



FARM MANAGEMENT CANADA  
GESTION AGRICOLE DU CANADA

# Esprits sains, fermes saines

Examiner le lien entre la santé  
mentale et la gestion Agricole

# Sommaire

## Survol

Le secteur agricole injecte 111,9 milliards de dollars par année dans l'économie canadienne et représente 6,7 % du produit intérieur brut du Canada<sup>i</sup>. En 2016, l'industrie de l'agriculture et de l'agroalimentaire employait 2,3 millions de personnes, soit une personne sur huit<sup>ii</sup>. Le Canada s'est fixé un objectif ambitieux d'augmenter ses exportations agroalimentaires à 85 milliards de dollars d'ici 2025 (par rapport à 64,6 milliards de dollars en 2017)<sup>iii</sup>.

**Nul ne peut mettre en doute le caractère vital de l'agriculture dans l'économie canadienne ni celui du bien être des agriculteurs dans un secteur agricole sain. Or, une étude récente révèle que 45 % des agriculteurs ressentent un niveau élevé de stress<sup>iv</sup>.**

Nul ne peut mettre en doute le caractère vital de l'agriculture dans l'économie canadienne ni celui du bien être des agriculteurs dans un secteur agricole sain. Or, une étude récente révèle que 45 % des agriculteurs ressentent un niveau élevé de stress .

Le débat sur la nécessité d'améliorer la santé mentale de tous les Canadiens s'est intensifié au cours des dernières années. En 2019, l'Association canadienne pour la santé mentale a publié son rapport intitulé *Y arriver seuls : La santé mentale et le bien être des entrepreneurs au Canada*<sup>v</sup>. La même année, le Comité permanent de l'agriculture et de l'agroalimentaire de la Chambre des communes du Canada publiait à l'intention du Sénat son rapport intitulé *Santé mentale : Une priorité pour nos agriculteurs*, qui contenait des recommandations à l'intention du gouvernement fédéral afin qu'il privilégie des mesures visant à améliorer la santé mentale des agriculteurs de notre pays. Il est impératif que les agriculteurs ne soient pas laissés pour compte dans les initiatives visant à soutenir une bonne santé mentale au Canada.

Conscients de la contribution des agriculteurs à l'économie canadienne, le gouvernement fédéral, les gouvernements provinciaux et territoriaux, des organismes à but non lucratif et des groupes communautaires se font un devoir de constamment offrir un soutien aux entreprises agricoles.

La santé mentale des agriculteurs canadiens, étant donné qu'elle est en lien direct avec la gestion d'entreprise agricole, revêt une très grande importance sur les plans de l'économie et de la santé publique. Ce projet de recherche a donc pour but de mieux comprendre la relation entre les pratiques de gestion d'entreprise agricole et la santé mentale des agriculteurs. Plus précisément, l'étude met en lumière la façon dont la santé mentale peut être appuyée par la gestion d'entreprise agricole et la façon dont la gestion d'entreprise agricole peut contribuer à une bonne santé mentale.

Le secteur agricole injecte

**111,9 \$  
MILLIARDS**

par année dans l'économie canadienne

Le secteur agricole représente

**6,7 %**  
du produit intérieur brut  
**DU CANADA**



## Objectif

---

Le but de cette recherche est de mieux comprendre la relation entre les pratiques de gestion d'entreprise agricole et la santé mentale des agriculteurs en explorant :

- les facteurs liés à la gestion d'une entreprise et au mode de vie qui influencent la santé mentale des agriculteurs;
- l'influence positive ou négative que les pratiques de gestion d'entreprise agricole peuvent avoir sur la santé mentale des agriculteurs;
- le rôle de la santé mentale dans la capacité à bien gérer une entreprise agricole.

## Méthodologies de recherche

---

Pour atteindre les objectifs, l'équipe de recherche :

- a procédé à un examen de la documentation, citant plus de 150 sources dans les littératures spécialisée et grise;
- a mené un sondage national auprès de 1 735 agriculteurs canadiens<sup>1</sup>;
- a dirigé 14 groupes de discussion, pour un total de 113 participants;
- a réalisé 72 entrevues avec des agriculteurs et des représentants de l'industrie.



