

Nom de famille

(Suivi, s'il y a lieu, du nom d'usage)



Prénom(s)

Numéro
Inscription

17.75 / 21

(Remplir cette partie à l'aide de la notice)

Concours / Examen : CI... Ltm 2^e Classe

Section/Specialité/Série :

Epreuve : Note administrative

Matière :

Session : 2018

CONSIGNES

- Remplir soigneusement, sur CHAQUE feuille officielle, la zone d'identification en MAJUSCULES.
- Ne pas signer la composition et ne pas y apporter de signe distinctif pouvant indiquer sa provenance.
- Numéroté chaque PAGE (cadre en bas à droite de la page) et placer les feuilles dans le bon sens et dans l'ordre.
- Rédiger avec un stylo à encre foncée (bleue ou noire) et ne pas utiliser de stylo plume à encre claire.
- N'effectuer aucun collage ou découpage de sujets ou de feuille officielle. Ne joindre aucun brouillon.

SDIS YY

Ltm Alpha

Ajoint au chef de centre de secours FORMIS

Formis, le 4 octobre 2018

Note à l'attention de Monsieur le chef de groupement venariais.

Objet : Les séances de sports à la garde en lien avec l'activité opérationnelle.Ref : Note DDSC de 3 ansil 2002.

La place du sport chez les sapeurs - pompiers est très importante. Les objectifs sont multiples et variés mais la finalité est d'avoir une aptitude physique irréprochable.

Ces objectifs ne doivent pas relayer au second plan l'absolue nécessité pour un sapeur pompier de pouvoir faire face aux interventions quelle que soit l'intensité comme sur le feu d'appartement du 1^{er} octobre dernier.

C'est pourquoi cette note s'attachera dans un premier temps à revenir sur les faits qui se sont déroulés lors de cette intervention et fera un rappel du contexte local. La deuxième partie sera consacrée quant à elle à la mise en évidence de propositions de prévention liées à la pratique excessive de sport afin d'en limiter les effets et d'informer le personnel.

I L'intervention du 1^{er} octobre et son lien avec le contexte local.

Il conviendra de rappeler les faits qui se sont déroulés lors de ce feu d'appartement et d'étudier un lien de cause à effet avec l'actualité locale.

0.1/05

I.1) La chronologie de cette intervention

L'intervention n° 68544 concernait un violent feu d'appartement commune de Formis au 4 rue Bebel. Pour rappel celle-ci fut déclenchée le 1^{er} octobre 2018 à 18h55.

Le binôme pompe tonne (FPT) du centre de Formis est au départ avec l'adjudant-chef Z en qualité de chef d'agrès.

La première équipe est composée du caporal Y et du sapeur X. Le chef d'agrès a tout d'abord expliqué la situation à savoir qu'il s'agissait d'un feu d'appartement sur un immeuble à usage d'habitation situé au 11^e étage. Leur mission était alors l'établissement d'une lance à débit variable (LDV) ou colonne sèche.

Ce binôme d'attaque en arrivant au 10^{em} étage fit un malaise.

L'adjudant-chef Z pris alors des mesures en remplaçant ce personnel par le 2^{em} binôme pour la continuité de leur mission, qui fut très légèrement retardée. Puis il mit le 1^{er} binôme de côté pour examen et prise en charge.

Par rapport à l'intervention, l'impact de ces malaises a été minime toutefois les 2 sapeurs-pompiers ont été transportés au centre hospitalier mais sans arrêt de travail consécutif à cet incident.

Il convient désormais de s'attarder sur le contexte avant l'intervention et le local en, ce départ fut déclenché à la suite d'une séance de sport à la garde.

I.2) Le contexte et son incidence sur cet incident.

En effet ce jour là a eu lieu une séance à intensité raisonnable qui a duré une heure (de 17 à 18h).

Toutefois à la suite une séance de sport plus spécifique et plus intense a pris place. Celle-ci avait pour objet la préparation au challenge mensuel du centre.

Pour précision ce challenge met en compétition les équipes du centre de secours de Formis en reprenant les tests d'aptitude physique soumis au personnel. Ces tests englobent des épreuves comme des pompes, des hachas,

des abdominaux, du gainage et le test du Luc Léger.

Pour précision ce test est manuel et s'appuie sur épreuves de la motricité DDSC (direction de la défense de la sécurité civile) du 3 avril 2002. Son objectif est de miser en place d'un outil rénové pour apprécier l'aptitude physique et contrôler son évolution le tout de manière aisée par les SDIS (peu de matériel) et avec un faible coût financier.

Les résultats mis par les EPS permettant au médecin de juger du niveau ou de l'évolution du personnel.

Toutefois il convient de ne pas tomber dans des travers qui transformeraient des tests en une compétition en dehors des barèmes initiaux^{et} qui auraient pour conséquence l'épuisement du personnel de garde.

Dans ce cadre il convient de rappeler que le sapeur-pompier a des devoirs envers lui-même. Il doit par exemple fatiguer son corps et se garder de tout ce qui pourrait nuire à sa santé.

En revanche il paraît primordial de ne pas tomber dans des excès car les conséquences seraient néfastes à la fois sur le personnel que sur le service. C'est pourquoi l'excès doit se doter de certains nombre de mesures préventives.

II) La prévention en terme de pratique excessive de sport.

