

INFOS SDIS

4^{ème} trimestre 2012 - N° 65

LOIRE

www.sdis42.fr



La revue du Service départemental d'incendie et de secours de la Loire

SDIS 42 **LOIRE**
EN RHÔNE-ALPES

SERVICE DÉPARTEMENTAL D'INCENDIE ET DE SECOURS

ÉDITOS

P. 3

LES TEMPS FORTS

P. 4-11

Cérémonie départementale de Sainte-Barbe
Colloque des chefs de centre
Le Colonel Dies reçoit la Légion d'honneur
Le budget 2013 voté par le Conseil d'administration
Palmarès des trophées sportifs
Journée de la sécurité intérieure
Bilan de la première vente aux enchères en ligne
Animation secourisme à la Foire de Saint-Etienne

AU COEUR DES MISSIONS

P. 12-13

Feu de combles à Saint-Etienne La Terrasse

SE FORMER POUR AGIR

P. 14-17

Exercice de secours dans le Tunnel de Violay
Manœuvre d'évacuation à la station de ski de Chalmazel
Mutualisation des logiciels de simulation de gestion opérationnelle
Documentation de formation en ligne et en accès libre sur SPIRAL

LES NOUVEAUX ÉQUIPEMENTS

P. 18-22

Inauguration du plateau technique de formation
Caserne agrandie et nouveau chef de centre pour Saint-Pierre-de-Bœuf
Saint-Just-Saint-Rambert inaugure sa nouvelle caserne
Une nouvelle génération d'engins
Focus sur l'outil post-it de GeoArtemis

DES HOMMES ET DES MÉTIERS

P. 23-26

De nouvelles recrues au SDIS
Passation de commandement à la caserne de Belmont de la Loire
Cap qualité, ça avance !
Développement et promotion du volontariat

LA SANTÉ ET LA SÉCURITÉ

P. 27

L'hydratation du sportif

LE SDIS DE LA LOIRE EN IMAGES

P. 28

Revue trimestrielle du SDIS de la Loire

8, rue du Chanoine Ploton - CS 50541 - 42007 Saint-Etienne Cedex 1
Tél : 04 77 91 08 00 - Fax : 04 77 91 08 05 - Site web : www.sdis42.fr
Courriel : direction@sdis42.fr

Directeur de la publication : Bernard Philibert

Responsable de la rédaction : Cendie Verdeau

Réalisation et mise en page : Véronique Simon

Crédits photo cellule audiovisuelle SDIS 42 : François Perrot, Jean-Jacques Moulin, Jean-Christophe Duillon, Stéphane Faveyrial, Matthieu Abrial, Pascal Burner, David Walher, Vincent Raby, Loïc Sybelin, Sébastien Perrier, Xavier Roche, Eric Richard, Claudia Bodinier, Sébastien Goiran, Cendie Verdeau, Jérémy Bricogne, Véronique Simon.

Impression sur papier recyclé : Reboul - dépôt légal janvier 2013

N° imprimeur : 1327 Tirage en 5 000 exemplaires.



Le mot de la Préfète



Alors qu'une année s'achève, j'ai pu, une nouvelle fois, mesurer la qualité du SDIS de la Loire tant en termes de gestion que d'efficacité opérationnelle.

Qu'il s'agisse de la modernisation des infrastructures et des équipements, de l'optimisation des parcours de formation ou de la gestion maîtrisée de ses dépenses, j'ai pu constater la volonté d'amélioration et de modernisation qui guide le SDIS de la Loire, pour faire toujours mieux au service des citoyens ligériens.

C'est pourquoi je tiens à souligner le sens du service, du devoir et la solidarité des sapeurs-pompiers et les remercier pour cet engagement exemplaire.

Les capacités d'adaptation et la disponibilité des sapeurs-pompiers, tant volontaires que professionnels, pour faire face à la diversité des missions qui leur sont confiées, permettent d'apporter des secours de qualité en tout point du département.

Des projets majeurs et ambitieux seront au programme de cette nouvelle année 2013. Une belle motivation pour l'ensemble des personnels et pour les équipes dirigeantes dont je tiens à saluer ici l'implication. Les projets sont rendus possibles grâce à l'action du président et de son conseil d'administration. C'est pour moi l'occasion de saluer leur volontarisme à construire un service public de secours performant.