<sup>1</sup> Nos plus sincères remerciements à Financement agricole Canada (FAC) pour avoir coordonné la distribution du sondage par l'intermédiaire de son équipe de recherche, le Groupe Vision. Le sondage est le fruit d'un partenariat collaboratif entre l'équipe de recherche, Gestion agricole du Canada et Financement agricole Canada.

## Principales constatations

---

### Stress et population agricole canadienne :

- Une proportion de 62 % des agriculteurs canadiens a obtenu une cote de stress modéré et 14 % une cote de stress élevé.
- Les principales causes de stress pour les agriculteurs canadiens sont l'imprévisibilité de l'industrie, les pressions liées à la charge de travail et les pressions financières.
- Les femmes sont plus susceptibles de signaler un stress élevé.
- Les agriculteurs plus jeunes montrent des signes de stress plus élevé que les agriculteurs plus âgés et ont tendance à ne pas gérer le stress aussi bien que les agriculteurs des autres groupes d'âge.
- Les agriculteurs à la tête d'entreprises en croissance sont plus susceptibles d'être stressés au sujet de l'aspect financier de leurs activités que les agriculteurs à la tête d'entreprises matures.

---

### Liens entre la santé mentale et la gestion d'entreprise agricole :

- Une proportion de 21 % des agriculteurs indique suivre régulièrement un plan d'affaires écrit et 48 % indiquent qu'ils le font rarement ou jamais.
- Le suivi régulier d'un plan d'affaires agricole écrit apporte tranquillité d'esprit et favorise des mécanismes d'adaptation plus efficaces.
- Les agriculteurs qui utilisent un plan d'affaires écrit ont également souvent tendance à employer d'autres pratiques commerciales, comme le respect d'un budget, l'analyse comparative du rendement, l'acquisition de nouvelles compétences et la communication sur l'avenir de l'exploitation avec les personnes concernées.
- L'optimisme des agriculteurs les incite à adopter des mécanismes d'adaptation plus efficaces et des pratiques de gestion d'entreprise plus avantageuses.
- Les pratiques de gestion d'entreprise sont moins fréquentes chez les jeunes agriculteurs.
- Les pratiques de gestion d'entreprise peuvent améliorer les relations à la ferme.
- Une gestion planifiée des activités n'élimine pas entièrement le stress.

---

## Efficacité des programmes de soutien pour les agriculteurs canadiens :

- Il existe des exemples de modèles efficaces pour soutenir la santé mentale des agriculteurs au Canada.
- Les agriculteurs sont plus susceptibles de participer à des programmes de soutien en santé mentale offerts par des fournisseurs qui connaissent bien l'agriculture et répondent aux besoins uniques des agriculteurs.
- L'accès déficient à des services de soutien en santé mentale dans les régions rurales du Canada demeure une lacune importante dans le soutien à la santé publique.

## Il existe trois principes directeurs pour soutenir la santé mentale et faire le pont entre elle et la gestion d'entreprise :

### STRATÉGIE DE GESTION DES RISQUES

La gestion des risques est un concept qui trouve un écho chez les agriculteurs tant au chapitre de la planification des activités que de la tranquillité d'esprit et qui peut être porteur d'une bonne santé mentale.

### STRATÉGIE DE TRAVAIL D'ÉQUIPE

Le fait de pouvoir compter sur une équipe de soutien composée de conseillers, de membres de la famille et de pairs, par exemple, peut atténuer les pressions inhérentes à la prise de décisions.

### STRATÉGIE DE PRÉPARATION

Le fait de planifier à l'avance ne revient pas à tenter de prédire l'avenir – il s'agit de se préparer pour un événement, quel qu'il soit, risquant de survenir. Il s'agit d'un tournant important dans les perceptions actuelles entourant la planification des activités agricoles.

## Recommandations

Nos travaux de recherche ont donné lieu à quatre (4) recommandations pour soutenir et offrir des services professionnels aux agriculteurs d'une façon qui sera bénéfique pour la santé mentale. Ces recommandations visent à préserver le rôle vital de l'agriculture dans l'économie canadienne.

