



Prévention du burnout – charte pour la constitution d'une plateforme supracantonale en Suisse orientale pour la prévention du burnout dans l'agriculture

- Chambre d'agriculture des Grisons
- Chambre d'agriculture de Saint-Gall
- Chambre d'agriculture d'Appenzell Rhodes extérieures
- Chambre d'agriculture de Thurgovie (VTL)
- Ecole d'agriculture Arenenberg TG
- Union suisse des paysannes et des femmes rurales USPF
- Union des paysannes thurgoviennes
- Union des paysannes et femmes rurales grisonnes

Sandro Michael

Chambre d'agriculture des Grisons

Peter Nüesch

Chambre d'agriculture de Saint-Gall

Stefan Freund

Vice-président de la Chambre d'agriculture d'Appenzell Rhodes extérieures

Maja Grunder

Présidente de la Chambre d'agriculture de Thurgovie (VTL)

Eggenberger Christian

Responsable du département conseil, développement, innovation, Arenenberg

Gabi Schürch

Vice-présidente de l'Union suisse des paysannes et des femmes rurales USPF

Regula Böhi-Zbinden

Présidente de l'association des paysannes thurgoviennes

Astrid Derungs

Association des paysannes et femmes rurales grisonnes



1. Raison d'être / Objectif

1.1 Raison d'être

- La charte ci-dessous constitue la base d'une compréhension commune de la prévention du burnout dans l'agriculture.
- La charte a une portée suprarégionale et fournit des lignes directrices générales d'ordre organisationnel et éthique pour la mise en place et la collaboration entre les membres de la plateforme. Elle sert de référence pour le développement d'offres et pour la formation. L'organisation concrète doit avoir lieu au niveau cantonal ou régional. Il convient à cet égard de tenir compte des exigences et spécificités régionales (par ex. les offres existantes, les besoins des personnes concernées, la taille des exploitations). Cela permet de développer des offres ciblées qui correspondent aux principes de la charte.
- Les organisations membres forment un réseau qui s'engage collectivement pour le bien-être des personnes concernées et de leur entourage familial.
- Les organisations membres abordent régulièrement des thèmes de l'actualité politique relevant de leurs domaines d'activité. Elles exercent ensemble une influence politique orientée vers les solutions, afin de mettre en place des conditions-cadres favorables à la prévention du burnout et à la réduction des facteurs de stress.
- Le réseau s'organise de manière durable, s'adapte de manière autonome aux exigences qui se présentent et se fixe les objectifs suivants :
 - Détection précoce des facteurs de stress et de risque pouvant conduire à un burnout
 - Soutien visant à renforcer l'efficacité propre des personnes concernées et de leur cellule familiale
 - Publication des offres existantes
 - Définition de mesures permettant de réduire les facteurs de stress et de risque
 - Thématisation de la problématique du burnout dans le développement de la politique agricole

1.2 Groupe cible

La charte s'adresse à divers acteurs du secteur agricole impliqués dans la prévention et l'aide en cas de surmenage, notamment : chambres d'agriculture, paysannes, écoles, conseillers agricoles, fiduciaires, ligne d'assistance téléphonique (Sorgentelefon), services de conseil et de coaching, sentinelles, conseil par les pairs, psychiatres, médecins, politique.

En tant qu'acteurs du réseau, les groupes cibles jouent un rôle autonome tout en faisant partie d'un réseau engagé qui se soutient mutuellement.

2. Missions

2.1 Echanges et coordination

Les organisations membres s'informent chaque année sur les offres disponibles et les expériences réalisées. Les offres et la coordination sont adaptées aux conditions locales dans le cadre de sous-groupes régionaux ou cantonaux.

