



## POUR QUI ?

Pour vous-même ou pour quelqu'un de votre entourage familial ou professionnel relevant de la MSA.

La situation de mal être ou de détresse peut en effet être liée à des difficultés professionnelles ou personnelles, un isolement, des problèmes sociaux, familiaux ou de santé, des difficultés économiques de l'exploitation, une difficulté d'adaptation face au changement...

## QUELS INTERLOCUTEURS ?

- ▶ Le service Santé-sécurité au travail.
- ▶ Le service d'Action sanitaire et sociale.
- ▶ Les travailleurs sociaux.

**Cette équipe agit en pluridisciplinarité et si nécessaire, avec d'autres services de la MSA ou avec des organismes extérieurs, compétents dans le domaine agricole.**

## QUELLE AIDE ?

- ▶ Apporter une écoute à des situations de détresse (un psychologue peut vous rencontrer avec prise en charge MSA).
- ▶ Repérer le plus tôt possible les signes de mal être qui peuvent conduire à un acte suicidaire.
- ▶ Orienter si nécessaire vers un accompagnement médical, psychologique, social ou professionnel.

**Toutes ces interventions se font dans le respect de la confidentialité, tant sur le plan médical, personnel que professionnel.**

## CRISE SUICIDAIRE : RÉAGIR AVANT QU'IL NE SOIT TROP TARD

Dans un contexte perturbé (séparation, deuil, difficultés professionnelles...) des signes sont à prendre au sérieux :

- ▶ idées noires inhabituelles, repliement sur soi, désir exprimé directement ou indirectement d'en finir,
- ▶ changement d'humeur et de comportement avec tristesse, coupure de l'entourage, aspect négligé,
- ▶ consommation excessive d'alcool, de drogues, de médicaments,
- ▶ perte de goût pour les centres d'intérêt habituels (scolaire, professionnel, familial, de loisirs),
- ▶ fatigue importante, insomnie...

Vous vous reconnaissez dans ces signes ou reconnaissez un de vos proches ?

N'hésitez pas à contacter votre MSA : des professionnels peuvent vous écouter, vous renseigner, vous guider... en toute discrétion.

**Une aide psychologique appropriée peut permettre de soulager la souffrance à l'origine des idées suicidaires.**

## COMMENT NOUS CONTACTER

Pour contacter les interlocuteurs de l'accompagnement du mal être et de prévention du suicide de la MSA, plusieurs possibilités s'offrent à vous, à votre convenance :

► Pour rencontrer le travailleur social de votre secteur, contactez par mail l'adresse suivante :

**[preventionmaetre@mayenne-orne-sarthe.msa.fr](mailto:preventionmaetre@mayenne-orne-sarthe.msa.fr)**

## Agri'écoute

Service d'écoute de la MSA  
à destination de ses adhérents en situation  
de détresse ou de souffrance

**09 69 39 29 19**

*(appel facturé au prix d'une communication  
locale – sans surcoût depuis une box)*

N'hésitez pas à contacter votre MSA



**vous accompagner**

# Accompagnement du mal être et prévention du suicide



Réalisation MSA Mayenne-Orne-Sarthe / Impression : CA61 / © Thinkstock photos - Médiathèque CCMSA / Avril 2019

MSA Mayenne-Orne-Sarthe  
Siège social : 30 rue Paul Ligneul  
72032 Le Mans Cedex 9  
Tél. 02 43 39 43 39  
Fax : 02 43 39 43 43  
[mayenne-orne-sarthe.msa.fr](http://mayenne-orne-sarthe.msa.fr)



L'essentiel & plus encore

[mayenne-orne-sarthe.msa.fr](http://mayenne-orne-sarthe.msa.fr)



L'essentiel & plus encore