

Message de la ministre de l'Agriculture et de l'Agroalimentaire



À titre de ministre de l'Agriculture et de l'Agroalimentaire, j'ai le privilège de rencontrer des producteurs agricoles partout au Canada. Les discussions que nous avons me permettent d'être le témoin direct de leur passion pour l'agriculture, mais aussi du stress et de l'anxiété qu'ils éprouvent.

La production agricole et agroalimentaire est peut-être gratifiante, mais elle est aussi exigeante, et parfois épuisante. Nos producteurs travaillent toute l'année pour nourrir les familles ici au Canada et partout dans le monde. Cette responsabilité s'accompagne souvent d'incertitude et de défis colossaux, qui sont encore plus redoutables depuis trois ans.

Aujourd'hui plus que jamais, il importe que nous luttons contre la stigmatisation et que nous discutons de santé mentale dans l'industrie. *Nourrir sa résilience* offre des ressources conçues pour aider les producteurs à rompre l'isolement – une réalité omniprésente dans leur travail.

J'aimerais remercier toutes les familles qui ont participé à la présente édition et toutes les personnes qui contribuent à promouvoir sans relâche le bien-être des producteurs.

**L'honorable
Marie-Claude Bibeau, C.P., députée**
Ministre de l'Agriculture et de l'Agroalimentaire

Message du président-directeur général par intérim de Financement agricole Canada



Je me réjouis que l'on discute maintenant plus ouvertement de santé mentale. Les circonstances des deux dernières années nous ont tous contraints à réexaminer ce qui est important pour nous.

Au sortir de la pandémie, je pense que nous sommes tous plus conscients des facteurs qui contribuent à notre résilience. Ce sont les habitudes et les comportements qui nous aident à triompher des difficultés. Il peut s'agir de choses aussi simples que de respirer profondément ou de prendre un café avec un être cher.

La raison d'être de ce magazine est de vous proposer des témoignages et des conseils qui pourraient vous rappeler ce qui nourrit votre résilience ou vous faire découvrir de nouveaux moyens de vous sentir encore plus fort dans l'adversité.

À FAC, nous travaillons sans relâche pour soutenir l'industrie agricole et agroalimentaire canadienne. Cet engagement s'inscrit dans une volonté de faire avancer le dialogue sur la santé mentale dans notre industrie et d'encourager les gens à chercher de l'aide en cas de besoin.

Si vous ou l'un de vos proches traversez une période difficile, n'hésitez pas à demander de l'aide. Personne ne devrait se sentir seul.

Ross Topp
Président-directeur général par intérim
Financement agricole Canada

Message de la présidente de la Fédération canadienne de l'agriculture



La santé mentale est souvent négligée dans le milieu agricole. Pour beaucoup d'acteurs de ce milieu, l'agriculture est plus qu'une simple carrière; elle finit par devenir un mode de vie. Ce mode de vie se caractérise entre autres par la capacité de résoudre des problèmes par soi-même et la fierté de travailler fort.

Malheureusement, cette mentalité conduit plusieurs agriculteurs à étouffer leur angoisse dans le silence. Si beaucoup croient que souffrir en silence et ne pas déranger les autres est un signe de force, il faut souvent être encore plus fort pour admettre que l'on a besoin d'aide et pour en chercher.

C'est pourquoi il est très important que des initiatives comme *Nourrir sa résilience* soient entreprises pour fournir des outils et communiquer des témoignages et des expériences afin que les agriculteurs sachent qu'ils ne sont pas seuls et qu'il y a des gens qui sont prêts à les écouter et à les aider.

Mary Robison

Présidente

Fédération canadienne de l'agriculture

Message de la Do More Agriculture Foundation



L'agriculture est une industrie qui repose sur des racines rurales profondes, le travail acharné, la résilience, la force et la communauté. Ces caractéristiques fondamentales peuvent également constituer une faiblesse pour l'industrie et devenir des obstacles pour les agriculteurs qui, en voulant préserver cette image, s'empêchent de s'exprimer et de chercher de l'aide.

Selon les résultats du sondage de 2021 sur la santé mentale des agriculteurs au Canada, les agriculteurs ont un indice de résilience plus faible que la population américaine en général. De plus, 76 % d'entre eux présentent un niveau moyen à élevé de stress perçu. Ces derniers résultats démontrent l'importance de continuer à sensibiliser l'industrie agricole aux questions de santé mentale et à fournir des connaissances à ce sujet aux communautés agricoles.

La Do More Agriculture Foundation est reconnaissante envers FAC de son engagement à soutenir la santé mentale des producteurs canadiens. Notre fonds communautaire, présenté par FAC, nous a permis d'offrir des formations sur les premiers soins en santé mentale et des ateliers *Talk Ask Listen* (parler, poser des questions, écouter) aux collectivités rurales au cours des quatre dernières années. *Nourrir sa résilience* est une prochaine étape importante visant à sensibiliser les agriculteurs de partout au Canada et à leur offrir des outils sur la santé mentale. C'est en travaillant ensemble que nous pouvons transformer la culture du milieu agricole afin que tous ses membres aient les moyens de prendre soin de leur santé mentale et soient soutenus.

Megz Reynolds

Directrice générale

The Do More Agriculture Foundation