2.2 Organisation

La personne demandant de l'aide et son entourage sont au centre de l'attention. L'organisation comprend différents partenaires du réseau. Dans les cantons, celles-ci fournissent soit une aide directe, soit interviennent en tant qu'instance politique (financement, assurance qualité). L'organisation de la rencontre est assurée sous forme de tournus par les associations impliquées. La réglementation des offres régionales et la responsabilité de leur mise sur pied incombent aux cantons. La coordination, la formation continue et la supervision des pairs et des sentinelles devraient être réglées au niveau cantonal.

2.3 Engagement

Les organisations signataires s'engagent à participer chaque année à une rencontre d'échanges. Elles s'efforcent de mettre sur pied dans leur région/canton un réseau constitué des différents acteurs, lesquels sont disposés à soutenir pleinement la personne demandant de l'aide et son entourage. A cette fin, il est jugé opportun de lancer un projet pilote cantonal visant à renforcer le caractère contraignant de la mesure et à en évaluer l'impact.

Le soutien est fourni sur la base d'une convention conclue avec la personne demandant de l'aide. Il convient de clarifier au préalable les questions éventuelles de protection des données. L'organisation qui a conclu la convention assume la responsabilité de la coordination. Les autres détails sont réglés au niveau cantonal.

Les organisations / institutions suivantes peuvent adhérer à la charte :

- Services cantonaux de l'agriculture
- Ecoles d'agriculture
- Services de conseil agricole
- Chambres d'agriculture cantonales
- Associations cantonales de femmes rurales ou de paysannes
- Services cantonaux d'aide à l'exploitation tels que coopératives de machines, services de dépannage
- Services d'aide familiale
- Fiduciaires agricoles
- Médecins (généralistes, psychiatres)
- Psychologues
- Coachs professionnels ou travailleurs sociaux connaissant l'agriculture
- Pairs (définition)
- Sentinelles (définition)
- Centres de conseil « Offeni Tür », ligne d'assistance téléphonique « Sorgentelefon »
- Fiduciaires
- Union suisse des paysannes et des femmes rurales USPF
- Union suisse des paysans

Les tâches et les rôles sont définis en annexe. Les compétences et la formation des partenaires du réseau qui ne sont pas du métier (pairs et sentinelles) sont décrites dans un document séparé.

2.4 Thèmes

Les organisations membres définissent les thèmes et points forts à traiter.

2.5 Communication

L'information sur les activités et les offres existantes est faite en fonction des besoins et des groupes cibles.

2.6 Evaluation de l'impact / assurance qualité

La demande et l'impact des offres existantes font l'objet d'analyses et de réflexions régulières, au sens d'une assurance qualité, et les résultats sont intégrés dans la collaboration. L'assurance qualité des offres et leur développement devraient avoir lieu au niveau suprarégional.

3. Annexe

L'annexe définit les rôles et les responsabilités, délimite les domaines de compétence et précise les interfaces.

Parmi les mesures préventives, on distingue selon Schneider, Volker (2017, p. 28), la prévention primaire, la prévention secondaire et la prévention tertiaire.

Les mesures de la **prévention primaire** (en rouge dans le tableau) s'adressent à des personnes en bonne santé ou à des adultes se sentant en bonne santé, dans le but d'empêcher l'apparition d'une maladie ou celui d'identifier et de prévenir un comportement à risque pour la santé. L'identification de facteurs de risque possibles fait également partie de la prévention primaire.

Les mesures de la **prévention secondaire** servent à détecter les maladies et les traiter.

On parle de **prévention tertiaire** lorsqu'une maladie ou une affection chronique est déjà présente. Les mesures de prévention visent alors à atténuer les séquelles ou les conséquences d'une maladie et à rétablir les capacités initiales.