Bonne et heureuse année à toutes et tous.

Fabienne BUCCIO
Préfète de la Loire

Le mot du Président



En ce début d'année 2013, je souhaiterais présenter à chacune et chacun d'entre vous, ainsi qu'à vos proches, tous mes vœux de réussite dans les projets que vous entreprendrez.

Une année vient de s'écouler. Une année intense en activité opérationnelle pour l'ensemble des sapeurs-pompiers de la Loire mais une année également pleine de nouveautés pour le corps départemental.

Parmi les temps forts de cette année 2012, citons notamment la mise en place d'un schéma de pilotage « Cap Qualité » visant à donner du sens et de la lisibilité aux actions de l'établissement, ou encore l'inauguration du nouveau plateau technique de formation de l'école départementale d'incendie et de secours. Plusieurs casernes ont également été rénovées ou construites, démontrant une fois de plus la volonté du SDIS de la Loire d'offrir aux sapeurs-pompiers des conditions de travail modernes et adaptées.

L'année 2012 au SDIS de la Loire aura enfin été marquée par des avancées majeures dans la modernisation des moyens de gestion de l'alerte avec le déploiement du nouveau système d'alerte ARTEMIS V2 et celui du réseau numérique de radio ANTARES, commun avec les autres services d'urgence que sont le SAMU, la police et la gendarmerie, sans oublier les nouveaux « bips communicants » qui apportent plus de souplesse aux sapeurs-pompiers volontaires dans la gestion de leur disponibilité.

Pour 2013, et malgré un contexte budgétaire et économique très difficile, nous nous sommes engagés, avec mes collègues administrateurs du SDIS, à poursuivre les efforts d'investissement afin de créer les conditions pour continuer d'améliorer la qualité des secours portés chaque jour de l'année à nos concitoyens, tout en veillant à préserver la capacité financière des collectivités.

Bernard PHILIBERT
Président du Conseil d'administration du SDIS de la Loire

Les sapeurs-pompiers célèbrent la Sainte-Barbe

La soirée du 4 décembre dernier fut l'occasion pour l'ensemble des sapeurs-pompiers ligériens de se rassembler autour de la traditionnelle célébration départementale de la Sainte-Barbe.

Sous les sonneries de la Musique de l'Infanterie de Lyon, Fabienne Buccio, préfète de la Loire, Bernard Philibert, président du Conseil d'administration du SDIS de la Loire et le Colonel René Dies, directeur départemental des services d'incendie et de secours, ont tout d'abord procédé à une revue des différents détachements (chefs de centre, représentants des compagnies et de l'état-major, jeunes sapeurs-pompiers...) qui représentaient l'ensemble des agents féminins et masculins du SDIS et du corps départemental de la Loire.

Un instant de recueillement a ensuite été respecté afin d'honorer la mémoire des 11 sapeurs-pompiers de France et personnels de la sécurité civile qui ont, cette année, perdu la vie dans l'accomplissement des différentes missions de service public pour lesquelles ils avaient choisi de s'engager.

Madame la Préfète a alors procédé à la remise de deux médailles d'argent avec rosette pour services exceptionnels à **l'Adjudant-chef Alain Michaud pour 40 ans** de service et au **Caporal-chef Bernard Mazille pour 41 ans** de service, tous deux sapeurs-pompiers volontaires au centre d'incendie et de secours (CIS) de Saint-Denis-de-Cabanne. Des médailles d'honneur pour ancienneté ont également été remises ainsi que des galons d'officier. (voir encadré)

Temps fort de cette cérémonie, le sapeur-pompier volontaire Jean-Emmanuel Hurator, du CIS de Saint-Etienne La Métare, a été cité à l'ordre du corps départemental pour avoir, le 16 mai dernier et alors qu'il n'était pas en service, effectué les gestes décisifs de premiers secours sur un enfant de 11 ans, Pierre Chapelon, victime d'un accident de la route, dans l'attente de l'arrivée des secours. Pierre Chapelon ainsi que sa famille étaient présents pour remercier chaleureusement le sapeur-pompier Hurator qui avait eu une réaction déterminante dans les secours portés à la jeune victime.

