

# SANTÉ TRAVAIL ET BIEN ÊTRE SUR LES FERMES

## Charge de travail et épuisement professionnel :

### Outils des accompagnateurs pour une sensibilisation efficace des agriculteurs

#### CONTEXTE & OBJECTIFS

« Santé, travail et bien-être sur les fermes » est un projet proposé par l'InterAFOCG dans son Programme Pluriannuel de Développement Agricole et Rural (PPDAR) 2022-2027 suite aux bouleversements du monde agricole qui sont trop souvent à l'origine d'un temps de travail qui explose, d'une charge mentale élevée et de stress, amenant parfois à une dégradation des conditions de travail ou à un arrêt de l'activité pour les agriculteurs et agricultrices. La charge mentale et l'épuisement professionnel n'est souvent pas suffisamment pris en compte dans les démarches d'accompagnement des agriculteurs pour plusieurs raisons, notamment le manque de compétences des accompagnateurs sur ce volet. Pourtant, c'est une problématique fondamentale qui détermine la pérennité de l'exploitation.

Ce projet propose un programme de formations et de sensibilisations sur l'épuisement professionnel sur les fermes. L'objectif est de former et de permettre une montée en compétences des animateurs formateurs et animatrices formatrices sur les problématiques de la santé au travail et du bien-être sur les fermes. Ce programme leur permettra d'être en mesure de prendre en compte la dimension santé, travail et bien-être dans leur démarche d'accompagnement et de maîtriser des approches permettant de sensibiliser les agriculteurs à ces problématiques, tout en restant cadré sur leur cœur de métier qu'est la comptabilité gestion.

Une formation réalisée : « Charge de travail et épuisement professionnel : saisir les concepts pour animer dans son AFOCG »



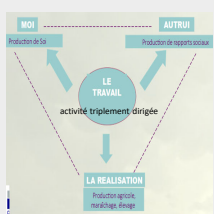
Les AFOCG par leurs méthodes de travail, leur approche de formation en collectif, jouent un rôle important de prévention primaire de l'épuisement professionnel chez leurs adhérents. Cette journée de formation a eu pour objectifs de permettre aux animateurs formateurs et animatrices formatrices de :

- S'approprier les concepts liés à la santé au travail, aux risques, aux tensions auxquelles sont soumis les agriculteurs et agricultrices.
- Savoir identifier les causes (souvent plurifactorielles) de l'épuisement professionnel.
- Connaître des modes de régulation pour prévenir l'épuisement professionnel.

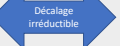
#### La santé au travail

Définition à travers trois objectifs distincts :

- **Préservation et promotion de la santé** du travailleur et de sa capacité de travail
- **Amélioration du milieu de travail**
- **Élaboration d'une organisation et d'une culture du travail** qui développent la santé et la sécurité au travail



Le travail prescrit



Le travail réel

#### Quelques repères sur l'épuisement professionnel

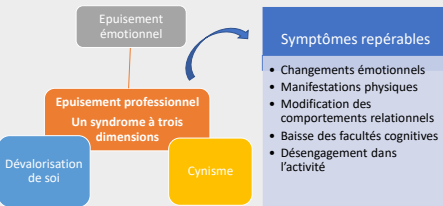
L'épuisement professionnel est un épuisement physique, émotionnel et mental qui résulte d'un investissement prolongé dans des situations de travail exigeantes sur le plan émotionnel

L'épuisement professionnel est un processus de dégradation du rapport de l'individu à son travail, au bout duquel il est complètement vidé de ses ressources

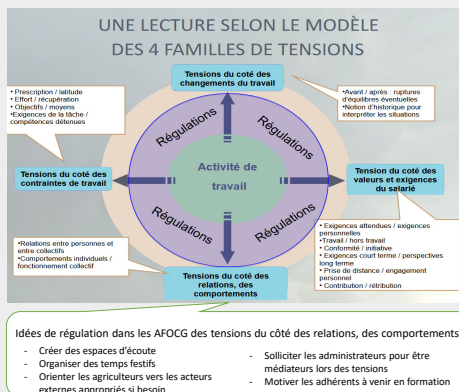
L'épuisement professionnel est considéré comme un risque psychosocial avéré

L'épuisement professionnel n'est pas une maladie

L'épuisement professionnel est un syndrome, un ensemble de signes cliniques ou symptômes qui apparaissent progressivement, sans se référer à un élément causal défini. C'est une spirale dangereuse qui peut conduire à la maladie.