Partenaire du réseau	Tâche	Rôle préventif potentiel au sein du réseau
Services cantonaux de l'agriculture		Pilotage et assurance qualité, financement
Ecoles d'agriculture	<ul style="list-style-type: none"> Les objectifs de formation sont définis ici : Bildungsziele Landwirt inklBio f 2017.pdf (agri-job.ch)¹ 	<ul style="list-style-type: none"> Sensibilisation au thème du burnout
	<ul style="list-style-type: none"> Proposer une formation qui favorise la compréhension des enjeux économiques, écologiques, politiques et culturels Il convient d'encourager la souplesse d'esprit et la créativité au même titre que l'autonomie et l'esprit d'équipe. Solidarité entre les familles paysannes et coopération avec le reste de la population d'une vallée Cours de formation dans les différents domaines d'activité de l'agriculture Conseils complets dans tous les secteurs de l'agriculture et de l'économie familiale rurale (conseil aux exploitations agricoles) Favoriser les liens culturels et le développement des compétences personnelles et sociales 	<ul style="list-style-type: none"> Participation à l'élaboration de formations pour les pairs et les sentinelles

¹ [Bildungsziele Landwirt inklBio f 2017.pdf](#)

<p>Chambres d'agriculture cantonales</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Défense des intérêts des familles paysannes • Relations publiques pour l'agriculture • Publication de la revue spécialisée hebdomadaire du canton • Organisation de séminaires de formation continue • Adresse de contact pour les questions du public et des médias • Organisation d'évènements destinés aux médias et publication de communiqués de presse sur l'actualité agricole • Promotion de l'image de l'agriculture et du secteur agroalimentaire cantonal • Présentation de l'agriculture cantonale dans différentes expositions et manifestations • Conseil à ses membres en matière d'assurances • Renseignements juridiques et accompagnement de ses membres dans la résolution de leurs problèmes 	<ul style="list-style-type: none"> • Sensibilisation au thème du burnout
<p>Associations cantonales de femmes rurales ou de paysannes</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Santé et alimentation • Formation continue • Qualité et communication • Relations publiques • Contacts avec les partenaires du réseau 	<ul style="list-style-type: none"> • Sensibilisation au thème du burnout
<p>Services de conseil agricole (souvent rattachés aux écoles d'agriculture)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Conseil individuel visant à résoudre une problématique (par ex. finances, divorce, remise de ferme, problème de logement, restructurations, désescalade en cas de violence) • Neutre – impartialité, limitation des dommages, intervient <ul style="list-style-type: none"> • seulement après conclusion d'un contrat • Accompagnement étroit lors d'investissements importants (par ex. par la coopérative de crédit agricole) 	<ul style="list-style-type: none"> • Détection précoce de facteurs de risque d'un burnout • Détection d'une accumulation de facteurs de stress • Changement de situation – Identification de possibilités d'allègement • Sensibilisation au thème du burnout

<p>Services cantonaux d'aide à l'exploitation tels que coopératives de machines, services de dépannage</p>	<ul style="list-style-type: none"> Le service de dépannage intervient principalement pour les chefs d'entreprise en situation d'urgence. Une telle situation existe lorsque le ou la chef-fe d'exploitation ne peut plus travailler sur l'exploitation à la suite d'une maladie ou d'un accident. Le décès du chef d'exploitation ou d'un membre de sa famille (conjoint-e, enfant) est également considéré comme une situation d'urgence. Le service de dépannage peut aussi être sollicité pour les vacances, durant le service militaire ou en cas de pointes de travail. Les interventions pour les situations d'urgence sont toujours prioritaires. 	<ul style="list-style-type: none"> Détection d'un burnout Pouvoir autoriser un soutien Renforcement de la cellule familiale Aborder la question du burnout et du surmenage avec la personne concernée Accompagnement à la portée des personnes concernées Expliquer les possibilités de se décharger Consolider le système familial Assurer la continuité des activités de l'exploitation
<p>Services d'aide familiale</p>	<ul style="list-style-type: none"> Aide aux familles paysannes en cas d'absence de la paysanne à la suite d'une naissance, d'une maladie ou d'un accident, à un tarif avantageux. Si les capacités le permettent, des interventions en dehors de l'agriculture sont aussi possibles, à prix coûtant, ou de manière générale lors des pointes de travail ou d'absences pour cause de vacances. 	<ul style="list-style-type: none"> Détection d'un burnout Pouvoir autoriser un soutien Renforcement de la cellule familiale Aborder la question du burnout et du surmenage avec la personne concernée Assurer la continuité des activités de l'exploitation
<p>Fiduciaires agricoles (souvent rattachées aux chambres d'agriculture ou à une coopérative de machines) Répertoire des membres - fidagri.ch - les experts fiduciaires au service des agriculteurs suisses²</p>	<ul style="list-style-type: none"> Optimisation fiscale de l'entreprise Conseil et soutien dans les questions de gestion d'entreprise Lors d'investissements, calcul de la charge supportable et indication des possibilités de financement Conseil lors des remises de ferme 	<ul style="list-style-type: none"> Détection précoce des facteurs de risque d'un burnout Détection d'une accumulation de facteurs de stress