### **Recommandation 1 : Poursuivre les initiatives de sensibilisation sur l'importance de la santé mentale des agriculteurs.**

#### **Mesures :**

- 1** Faire connaître les effets d'une bonne et d'une mauvaise santé mentale chez les travailleurs agricoles.
- 2** Promouvoir et soutenir des campagnes visant à sensibiliser les gens à la santé mentale des agriculteurs et à briser la stigmatisation.
- 3** Élaborer des stratégies à l'échelle de l'industrie pour lutter contre la cyberintimidation visant les agriculteurs et les travailleurs agricoles par le public. Il faut sensibiliser le public aux réalités de l'agriculture canadienne.
- 4** Trouver des moyens d'améliorer la capacité des services de santé publique en régions rurales en ce qui a trait à la santé mentale.
- 5** Continuer de promouvoir l'accélération de l'infrastructure Internet haute vitesse dans les régions rurales du Canada. Cette infrastructure est une nécessité tant pour les technologies de gestion d'entreprise que pour la prestation en ligne de services de santé mentale.
- 6** Communiquer le lien entre la santé mentale et la gestion d'entreprise agricole, y compris l'incidence de la santé mentale sur la gestion de l'exploitation agricole et les pratiques de gestion d'entreprise agricole qui favorisent la santé mentale.

## **Recommandation 2 :** **Soutenir l'amélioration de l'éducation en santé mentale chez les agriculteurs et ceux qui les appuient.**

### **Mesures :**

- 7** Offrir des séances d'information et de la formation sur la santé mentale lors d'événements de l'industrie et par l'entremise de plateformes d'apprentissage en ligne.
- 8** Explorer de nouveaux moyens de communication et d'apprentissage pour promouvoir l'éducation en santé mentale, comme des forums où les agriculteurs se sentent à l'aise de s'exprimer.
- 9** Dresser une liste des ressources existantes en santé mentale à l'intention des agriculteurs et la distribuer à l'occasion des événements d'apprentissage de l'industrie. Ces renseignements peuvent également être communiqués au moyen de documents imprimés, de médias agricoles et d'autres mécanismes de communication des organismes agricoles.
- 10** Militer pour une formation sur la santé mentale dans les programmes collégiaux et universitaires afin de promouvoir la santé mentale à long terme.
- 11** Demander aux conseillers en agriculture et à d'autres intervenants qui ont des contacts réguliers avec les agriculteurs (p. ex. les membres de la famille, les pairs) de suivre une formation sur la santé mentale. L'industrie dans son ensemble bénéficierait d'une plus grande sensibilité et de compétences accrues permettant de reconnaître les signes avant coureurs de troubles de santé mentale et de soutenir les personnes qui en souffrent.
- 12** Encourager les agriculteurs à suivre une formation sur la santé mentale en élargissant des programmes comme le programme In the Know (Au courant).
- 13** Examiner les moyens d'obtenir du financement pour soutenir et subventionner davantage les programmes d'éducation en santé mentale à l'intention des agriculteurs et de ceux qui les appuient.

### **Recommandation 3 :**

## **Proposer des conseils, des outils et de la formation en matière de gestion d'entreprise qui mettent l'accent sur la gestion des risques et la préparation aux situations d'urgence comme moyens de faire face à l'incertitude.**

#### **Mesures :**

- 14** Trouver les bons termes pour parler de la gestion des risques, de la planification des scénarios et des situations d'urgence ou de la préparation aux situations d'urgence et y avoir recours pour donner des conseils sur la planification des activités à long terme. Faire comprendre aux agriculteurs qu'un plan d'affaires n'est ni statique ni rigide et qu'il peut être fort utile pour se préparer ou être prêt pour l'avenir.
- 15** Rendre les ateliers sur les compétences en affaires plus accessibles dans les régions rurales et éloignées. Différents moyens peuvent être envisagés, comme des subventions, des bourses ou des investissements dans les technologies pour les organismes agricoles ruraux.
- 16** Continuer d'offrir des ateliers de formation afin d'enseigner aux agriculteurs des façons d'intégrer efficacement les principes de la gestion d'entreprise à leur exploitation. Les ressources mises à la disposition des agriculteurs pourraient comprendre des modèles conviviaux pour les activités communes, des outils de planification de scénarios et des modèles de plan d'affaires qui comprennent les aspects de la gestion des risques et de la planification aux situations d'urgence. L'ajout d'une certaine formalité dans une entreprise agricole, comme un plan d'affaires et des réunions d'affaires, peut contribuer à la rendre plus facile à gérer. La constitution d'une équipe de soutien efficace pour la prise de décisions est une autre stratégie qui peut être encouragée (p. ex. qui inclure et comment ces personnes peuvent aider).
- 17** Accroître l'accessibilité et la disponibilité des outils de gestion des risques et de planification des scénarios qui peuvent aider les agriculteurs à se préparer à l'incertitude à laquelle ils seront confrontés à l'avenir. Citons à titre d'exemple le programme de formation Les racines du succès de Gestion agricole du Canada, qui aborde un à un les divers secteurs de risque tout au long d'un atelier dans lequel les agriculteurs et les conseillers les assimilent et les appliquent à leur propre exploitation agricole. On y apprend également comment établir un plan de gestion des risques exhaustif.
- 18** Explorer des façons d'intégrer la santé mentale à la planification de la gestion des situations d'urgences.
- 19** Mener des recherches à moyen et à long terme sur les effets de la gestion d'entreprise agricole sur la santé mentale des agriculteurs. L'objectif de cette étude devrait être de trouver des moyens efficaces de gérer une entreprise agricole comme stratégie permettant de composer avec les facteurs de stress propres à une exploitation agricole.



