



santé
famille
retraite
services

L'essentiel & plus encore

Baromètre du mal-être agricole



BAROMETRE DU MAL-ETRE AGRICOLE

Cet outil d'aide à l'évaluation permet d'identifier de manière simple et rapide le niveau de risque face à une situation de mal-être et/ou de risque suicidaire en fonction de 30 questions à se poser.

Il ne s'agit pas d'une check-list qui doit être interprétée en fonction d'un nombre de critères, mais plutôt de points de vigilance à identifier lorsque la personne dépasse le stade des ressentis négatifs.

3 NUMÉROS D'URGENCE À VOTRE DISPOSITION

AGRI'ÉCOUTE

SERVICE D'ÉCOUTE 24H/24 ET 7J/7
DÉDIÉ AU MONDE AGRICOLE ET RURAL



09 69 39 29 19*
agriecoute.fr

*prix d'un appel local

Souffrance
Prévention
du suicide

C'EST LE MOMENT
D'APPELER

3114

NUMÉRO NATIONAL DE
PRÉVENTION DU SUICIDE
Écoute professionnelle
et confidentielle
24h/24 - 7j/7
Appel gratuit



SERVICE PUBLIC GRATUIT 24H/24, 7J/7

URGENCE
114



SAMU



POLICE
GENDARMERIE



SAPEURS
POMPIERS

Appel d'urgence
pour sourds et malentendants



VISIO



TCHAT



SMS



FAX



santé
famille
retraite
services

L'essentiel & plus encore

RESSENTIS NÉGATIFS

La personne...

se sent stressée, anxieuse

perd confiance en soi

a peur face aux difficultés

se sent en situation d'échec

est irritable

a l'impression d'être incomprise

a des troubles du sommeil

a des maux de têtes

a des troubles de l'alimentation

DÉPRESSION

La personne...

se sent triste

se sent nulle

se sent fatiguée

a des difficultés à exprimer ses sentiments

débuté ou augmente sa consommation de tabac, alcool, drogue, médicament...

se laisse aller physiquement (hygiène, vestimentaire...)

a des difficultés à se concentrer

a des difficultés à prendre des décisions

se sent en colère, est agressif.ve ou apathique (manque de réaction)

CRISE SUICIDAIRE

La personne...

a des idées suicidaires

est pessimiste, se sent désespérée

a un sentiment de honte, d'humiliation

se sent épuisé.e, a des troubles du sommeil

est confus.e, tient des propos incohérents

s'isole socialement, se déconnecte de son environnement

a des troubles de la mémoire ou de la concentration

a des émotions très perturbées (excessives ou inexistantes)

a des idées noires (ruminations)

pense au suicide avec un scénario précis (comment, où, quand)

commence à distribuer ses biens, du matériel, place ses animaux

acquiert un moyen pour se suicider

FACTEURS AGGRAVANTS

Antécédent de tentative de suicide - Maladie psychique - Impulsivité
Consommations abusives alcools, drogues, médicaments -
Évènement traumatisant