Cendie VERDEAU

*Chef du service de la communication
et des affaires institutionnelles*



Médailles d'honneur d'ancienneté

Echelon or pour 35 ans de service

Lieutenant-Colonel Yves Bussièrre, chef du pôle métier
Commandant Bernard Vérot, chef du bureau de la qualité, de la sécurité et de l'environnement

Capitaine Dominique Bouret, responsable de l'école départementale d'incendie et de secours

Lieutenant Robert Maira, chef de cellule au bureau de la mise en œuvre des formations

Echelon vermeil pour 25 ans de service

Commandant Christophe Taillandier, chef du bureau de la mise en œuvre des formations

Capitaine Yves Berthon, chef de la compagnie du Gier et chef du centre d'incendie et de secours de Saint-Chamond

Capitaine François Lombard, chef de la section achat et entretien des véhicules

Echelon argent pour 20 ans de service

Capitaine Ferdinand Chapelle, chef de la section doctrine opérationnelle au bureau des opérations

Promotions au grade supérieur

Au grade de lieutenant-colonel

Commandant Gérard Keller, chef du groupement des équipements
Commandant Jacques Boutte, chef du groupement de la coordination des interventions

Au grade de médecin-commandant

Médecin-Capitaine Philippe Proust, médecin-chef adjoint, chef du service de secours médical



La formation au programme du colloque des chefs de centre

Le Service départemental d'incendie et de secours (SDIS) de la Loire a organisé, le 4 octobre dernier, sa réunion des chefs de centre d'incendie et de secours (CIS) en présence de Bernard Bonne, président du Conseil général, de Carine Trimouille, directrice de cabinet de la préfète de la Loire, de Bernard Philibert, président du Conseil d'administration du SDIS et du Colonel René Dies, chef de corps départemental.



Cette rencontre constitue chaque année l'occasion de valoriser l'action de l'ensemble des CIS mais aussi de mettre en perspective les pratiques et les spécificités liées à l'activité de sapeur-pompier et d'évoquer un sujet d'actualité.

Cette année, c'est la formation des sapeurs-pompiers, pilier incontournable des SDIS, qui était au programme avec la présentation de l'expérimentation de la « formation par compétences » par le Colonel François Vallier, chef de bureau à la Direction générale de la sécurité civile et de la gestion des crises (DGSCGC).

En effet, les nombreuses réflexions engagées à l'issue de la publication du rapport « ambition volontariat »

ont conduit à la nécessité d'une rénovation de la formation, jusqu'ici basée sur une logique de contenus et qui impose donc de nombreuses connaissances théoriques sans toujours de lien direct avec les activités réellement exercées au sein des centres d'incendie et de secours. Cette refonte nécessite la mise en place d'une expérimentation coordonnée au sein de quelques SDIS pilotes, dont le SDIS de la Loire.

En préambule de ce colloque, les chefs de centre ont eu l'honneur de visiter « en avant-première » le plateau technique de formation qui vient compléter l'école départementale d'incendie et de secours de la Loire.

Cendie VERDEAU

*Chef du service de la communication
et des affaires institutionnelles*



Le Colonel René Dies reçoit la Légion d'honneur

C'est au sein de l'Hôtel du Département et de la Préfecture de la Loire, le 22 octobre dernier, que le Colonel René Dies, directeur départemental des services d'incendie et de secours de la Loire, s'est fait remettre, des mains de Fabienne Buccio, préfète de la Loire, les insignes de chevalier de l'ordre de la Légion d'honneur.

Aux côtés de la préfète de la Loire, Bernard Bonne, président du Conseil général de la Loire et Bernard Philibert, président du Conseil d'administration du SDIS de la Loire, avaient tenu à être présents afin de remercier le Colonel Dies pour son action au service de la sécurité des Ligériens.

Parmi l'assistance, on pouvait noter la présence de nombreux chefs de centre d'incendie et de secours du département, des élus, des représentants des acteurs économiques et institutionnels de la Loire ou encore des dirigeants des autres SDIS de la région, mais aussi des proches du Colonel Dies qui avaient fait le déplacement.

Dans son allocution, Madame la Préfète a retracé la carrière du Colonel Dies, du Var jusqu'à la Loire, des feux de forêts jusqu'à la direction d'un SDIS de deuxième catégorie.

