



# Prévention des difficultés

## Identifiez les signaux d'alarme

*Ce test a été réalisé par le réseau européen d'aide aux agriculteurs/trices en difficultés. Il basé sur les travaux réalisés lors des rencontres de partenaires du réseau grâce à la réflexion d'adhérents, d'accompagnants, d'agriculteurs.*

Sont membres du réseau :

Pour l'Allemagne : BAG,

Pour la Belgique : Agricall Wallonie asbl et Boeren op een kruispunt

Pour la France : Solidarité Paysans

- Répondez attentivement à toutes les questions en entourant le chiffre qui correspond à votre situation ces dernières semaines
- Faites le total du score obtenu dans les colonnes de droite
- Suivant le score obtenu référez-vous au paragraphe vous concernant page suivante

	Jamais, parfois	Régulièrement	Toujours ou presque
J'oublie de renvoyer les documents administratifs à temps	1	2	3
Je travaille dans la précipitation	1	2	3
J'évite mon comptable	1	2	3
Depuis la mise aux normes, j'ai des difficultés pour rembourser mes crédits	1	2	3
Je bois un verre pour me détendre	1	2	3
Je parviens..... à valoriser mes produits à leur juste valeur	3	2	1
Il faudrait un revenu extérieur	1	2	3
Je suis stressé quand le téléphone sonne ou que le facteur arrive	1	2	3
Quand je parle de l'exploitation avec mon conjoint, on se dispute	1	2	3
Je fais le bilan de la rentabilité de ma ferme	1	2	3
Mes parents acceptent ..... les changements que je veux faire dans mon exploitation	3	2	1
Je classe ..... mes courriers	3	2	1
Je suis en conflit avec ma famille ou mon entourage	1	2	3
J'ai tendance à culpabiliser	1	2	3
Je me dis que, faute de moyens, je ne pourrai pas faire les mises aux normes	1	2	3
Je suis facilement irritable	1	2	3

Mon cheptel a souffert des dernières crises sanitaires et a des difficultés pour s'en remettre	1	2	3
J'évite les contacts avec les autres agriculteurs	1	2	3
J'ai des retards de paiements, je reçois des rappels	1	2	3
J'ai des insomnies à cause de ma vie professionnelle	1	2	3
J'ai surestimé les capacités de mon exploitation	1	2	3
Je suis ..... en ordre d'assurances	3	2	1
Je suis en retard pour réaliser mes travaux de mon exploitation	1	2	3
Mes résultats techniques sont en baisse (quota non rempli, mortalité, etc.)	1	2	3
Je me sens dépassé(e) par tout ce qu'il y a à faire	1	2	3
J'ai recours à des crédits courts termes	1	2	3
Je vends des bêtes quand j'ai besoin de liquidité	1	2	3
Avec le recul, je pense que ma reprise d'exploitation ne s'est pas faite dans de bonnes conditions	1	2	3
J'ai le sentiment d'avoir fait trop d'investissement	1	2	3
Je pense à changer de métier	1	2	3
SCORE TOTAL =			

**Un score compris entre 30 et 40 correspond à un niveau faible de difficultés auxquelles vous devez faire face**



Vous n'êtes pas trop exposés aux difficultés ou vous arrivez à y faire face quand vous en rencontrez.  
Vous parvenez sans doute à bien contrôler votre travail, à vous organiser et à ne pas vous laissez dépasser.  
Vous anticipez les problèmes grâce à un suivi rapproché de vos comptes et vous communiquez avec votre entourage.  
Continuez comme ça.  
Restez toutefois vigilant(e) et refaite le test de temps en temps afin de repérer les signaux d'alarme dès leur première apparition.

**Un score compris entre 40 et 70 correspond à un niveau moyen de difficultés auxquelles vous devez faire face**



Vous vous sentez un peu débordé par tout ce qui a à faire.  
Vous avez l'impression que certains aspects de votre vie privée et/ou professionnelle commencent à vous échapper.  
Vous ressentez les effets de la crise du secteur plus que d'autres car il y a (eu) quelques fragilités sur votre ferme qui ne sont pas encore résolues (trésorerie, conditions de reprise, tensions familiales, problèmes de santé).  
Vous êtes au feu orange... il est plus prudent de marquer un arrêt, octroyez-vous une pause, le temps d'un bilan.  
Pensez à vous entourer, à faire appel à votre famille, à des « conseillers », à des amis, à des voisins pour vous seconder dès que vous en ressentez le besoin.  
Chacun peut traverser des moments de doute, l'important est de ne pas s'isoler.

**Un score supérieur à 70 correspond un niveau élevé de difficultés auxquelles vous devez faire face**



Attention ! Vous êtes dépassé par la situation et cela s'accompagne de souffrance (problèmes de santé, conflits, tendance à vous isoler).  
Vous n'y voyez plus clair au niveau financier et, techniquement, vous commettez plus d'erreurs qu'avant.  
Vous ressentez la crise du secteur de plein fouet.  
Il est temps de trouver des personnes, des informations qui pourraient vous aider à résoudre les problèmes que vous rencontrez et à prendre une saine distance par rapport à votre travail.  
Le feu est rouge. Un bilan s'impose. Une fois les difficultés cernées, des pistes de solution pourront se dégager. Cela vous aidera à vous sentir mieux et à redémarrer.