Il existe différentes mesures en terme de prévention après l'élution d'une pratique excessive de sport qu'il convient de distinguer en plusieurs catégories : la technique, l'humain et l'organisationnel tout en n'oubliant pas le réglementaire afin de limiter les effets et de conduire à une prise de conscience collective.

II.1) Du côté technique

Il convient de mettre en place du matériel adapté dans les centres de secours. Ce dernier devra être en lien avec les tests physiques. De ce fait l'impact financier sera faible. Il peut s'agir par exemple de sangles pour un travail avec le poids du capo qui sera privilégié aux halteres... En effet des mouvements centralisés sur la pratique pure de la musculature peuvent entraîner des lésions musculaires squelettiques.

Ces séances devront bien entendu être encadrées par des agents sensibilisés et spécialisés (EPS).

Ces derniers auront en charge de modifier les comportements en mettant en place des séances complètes avec échauffement, étirements...

II2) La place de l'humain dans le sport.

Il faut être conscient que lorsqu'on est sapeur-pompier on veut ^{parfois} être le plus musclé possible. Il convient d'en finir avec cette philosophie et d'axer plus notre travail sur la polyvalence.

Il faut veiller à ce que le personnel ne s'adonne pas trop au culte du corps qui a souvent pour conséquence la prise de produits dopants souvent néfastes pour la santé.

Ça sera le rôle de l'évacuation au plus près des équipes d'être vigilant. Ils pourront orienter ce personnel vers des épreuves mises en place par la fédération nationale des sapeurs pompiers français (FNSPF). Ces derniers se rendant compte qu'un corps trop musclé ne convient pas pour toutes les tâches.

En clair l'objectif sera d'essayer de faire changer les mentalités ou les dévies en usant un esprit de cohésion et d'exercices adaptés en lieu & place de compétitions qui peuvent tourner au règlement de compte.

L'humain est à marche en compte car un culte du corps avancé cache souvent un manque de confiance en soi ou un autre trouble.

II3) La réponse au niveau organisationnel.

Il conviendra de mettre en place un travail inter-service du SDIS avec le service santé (SSSI) au cœur. Le dernier pourra dispenser des formations au personnel sur les risques afin de déclencher une prise de conscience.

Un travail devra être fait sur les risques psychosociaux (RPS). En effet les test d'aptitudes doivent être bien passés, ils doivent être un lever pour une remise en question et l'attenti d'objectifs définis avec le corps médical.

Il serait envisageable d'organiser des séances en milieu urbain avec nos venues pour apprécier les contraintes, les efforts nécessaires et par conséquent la ressource que l'on doit garder disponible durant une garde. L'exercice sera plus réaliste.

Il conviendra de sensibiliser le personnel sur le fait que l'on s'entraîne de garde mais l'activité d'endurance ou de performance doit se faire sur les jours de repos.

Un autre point est plus délicat il s'agit du sport collectif qui a des effets positifs sur la cohésion... mais peut générer des tensions, des conflits et des blessures aux agents. L'établissement et son fonctionnement en seront impactés.

Il pourra être mis en place des mesures d'accompagnement avec des tuteurs qui aideront des collègues à s'adapter. L'effet sera double, l'agent

Nom de famille :

(Suivi, s'il y a lieu, du nom d'usage)



Prénom(s) :

Numéro
Inscription :

(L)

17.75 / 20

(Remplir cette partie à l'aide de la notice)

Concours / Examen : C.T. 2^e Classe

Section/Spécialité/Série :

Epreuve : Note administrative

Matière : Session : 2018

CONSIGNES

- Remplir soigneusement, sur CHAQUE feuille officielle, la zone d'identification en MAJUSCULES.
- Ne pas signer la composition et ne pas y apporter de signe distinctif pouvant indiquer sa provenance.
- Numéroté chaque PAGE (cadre en bas à droite de la page) et placer les feuilles dans le bon sens et dans l'ordre.
- Rédiger avec un stylo à encre foncée (bleue ou noire) et ne pas utiliser de stylo plume à encre claire.
- N'effectuer aucun collage ou découpage de sujets ou de feuille officielle. Ne joindre aucun brouillon.

se sentir épuisé et extenu et le retour valorisé.

ii) L'aspect réglementaire

Dans un premier temps il va se limiter à l'élaboration de notes sensibilisant sur l'importance des tests d'aptitude.

Le règlement intérieur pourrait être revue pour envisager par exemple de placer la séance de sport après la montée en voiture ce qui permettrait un échauffement avant la manoeuvre de fin de matinée.

Une note pourrait limiter le nombre des séances car il est reconnu que plus une séance dure plus les effets peuvent être néfastes.

Il serait intéressant de diffuser les statistiques en terme d'accidentologie.

Cette note ne remet pas en question le place du sport dans le métier de sapeur-pompier. En revanche elle met en évidence la nécessité de l'encadrement et/ou de le limiter par le biais de certaines mesures afin d'éviter que se reproduisent des situations comme sur le feu du 1^{er} Octobre dernier.

Avant tout, il s'agit de déclencher une prise de conscience collective des risques et des dangers d'une pratique excessive du sport afin d'appréhender qu'un sapeur-pompier se doit avant tout d'être polyvalent et d'être le garant de son potentiel durant toute la garde.

Pour ce faire il devra privilégier les séances à haute intensité sur son temps de repos afin d'avoir les séances de la garde plus ou de la pédagogie, de l'entretien régulier, de la cohésion et du partage.

NE RIEN ECRIRE DANS CE CADRE

17.75 / 20

...../.....