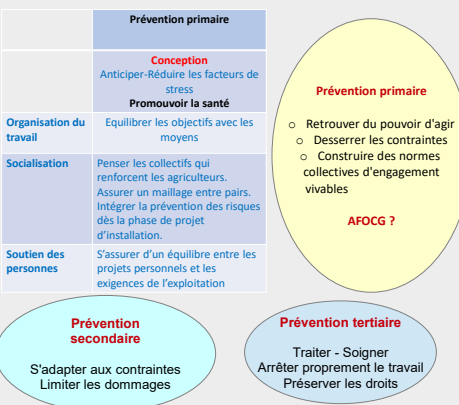


#### Comprendre l'origine de l'épuisement professionnel par l'identification des tensions du travail



- Idees de régulation dans les AFOCG des tensions du côté des relations, des comportements
- Créer des espaces d'écoute
  - Organiser des temps festifs
  - Orienter les agriculteurs vers les acteurs externes appropriés si besoin
  - Solliciter les administrateurs pour être médiateurs lors des tensions
  - Motiver les adhérents à venir en formation

#### Trois niveaux de prévention de l'épuisement professionnel



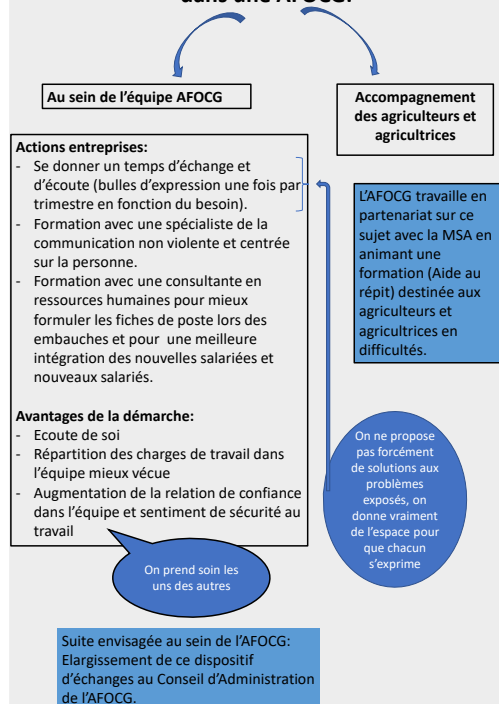
#### Le collectif dans les AFOCG

Le collectif est un endroit du changement possible pour des gens enrhumés dans des représentations du travail qui les contraignent trop.

- Rôle important des échanges entre pairs
- Rôle important des collectifs dans la construction des normes, leur régulation et leur déconstruction
- Les AFOCG comme outil de prévention primaire.

« Pour mieux accompagner les agriculteurs et agricultrices dans leur santé au travail, les équipes AFOCG ont découvert qu'il est essentiel de prendre soin de leur propre santé au travail »

#### Exemple de prévention à deux niveaux dans une AFOCG :



Ressources issues d'une formation du centre ESTA ayant réuni 45 animateurs formateurs et animatrices formatrices des AFOCG

#### PUBLIC CIBLE

Dans un premier temps, le public cible est constitué d'animateurs formateurs et animatrices formatrices du réseau des AFOCG pour une montée en compétences, puis dans un second temps, ces formateurs et formatrices déploieront leur savoir faire au bénéfice des agriculteurs.

#### Point d'attention :

La formation organisée était destinée à aborder l'épuisement professionnel sur les fermes, donc concernant les agriculteurs. Mais un constat s'est imposé lors de la formation, une envie irrésistible des animateurs formateurs et animatrices formatrices d'évoquer leur propre situation. En effet, face à leur charge de travail très importante, ils éprouvent le besoin de trouver des solutions à cette situation afin d'être dans les meilleures dispositions pour accompagner les agriculteurs.

Projet piloté par l'InterAFOCG avec le financement des fonds CASDAR



Mathilde LERICHE,  
Gabrielle SICARD  
InterAFOCG  
interafocg@interafocg.org

PARTENAIRES  
Centre ESTA  
Solidarité Paysan

Pour 2023, une formation sur l'épuisement professionnel des agriculteurs et agricultrices est prévue dans le réseau des AFOCG



5<sup>e</sup>  
Rencontres Nationales  
Travail en agriculture

8-9 nov.  
2022