² <https://www.fidagri.ch/membres/repertoire-des-membres.html>

<p>Médecins (généralistes, psychiatres)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Outre le traitement des maladies, le médecin généraliste se préoccupe des aspects de prévention, comme les vaccins et les conseils nutritionnels. Il accompagne également les patients dans la phase de rééducation après un séjour hospitalier ou une maladie grave. 	<ul style="list-style-type: none"> • Détection précoce des facteurs de risque d'un burnout • Détection d'une accumulation de facteurs de stress • Détection d'un burnout • Pouvoir autoriser un soutien • Renforcement de la cellule familiale • Aborder la question du burnout et du surmenage avec la personne concernée • Consolider le système familial • Prévenir les rechutes ou les séquelles • Intégration dans la vie quotidienne
<p>Psychologues / psychothérapeutes</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Les psychothérapeutes traitent des personnes souffrant de troubles psychiques et de détresse psychologique. Ils connaissent différentes méthodes de diagnostic et d'intervention et les appliquent. 	<ul style="list-style-type: none"> • Prévenir les rechutes ou les séquelles • Intégration dans la vie quotidienne
<p>Coachs professionnels ou travailleurs sociaux connaissant l'agriculture</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Les familles paysannes en situation difficile peuvent faire appel au soutien de coachs expérimentés. Grâce à ce coaching, les familles concernées bénéficient d'un accompagnement dans la recherche d'issues et de solutions adaptées à leur situation personnelle. 	<ul style="list-style-type: none"> • Pouvoir autoriser un soutien • Renforcement de la cellule familiale • Consolider le système familial • Prévenir les rechutes ou les séquelles • Intégration dans la vie quotidienne

<p>Coaching collégial (actuellement seulement pour les femmes à St-Gall)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Dans le cadre du Coaching collégial, des collègues de travail se réunissent et, sous supervision, cherchent de nouveaux points de vue et solutions à des aspects de la vie quotidienne. Les participantes choisissent les thèmes en fonction de leurs besoins. • Une participante décrit une situation qui la préoccupe sur le moment. L'animatrice pose des questions de relance et laisse la personne qui a introduit le thème décrire la situation plus précisément. Les membres du groupe écoutent activement. Les collègues échangent sur ce qu'elles ont entendu, mais aussi sur ce qu'elles ont observé. Elles donnent leur avis extérieur, des idées et de nouveaux points de vue. Cela ouvre ainsi de nouvelles pistes d'action et des idées de solutions pour la personne qui a introduit le cas. Les rencontres de coaching ont lieu à intervalles réguliers. 	<ul style="list-style-type: none"> • Détection précoce des facteurs de risque d'un burnout • Détection d'une accumulation de facteurs de stress • Changement de situation – Identification de possibilités d'allègement • Sensibilisation au thème du burnout • Détection d'un burnout • Pouvoir autoriser un soutien • Renforcement de la cellule familiale • Aborder la question du burnout et du surmenage avec la personne concernée • Accompagnement à la portée des personnes concernées • Expliquer les possibilités de se décharger • Consolider le système familial • Prévenir les rechutes ou les séquelles
<p>Pairs (bureau de coordination des pairs ?)</p> <p>Les pairs se définissent par des valeurs et des représentations communes et se distinguent par une forte adhésion aux normes de comportement de leur propre groupe. Lien avec l'agriculture. Expérience de vie ou situations de surmenage vécues personnellement.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Le conseil par les pairs signifie que des personnes traversant une situation similaire et qui travaillent aussi dans l'agriculture aident les personnes concernées à gérer leur crise. La tâche des pairs (personnes anciennement concernées) consiste à faire le lien avec des services de conseil professionnels. • « Mon rôle consiste à créer un cadre permettant de lancer le processus d'aide, puis à accompagner ce cadre et à le relier à d'autres structures. Pour cela, il faut un réseau qui travaille en collaboration. Que ce soit sur le plan psychologique ou médical, selon les cas. » (pair accompagnateur) 	<ul style="list-style-type: none"> • Détection d'un burnout • Renforcement de la cellule familiale • Aborder la question du burnout et du surmenage avec la personne concernée • Accompagnement à la portée des personnes concernées • Expliquer les possibilités de se décharger • Consolider le système familial • Intégration dans la vie quotidienne