## Recommandation 4 :

### Militer en faveur de services de soutien en santé mentale destinés spécifiquement aux agriculteurs.

#### Mesures :

- 20 Encourager la prestation de programmes éprouvés à l'intention des agriculteurs qui y sont admissibles dans chaque province.
- 21 Promouvoir l'expansion de programmes efficaces de soutien en santé mentale, comme le Programme d'aide aux agriculteurs de l'Île du Prince Édouard, la Formation sentinelle au Québec et les lignes d'aide téléphoniques pour les agriculteurs en situation de stress et de crise, dans les provinces où ils n'existent pas. Envisager d'offrir des programmes nationaux pour que les services soient efficaces et équitables dans l'ensemble des provinces et territoires. Insister sur l'importance de faire appel au personnel possédant de l'expérience et des connaissances relatives à l'agriculture et aux réalités qui lui sont propres pour offrir les programmes.
- 22 Explorer les possibilités de cibler certains groupes démographiques, comme les jeunes et les femmes, afin qu'ils reçoivent des services de soutien en santé mentale qui répondent à leurs besoins uniques.
- 23 Mettre en place un mécanisme de collaboration entre les organismes du secteur agricole et les gouvernements afin d'établir un réseau d'échange de pratiques ou un centre national pour partager des connaissances sur les ressources en santé mentale en milieu rural.
- 24 Envisager de mener une étude sur la possibilité de relancer les services de vulgarisation partout au Canada afin de fournir un soutien accessible et abordable en matière de gestion d'entreprise agricole.

i AGRICULTURE ET AGROALIMENTAIRE CANADA. *Vue d'ensemble du Système agricole et agroalimentaire canadien 2017*. Sur Internet : <http://www.agr.gc.ca/fra/secteur-agroalimentaire-canadien/vue-d-ensemble-du-systeme-agricole-et-agroalimentaire-canadien-2017/?id=1510326669269>

ii AGRICULTURE ET AGROALIMENTAIRE CANADA. *Vue d'ensemble du Système agricole et agroalimentaire canadien 2017*. Sur Internet : <http://www.agr.gc.ca/fra/secteur-agroalimentaire-canadien/vue-d-ensemble-du-systeme-agricole-et-agroalimentaire-canadien-2017/?id=1510326669269>

iii GOUVERNEMENT DU CANADA. *Rapport des Tables de stratégies économiques du Canada : Secteur Agroalimentaire*, 2018. Sur Internet : <https://www.ic.gc.ca/eic/site/098.nsf/fra/00022.html>

iv JONES-BITTON, A., C. BEST, J. MACTAVISH, S. FLEMING et S. HOY. « Stress, anxiety, depression, and resilience in Canadian farmers », *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 2019. Sur Internet : <https://doi.org/10.1007/s00127-019-01738-2>

v ASSOCIATION CANADIENNE POUR LA SANTÉ MENTALE. *Y arriver seuls : La santé mentale et le bien être des entrepreneurs au Canada*, 2019. Sur Internet : [https://cmha.ca/wp-content/uploads/2019/06/YArriverSeuls-Entrepreneurs.ACSM\\_BDC-Rapport-complet-FINAL.pdf](https://cmha.ca/wp-content/uploads/2019/06/YArriverSeuls-Entrepreneurs.ACSM_BDC-Rapport-complet-FINAL.pdf)