en profondeur (augmentation du taux de suicide lorsque l'acte suicidaire est décrit comme inévitable, médiatisation du suicide de célébrités, description de la méthode choisie par la victime pour mettre fin à ses jours, photos, mais diminution du taux quand le suicide est représenté sous un jour défavorable, publication d'articles sur des suicides sur les voies ferrées et sur des gestions réussies de crise). Il a par ailleurs été question des [directives pour les professionnels des médias](#) sur le suicide ainsi que de l'importance de toujours mentionner dans les articles les organismes susceptibles d'apporter une aide.

• Conclusion

Markus Wildisen, directeur de l'INFORAMA et président de la Conférence des écoles des métiers de la terre et de la nature, a insisté sur le rôle de l'INFORAMA dans la prévention du suicide aux plans de la formation et de la vulgarisation. Il a évoqué les nombreux groupes de travail et les démarches d'accompagnement. Il a en outre rappelé qu'aborder le suicide et en parler ouvertement était un moyen efficace de prévention. L'intervenant a conclu en insistant sur le fait que la prévention du suicide était une mission qui incombait à l'ensemble de la société et que chacun de nous et chaque institution pouvait agir à son échelle.