<p>Sentinelles (bureau de coordination des sentinelles)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Les sentinelles sont des personnes bénévoles étroitement liées à l'agriculture, que ce soit sur le plan professionnel ou privé. • Les sentinelles connaissent les facteurs de risque pouvant conduire à un burnout et savent reconnaître les symptômes d'un début de burnout. • Les sentinelles sont conscientes de leur rôle informel et connaissent les règles élémentaires de la communication. • Elles connaissent les offres disponibles et peuvent les signaler aux agriculteurs/trices. 	<ul style="list-style-type: none"> • Détection précoce des facteurs de risque d'un burnout • Aborder la question du burnout et du surmenage avec la personne concernée
<p>Centres de conseil « Offeni Tür » (fait partie du centre de formation SG)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Offre de coaching, qui accompagne les familles concernées durant une situation difficile et les aide à trouver des issues et des solutions pour leur situation personnelle. 	<ul style="list-style-type: none"> • Détection d'un burnout • Pouvoir autoriser un soutien • Renforcement de la cellule familiale • Aborder la question du burnout et du surmenage avec la personne concernée • Accompagnement à la portée des personnes concernées • Expliquer les possibilités de se décharger • Consolider le système familial
<p>Ligne d'assistance téléphonique « Sorgentelefon »</p>	<ul style="list-style-type: none"> • La ligne d'assistance téléphonique « Sorgentelefon » est un service d'aide destiné aux paysannes et aux agriculteurs ainsi qu'à toutes les personnes actives dans l'agriculture qui rencontrent des problèmes ou vivent des situations difficiles. Bäuerliches Sorgentelefon ³ 	<ul style="list-style-type: none"> • Accompagnement à la portée des personnes concernées

³ <https://baeuerliches-sorgentelefon.ch/de/page>

<p>Union suisse des paysannes et des femmes rurales USPF</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Promotion de la formation initiale et continue des paysannes • Promotion des compétences au quotidien dans la société • Soutien aux mesures visant à améliorer la situation sociale des paysannes et des femmes de l'espace rural • Information des membres sur les questions d'actualité en matière de politique nationale et agricole • Soutien des femmes dans la société et sur le plan juridique. 	<ul style="list-style-type: none"> • Sensibilisation au thème du burnout • Partager au sein du réseau des exemples de bonnes pratiques provenant des différentes régions
<p>Union suisse des paysans</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Défense des intérêts au niveau national et international dans le but de garantir les revenus et l'existence des agriculteurs • Information des agriculteurs et relations publiques générales et spécifiques aux productions • Prestations de services • Défense des intérêts de l'agriculture suisse dans le domaine de la formation initiale et supérieure 	<ul style="list-style-type: none"> • Sensibilisation au thème du burnout