Après avoir reçu cette prestigieuse récompense, le Colonel Dies, très ému, a tenu à associer l'ensemble des sapeurs-pompiers, volontaires et professionnels, ligériens et varois, à cet hommage : « Cette médaille, c'est aussi la vôtre : c'est nous tous qui sommes ainsi honorés », a-t-il déclaré.

Cendie VERDEAU

*Chef du service de la communication
et des affaires institutionnelles*



Focus sur le budget 2013 du SDIS

Comme chaque année, le Conseil d'administration du SDIS s'est réuni pour évoquer les orientations budgétaires puis voter le budget 2013.

Ces réunions ont également été l'occasion de décider du montant des participations des communes et du Grand Roanne Agglomération au financement du budget du SDIS.

De manière unanime, les membres du Conseil d'administration ont approuvé les propositions du président Bernard Philibert et de son bureau. Ainsi, et pour la troisième année consécutive, l'évolution globale du budget du SDIS sera plafonnée à un taux inférieur à l'inflation. Pour 2013, le budget enregistrera une progression limitée à 1 %.

Pour assurer le financement de ce budget, le Conseil général a décidé, cette année encore, d'augmenter son pourcentage de financement en votant une contribution de 25,796 millions d'euros, en progression de 1,07 % par rapport à 2012.

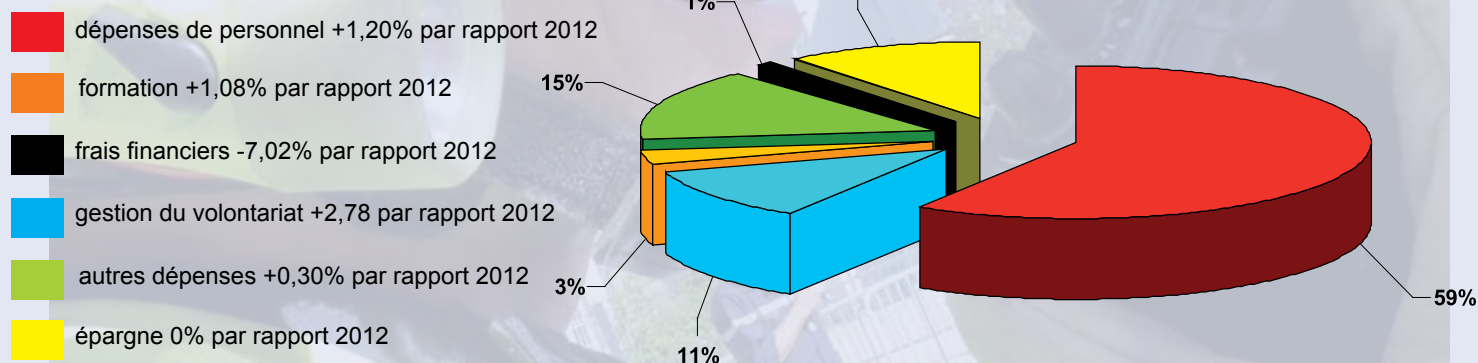
Les contributions communales progresseront globalement de 0,90 % grâce à la prise en compte par le Conseil général de la moitié de l'inflation prévisionnelle retenue dans le projet de loi de finances. Par ailleurs, afin de respecter au mieux les équilibres budgétaires des communes tout en maintenant les écarts de coût de la sécurité par habitant (de 1 à 4,7 comme en 2012), les administrateurs ont décidé de répartir la charge nouvelle en fonction de plusieurs critères (population DGF, potentiel financier, délais

moyens d'intervention) en fixant toutefois un seuil plancher de 16 € par habitant et un plafond d'évolution pour la Ville de Saint-Etienne fixé à 0,11 %.

L'augmentation budgétaire sera consacrée au financement des mesures réglementaires concernant le personnel et notamment à l'incidence financière de la réforme de la filière des sapeurs-pompiers professionnels. Le budget intègre également la poursuite de la revalorisation, étalée sur 3 années, de l'allocation de vétérance destinée aux anciens sapeurs-pompiers volontaires, telle que prévue par la loi du 20 juillet 2011. Toutes les autres dépenses s'équilibrent entre elles pour ne subir aucune augmentation.

