

Deborah Vanberkel – Programme de mieux-être des agriculteurs



Deborah Vanberkel a commencé à offrir des services de counseling aux agriculteurs lorsqu'elle s'est rendu compte qu'il n'y avait tout simplement pas de services pour eux en Ontario.

Deborah et son mari dirigent également une ferme laitière. Lorsqu'elle a commencé à envisager de faire la transition du secteur public à un cabinet privé, la question de la santé mentale a été soulevée lors d'une réunion du comité local sur la production laitière.

Un agriculteur de l'ouest de l'Ontario avait appelé pour obtenir de l'aide, parce qu'il avait l'intention de mettre fin à ses jours. Personne ne savait quoi faire ou vers où l'aiguiller pour qu'il obtienne le soutien nécessaire. Ce même soir, Deborah a commencé à faire des appels.

« J'ai découvert qu'il n'y avait absolument pas de services, ni de ressources répondant aux besoins particuliers de la communauté agricole », a expliqué Deborah.

« C'est très décourageant que les agriculteurs n'aient pas accès à des ressources comme tous les autres citoyens. Et quand je dis tous les autres citoyens, je veux simplement dire que lorsque je travaillais dans le secteur public, je participais à de nombreux programmes qui avaient été créés à partir de zéro pour aider les gens ayant des problèmes de toxicomanie et de santé mentale et les sans-abris. On faisait constamment de la recherche sur les différents types de populations à l'endroit où je travaillais, et on créait des programmes pour ces gens. Malheureusement, dans le domaine de l'agriculture, rien n'était prévu pour venir au secours des personnes aux prises avec des problèmes de santé mentale. J'en suis arrivée au point où j'ai décidé que ma pratique privée serait adaptée aux agriculteurs. »

Peu après, Deborah et plusieurs membres de sa fédération locale ont commencé à créer le Programme de mieux-être des agriculteurs. S'inspirant du programme d'aide aux agriculteurs que l'on trouve à l'Île-du-Prince-Édouard, le programme vise à fournir du counseling, de l'éducation et des services de santé mentale répondant spécifiquement aux besoins de la collectivité agricole en Ontario.

L'objectif du programme est de fournir des services de santé mentale aux agriculteurs et vise entièrement à aider les agriculteurs à obtenir un traitement, et repose sur trois principes de base.

Premièrement, les services sont accessibles et souples. L'accès est immédiat (il n'y a aucune liste d'attente et les services sont offerts les soirs et les fins de semaine), revêt différentes formes (en personne, par téléphone ou clavardage vidéo) et est assuré à l'endroit préféré de l'agriculteur (au bureau, à la maison, ailleurs).

Deuxièmement, le fournisseur de services a une connaissance personnelle des facteurs de stress propres à l'industrie. Il met le client à l'aise, grâce à sa profonde compréhension du secteur.

Troisièmement, les quatre premières séances de counseling sont gratuites pour l'agriculteur et sont payées par sa fédération locale. Le programme est entièrement anonyme et il suffit pour l'agriculteur de se mettre en rapport avec le fournisseur de services. L'administration du programme se fait séparément du client.

Ces principes de base éliminent un grand nombre d'obstacles auxquels font face les agriculteurs lorsqu'ils cherchent de l'aide. Deborah a constaté que lorsque les services de soutien sont dispensés par quelqu'un qui comprend le mode de vie agricole, les agriculteurs sont plus disposés à recourir aux services.

Tandis que toute l'information recueillie au sujet des utilisateurs du programme est confidentielle, les données révèlent que les agriculteurs qui ont suivi les quatre séances de traitement initiales poursuivent ces séances avec le conseiller par la suite, parce qu'ils se rendent compte à quel point il est utile d'obtenir de l'aide professionnelle.

Selon Deborah, grâce au travail qu'elle et d'autres font dans ce domaine, les agriculteurs sont de plus en plus à l'aise à discuter de questions de santé mentale. Et, à ses yeux, la bataille est à moitié gagnée à ce stade.

« Plus qu'on en parle, plus cela devient normal. Lorsque le problème devient une chose normale, les gens arrêtent d'avoir peur d'en parler » a ajouté Deborah.

« Quand j'ai commencé, l'objectif que je me suis fixé c'est d'aider les gens à parler de leur santé mentale comme ils parlent du beau et du mauvais temps. »

« Je veux juste que les agriculteurs puissent se dire l'un à l'autre 'Tu sais, cette semaine était vraiment horrible' ou 'J'en arrache, tout se brise constamment et tout ce que je peux faire c'est réagir à ce qui se passe'. Souvent, ils parlent de leur santé mentale sans le réaliser. Mon but est de les aider à faire le lien. Je veux que les gens sachent qu'il n'y a rien de mal à se sentir mal et je veux les encourager à reconnaître les moments où ils ne vont pas bien et à comprendre ce sentiment qu'ils sont en train de perdre le contrôle (comme pour la météo) et que cela ne veut pas dire pour autant qu'ils échouent. Le Programme de mieux-être des agriculteurs est un programme de santé mentale conçu spécifiquement pour le secteur de l'agriculture.