



Graine d'Echanges

Editorial

Cher Lecteur,

Les belles et longues journées du printemps et de l'été reviennent et avec elles, les longs jours de chaleur pour vous tous qui travaillez au rythme de la nature !

Dans vos paroles reviennent souvent les termes de « pas le temps » « fatigué(e) » « débordé(e) » « épuisé(e) »...Se posent alors les questions du bien-être au travail et de l'organisation professionnelle.

Nous vous présentons, dans ce numéro, une formation autour de ce thème qui a été proposée par la MSA en Drôme en 2021, ceci au travers du témoignage d'un participant.

Cette formation pourrait se dérouler également en Ardèche ! Si vous êtes intéressé(e), n'hésitez pas à vous manifester auprès du travailleur social qui vous accompagne.

La période du printemps est également celle, moins réjouissante, des différentes déclarations : impôts, prime PAC, déclaration des revenus professionnels... Certes, c'est une corvée...mais aussi une étape nécessaire pour faire valoir vos droits ! Nous vous faisons un bref rappel des dates butoirs pour ces différentes déclarations.

Enfin, vous trouverez, joint à ce numéro, un questionnaire très court à compléter. Il est destiné à mesurer l'intérêt que vous portez à ce bulletin « Graine d'Echanges » que nous vous proposons depuis de nombreuses années maintenant. Merci d'y répondre !

Nous vous souhaitons un joli printemps et un bel été !

L'Equipe REGAIN



Sommaire

- 1 Editorial
- 2 Bien-être au travail
- 3 Témoignages
- 4 Actualités
Infos pratiques

Bien-être au travail

Organisation professionnelle, bien-être au travail... des sujets qui méritent d'être abordés !

Face aux multiples tâches qui leur incombent et dans des domaines aussi variés que la production, la commercialisation, la comptabilité, la communication... les exploitants agricoles se trouvent souvent confrontés à des difficultés d'organisation du travail.

Pris par le tourbillon du quotidien, les tâches sont réalisées, au jour le jour, en allant au plus pressé. Difficile alors de s'accorder le temps de prendre du recul et de réfléchir à un autre fonctionnement...

Pour tous ces exploitants agricoles trop souvent fatigués, voire épuisés, la MSA propose une formation

Ce sont 6 journées au cours desquelles un groupe de 8 à 10 exploitants agricoles vont échanger et réfléchir autour de leur organisation dans l'objectif d'améliorer leurs conditions de vie professionnelle.

L'animation est assurée par 2 travailleurs sociaux de la MSA, en collaboration avec le Service Santé Sécurité au Travail et avec l'intervention d'un psychologue du travail.

Fin 2021, cette formation s'est déroulée dans le sud Drôme. M. B a participé à cette formation et partage ses impressions au sujet de sa participation.

*Bien-être au travail
Repenser son organisation professionnelle*

Cette formation peut vous être proposée en Ardèche. Merci de le signaler au travailleur social qui vous accompagne.



Témoignage d'un participant

■ Comment avez-vous entendu parler de cette formation ?

C'est l'assistante sociale de la MSA qui m'en a parlé lors d'une de nos rencontres. Je crois que si j'avais juste reçu un tract, je n'aurais pas franchi le cap, je n'y serais pas allé. Mais là, elle a trouvé les bons mots et j'ai pensé que ça pouvait m'aider avec ce que je vivais.

■ Quelles sont les raisons qui ont motivé votre participation à cette formation ?

Je trouve qu'il y a une non-reconnaissance du métier d'agriculteur et une grosse pression administrative. Ça joue sur le moral et encore plus quand on a des difficultés financières à cause du gel, de la sécheresse et bien d'autres choses encore.

On se sent parfois en marge du reste de la société, on ne fait que travailler...

Ça me séduisait d'entendre d'autres méthodes de travail, d'autres organisations ; de retrouver le plaisir d'aller travailler.

■ Quels sont les thèmes abordés qui vous ont le plus intéressé ?

En fait, c'est un ensemble.

Les thèmes sont amenés par étape, et chaque étape est importante. Par exemple, sur la loi de Murphy (je ne suis plus sûr du nom...) ; sur la façon de détecter la perte de plaisir, ou quand le sommeil n'est plus réparateur...

Il y a des professionnels qui sont présents et qui mettent des mots sur ces étapes là ; ça aide à prendre conscience des choses.

On est des zombies du travail. Ce genre de formation, ça permet de retrouver du plaisir dans ce qu'on fait.

En gros, tout m'a intéressé car c'est vraiment bien amené.

■ Avez-vous trouvé quelques solutions ?

J'ai surtout pris conscience que je ne suis pas un cas isolé.

J'ai enregistré des choses.

Ça m'a permis d'identifier des choses, qu'on ne voit plus quand on a la tête dans le guidon. Avant, j'avais des symptômes d'épuisement dont je ne me rendais même plus compte.

Le fait d'en parler, on ne se sent plus isolé et c'est le groupe qui permet de trouver des voies de réflexion.

■ Est-ce que vous conseilleriez à un exploitant agricole, comme vous, de participer à ce type de formation ?

Il y a 15 ans en arrière, j'aurais dit que ce genre de chose ne sert à rien. Mais aujourd'hui, je pense que même des gens qui pensent être dans une configuration confortable, ils s'y retrouveraient. C'est une formation qui se fait en petit groupe.

On n'a pas peur de s'exprimer, même pour des gens qui ont de la timidité au départ, de la pudeur. On se sent en confiance. Ça ouvre la parole.

En plus, on s'est vraiment bien entendu dans le groupe. On s'est échangé nos numéros de téléphone ; on s'est même échangé nos produits.

Je ne suis pas vendeur de formation mais je peux dire que celle-ci est vraiment très bien !



DEMARCHES ADMINISTRATIVES : les dates à ne pas rater



Quoi ?	Quand ?
Impôts	La déclaration de revenus est à déposer avant : • le 19 mai 2022 : en format papier • le 24 mai 2022 : en ligne
Revenus professionnels	La déclaration des revenus professionnels sera à compléter entre mai et juillet (dates précises non encore fixées à ce jour)
Prime PAC	Dossier de demande de prime à déposer avant le 16 mai 2022 Attention : en 2023, les critères d'éligibilité de la prime ICHN vont changer, suite à la réforme de la PAC. Pour ouvrir droit, il sera nécessaire d'avoir 5 UGB au lieu de 3 actuellement.

DU NOUVEAU DANS LE NORD ARDECHE

Depuis avril 2022 : création d'un espace **France Service** à SAINT-FELICIEN : lieu d'accueil destiné à :

- Délivrer des informations,
- Accompagner dans les démarches de la vie quotidienne,
- Proposer un espace numérique et un accès à des postes informatiques, en libre service.



Contact : 04 75 07 07 50
14 Place de l'Eglise – 07410 SAINT-FELICIEN

DU CHANGEMENT DANS L'EQUIPE REGAIN



Départ en retraite et changement de secteurs

Départ en retraite

Chantal CANDAU, Conseillère d'entreprise Regain à la Chambre d'Agriculture, est partie en retraite bien méritée.

« Ardèche sud »

Chantal CANDAU est remplacée par **Bernard CAYRIER**
Conseiller d'entreprise  06 85 06 77 86

« Nord et centre Ardèche »

Bernard CAYRIER est remplacé par **Sabrina LANDOLT**
Conseillère d'entreprise  06 85 33 45 91