Les investissements seront par ailleurs maintenus avec plus de 10 millions d'euros prévus cette année. Le budget consacré aux casernes devrait représenter plus de 40 % de ces dépenses. Concernant le parc automobile, encore composé d'engins acquis il y a parfois plus de 20 ans, un effort important a été réalisé ces dix dernières années pour le moderniser, tout en diminuant le nombre de véhicules grâce à une polyvalence accrue. Afin de poursuivre le processus de renouvellement des engins les plus anciens, un montant de 3,280 millions d'euros a été inscrit au budget prévisionnel.

Christian CHOUVET
Chef du pôle ressources



En quelques chiffres

59 M€
1 %
0,90 %
70 %
11,158 M€
6,410 M€
8,405 M€
1,870 M€

Budget de fonctionnement 2013
Evolution du budget de fonctionnement en 2013 par rapport en 2012
Evolution globale des contributions communales en 2013 par rapport en 2012
Part des dépenses de personnel (administratifs, professionnels, volontaires)
Budget d'investissement 2013
Autofinancement dans les recettes d'investissement
Stock de la dette au 31 décembre 2013
Dépenses de formation

Les sapeurs-pompiers ligériens hissent le sport au niveau !

Pour la quatrième année consécutive, les sportifs sapeurs-pompiers représentant le service départemental d'incendie et de secours (SDIS) de la Loire ou l'Union départementale des sapeurs-pompiers de la Loire (UDSPL) lors des compétitions sportives nationales voire internationales se sont retrouvés le 7 novembre dernier lors d'une cérémonie de remise des trophées pour partager leur palmarès avec les élus, administrateurs et personnels du SDIS.

Cette cérémonie permet à chaque sportif ou équipe de présenter son activité et ainsi de faire partager la passion de son sport, mais aussi de susciter des envies afin de perpétuer la représentativité des sapeurs-pompiers ligériens.

Au cours de cette saison, 13 disciplines ont été couvertes par 164 athlètes. Au total, trois titres de champion de France ont été récoltés avec Thibault Naël lors du cross national, Sébastien Blondel en VTT et avec l'équipe de trekking composée de Tony Daurelle, Nicolas Darneix et Lionel Trivel. Notons également deux titres de vice-champion de France, pour Stéphane Michaud au parcours sportif et Thibault Naël au demi-fond lors du challenge de la qualité ainsi que trois podiums à la troisième place.

Il faut enfin relever, comme chaque année, la présence active de sapeurs-pompiers retraités.

A cette occasion, le président du Conseil d'administration du SDIS, Bernard Philibert, a rappelé son attachement aux valeurs sportives des sapeurs-pompiers, tandis que le Colonel René Dies, directeur départemental, a insisté sur l'importance du sport et la nécessité de promouvoir la culture santé-sécurité chez les sapeurs-pompiers.

Félicitations à tous les athlètes et souhaitons qu'ils nous fassent vivre une saison 2013 aussi riche en bons résultats !

Commandant Christophe TAILLANDIER

Chef du bureau de la mise en œuvre des formations



La sécurité routière au cœur de la journée de sécurité intérieure

C'est sous un grand soleil que s'est déroulée la journée de sécurité intérieure le samedi 6 octobre dernier. Nouveauté 2012 : cette manifestation interservices se déroulait place Chavanelle à Saint-Etienne.



Parmi le public, de nombreux jeunes du quartier de Montreynaud, accompagnés de leurs familles, ont pu assister à une démonstration de la brigade canine de la police nationale et tester les animations prévues par les associations présentes : parcours de sensibilisation à l'alcoolémie, voiture tonneau, parcours cycliste ou encore atelier de sensibilisation aux gestes de premiers secours. Tous ont également participé au lâcher géant de ballons portant des messages de sécurité routière.

Tous les acteurs de la sécurité intérieure, gendarmerie, police nationale et municipale, sapeurs-pompiers, SAMU, associations de secourisme et de sécurité civile, étaient réunis sous l'égide de la Préfecture de la Loire pour présenter au public les différentes missions de ces femmes et de ces hommes qui veillent, au quotidien, à la protection des Ligériens.

Enfin, un exercice grandeur nature, organisé par le SDIS de la Loire, a ponctué cette journée avec une simulation d'accident entre un scooter et une voiture, permettant de présenter au public l'ensemble de la chaîne des secours, du simple témoin de l'accident jusqu'aux sapeurs-pompiers, en passant par le SAMU, la police nationale et municipale ou encore la gendarmerie.

