



Dans le monde agricole pendant une vingtaine d'années à Saint-Denoual, Nadège Lefort a mené une reconversion après une dépression. Le Télégramme/Jean-François Chesnay



St-Denoual : après une dépression cette agricultrice change de vie

Après 20 ans dans le monde agricole, Nadège Lefort, agricultrice à Saint-Denoual (22), a changé d'orientation professionnelle après une dépression. Un trophée est venu saluer sa reconversion comme formatrice.

Jean-François Chesnay

« L'agriculture me manque ! » Ces premiers mots sortent spontanément de la bouche de Nadège Lefort, avec une pointe de nostalgie, voire de regret. Gilet rose sur les épaules, lunettes vissées sur le nez et une voix timide, parfois hésitante, l'habitante de Saint-Denoual (22) garde un souvenir particulier du monde agricole. Fin septembre, elle a concrétisé formellement son départ de cet univers en décrochant un trophée de reconversion, auprès de Transition pro Bretagne, faisant d'elle une formatrice

professionnelle.

Une famille d'agriculteurs

L'histoire débutait pourtant bien pour Nadège. Fille et petite-fille d'agriculteurs dans une exploitation laitière à Saint-Denoual, le monde agricole apparaissait comme une évidence. « Toute petite, je savais que je voulais faire ça », assure la maman de quatre enfants.

En découle un parcours classique dans ses études : BTS en production animale, puis un apprentissage dans le conseil en élevage laitier. « J'ai fait dix années dans le conseil agricole,

avant de reprendre la ferme de mes parents. »

Une vie de labeur

Devenue exploitante, elle fait vivre la ferme familiale, enchaîne les heures, sans broncher. La vie continue paisiblement. Elle fonde à son tour une famille. La dureté économique du monde agricole et sa situation personnelle grippent les rouages. « Je me suis retrouvée seule sur l'exploitation, puis il fallait gérer les enfants. Plein de petites pièces s'accumulent. » Jusqu'au ras-le-bol.

Sous l'eau, Nadège décide de vendre ses terres. Elle devient salariée alors de sa propre exploitation. « Je savais ma peau ou la ferme. J'ai choisi ma peau et mes enfants. » Pendant six années, elle reste dans l'entreprise. Mais perdure chez elle un « sentiment d'échec. Cela faisait des années que ma famille était sur ce site ». « J'avais aussi des manques. Il y avait moins d'autonomie, de ren-

contres professionnelles et de partage avec les jeunes. »

« Il était temps »

En 2021, la bascule intervient. « Je me suis levé un matin, en habit de tous les jours. Ma fille m'a dit alors « Maman, tu ne vas pas au travail ? » Je lui ai répondu que j'étais à bout et que je devais aller chez le médecin. Elle m'a répondu qu'il était temps. » L'ancienne agricultrice ne parle pas de burn-out, mais de grosse dépression. Le suicide ? « Oui, j'y ai pensé, je ne vais pas le cacher. Je comprends que certains agriculteurs franchissent le pas. » Grâce au soutien de sa famille, elle garde le cap. « Surtout grâce à mes enfants qui m'ont fait tenir. »

Une reconversion salvatrice

De ce pilier familial, elle a pu entamer un processus pour changer de vie. Après un détour à la MSA, des travaux en groupe, elle fait le choix

de suivre une nouvelle formation, réfléchit à un nouveau projet. « Je voulais rester dans le milieu agricole et ce qu'il me restait, c'était la formation. » Au fil de son introspection, elle se confronte à de nouveaux publics. « J'ai vu des jeunes, des personnes en insertion. J'ai su que c'était ça que je voulais faire. » En 2023, elle débute alors sa nouvelle formation pour devenir formatrice à son tour.

Aujourd'hui, la quadragénaire dégage un sentiment d'apaisement. Elle a trouvé un poste en CDDU (Contrat à durée déterminée d'usage) de formatrice à l'association Adalea, spécifiquement sur les formations professionnelles « prépa projet ». Une boucle bouclée pour elle. Dans un petit coin de sa tête, elle garde pourtant une case du monde. « Si un jour, je dois retourner faire des tournées ou du conseil, je le ferai. L'agriculture est un monde magnifique, mais très dur. Il ne faut le cacher. »