

Coordonnées

- ✦ **Agri'écoute** pour une écoute immédiate et anonyme au **09 69 39 29 19** (n° national disponible 7j/7 et 24H/24, prix d'un appel local)
- ✦ Pour une consultation téléphonique gratuite avec un psychologue : **le cabinet «Psya»**, conventionné avec la MSA Gironde, au **0 800 100 377** (service disponible 7j/7 et 24H/24)
- ✦ Pour contacter la **MSA Gironde** :
 - ▶ **par mail** : ecoute@msa33.msa.fr
 - ▶ **par téléphone** : vous pouvez prendre rendez vous avec l'assistante sociale de votre secteur :
 - Médoc : 05 56 01 83 30
 - Langonnais : 05 57 98 25 10
 - Blayais : 05 56 01 48 28
 - Libournais : 05 57 55 54 60

Autres contacts

- ✦ Votre **médecin traitant** peut vous suivre : n'hésitez pas à lui en parler
- ✦ Si vous souhaitez consulter dans un **Centre Médico Psychologique (CMP)** :
 - Médoc : 05 56 73 31 90
 - Langonnais : 05 56 76 82 76
 - Blayais : 05 57 42 83 34
 - Libournais : 05 57 25 94 71

▶ Si vous suspectez un passage à l'acte imminent, n'hésitez pas à appeler le Centre 15 (ou composez le 112 depuis un portable).

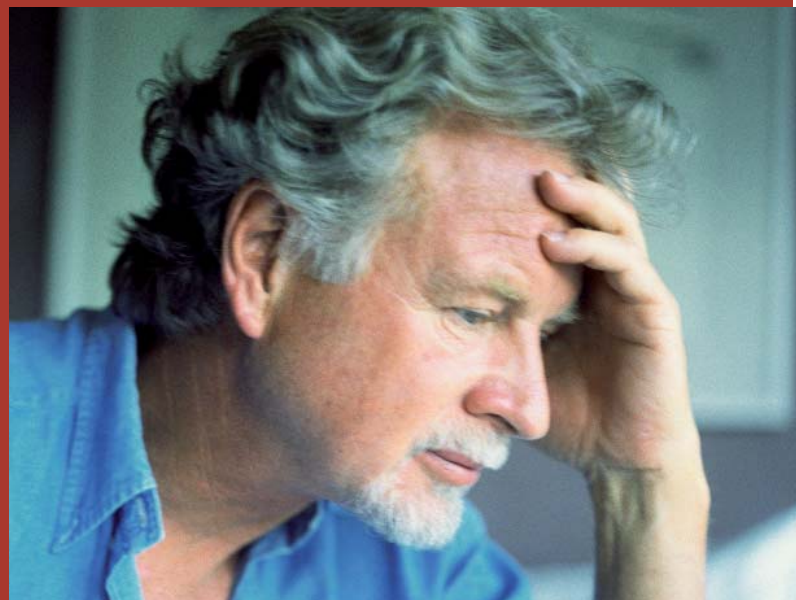
▶ n° des urgences psychiatriques :
05 56 56 34 34



vous accompagner

Prévention du suicide en milieu agricole

■ Actions de la MSA Gironde



Conception - Réalisation : Service communication MSA Gironde - Photo : Photoircom - Juillet 2015

MSA Gironde Tél : 05 56 01 83 83
13 rue Ferrère fax : 05 56 79 35 98
CS 51585 www.msa33.fr
33052 Bordeaux Cedex



L'essentiel & plus encore

www.msa33.fr



L'essentiel & plus encore



■ Pour quoi ?

La situation de mal être ou de détresse peut 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, quel qu'il soit.

■ Quelle équipe à votre écoute ?

La MSA Gironde a mis en place une cellule pluridisciplinaire d'accompagnement de prévention du suicide. Elle regroupe notamment des compétences médicales, sanitaires et sociales, ainsi que des spécialistes de l'accueil.

Vous pouvez faire appel à la Cellule pour vous-même ou pour quelqu'un de votre entourage familial ou professionnel, relevant de la MSA.

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.

■ Vous n'êtes pas seul : quels dispositifs d'aide ?

✚ Une écoute sous plusieurs formes :

- Ecoute immédiate et anonyme par des bénévoles formés → Agri'écoute (09 69 39 29 19)
- Entretien téléphonique gratuit avec un psychologue → cabinet «Psy» (0 800 100 377)
- Consultation avec un psychologue ou un psychiatre → contacter la MSA Gironde

✚ Un accompagnement de la MSA

- Accompagnement du service social
- Evaluation des droits à prestations
- Difficultés de paiement de cotisations → vous pouvez écrire à : recouvrementamiable.blf@msa33.msa.fr
- Aides financières d'urgence

Toutes ces interventions se font dans le respect de la confidentialité.

Ensemble des coordonnées au verso.

■ Crise suicidaire : réagir avant que ce 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 des professionnels (voir coordonnées au verso) qui pourront 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.

IL EST IMPORTANT DE NE PAS ATTENDRE L'AGGRAVATION DES SIGNES.