Cendie VERDEAU

*Chef du service de la communication
et des affaires institutionnelles*



Succès pour les premières enchères sur le web !

Le SDIS de la Loire a réalisé sa première vente aux enchères par Internet du 5 septembre au 5 octobre 2012. 14 véhicules et un lot de tables et chaises étaient en vente sur le site webencheres.com.

Le bilan est très satisfaisant puisqu'on a dénombré un total de 10 514 visites sur le site, ainsi que 295 propositions d'enchères et 15 articles vendus. Le tout représentant un gain net, frais déduits, de plus de 33 000 euros pour l'établissement.

Si l'on compare ces résultats aux enchères précédentes, effectuées en présence d'un commissaire priseur, cela constitue une très bonne opération.

La préparation des véhicules à la vente, qui consiste au démontage des accessoires « pompiers » (gyrophare, sirène...) et au retrait des autocollants avec le logo du SDIS, est réalisée pour moitié par des travaux d'intérêts généraux (TIG) proposés par le juge d'application des peines et pour l'autre moitié par les personnels de l'atelier du SDIS.

La prochaine vente aux enchères en ligne devrait débuter le 18 janvier 2013 avec une date limite pour les propositions d'enchères fixée au 15 février 2013.

Une quinzaine de véhicules et plusieurs lots de matériels divers, tels que les compresseurs d'air respirable, seront proposés à la vente.

**Pour enchérir, une seule adresse :
www.webencheres.com/sdis-42**

Lieutenant-Colonel Gérard KELLER
Chef du groupement des équipements



Animation secourisme à la Foire de Saint-Etienne

Durant la 64^{ème} Foire de Saint-Etienne, un stand d'information sur le secourisme et les gestes de premiers secours était proposé par le SDIS de la Loire, au sein de la structure du Conseil général de la Loire.

Pendant six jours, deux sapeurs-pompiers, moniteurs au sein de la section secourisme de l'Union départementale des sapeurs-pompiers de la Loire (UDSPL) ont été chargés de l'accueil et de l'information du public, de 7 à 77 ans !

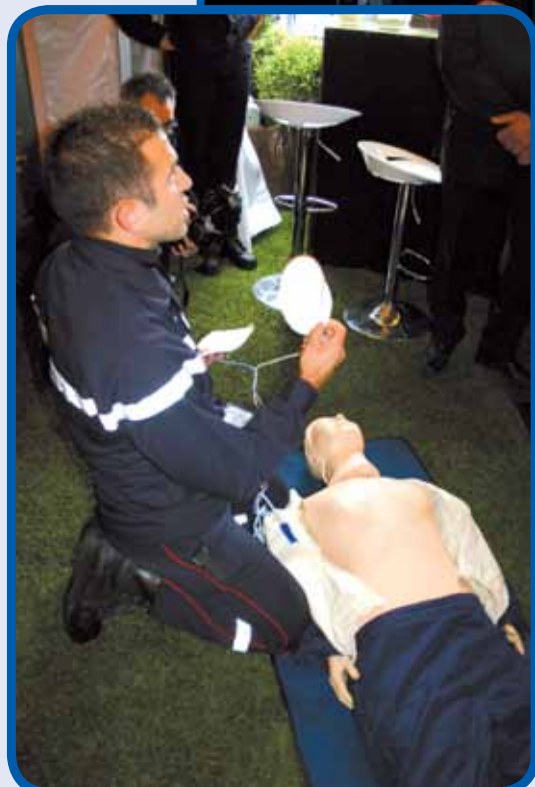
Les moniteurs ont notamment proposé des animations, à l'aide des mannequins « Mini-Anne », pour initier le public aux gestes de premiers secours.

Les visiteurs ont ainsi pu s'essayer à la pratique du massage cardiaque, à la mise en place d'un

défibrillateur et se sont vu dispenser des informations précieuses concernant les formations aux premiers secours ainsi que la conduite à tenir en cas d'incendie.

Les élus, venus nombreux lors de la journée d'inauguration de la Foire, ont eux aussi pu se mettre à la place de n'importe quel citoyen qui doit faire face au malaise soudain d'une personne en ayant recours au défibrillateur cardiaque.

Lieutenant-Colonel Alain BERT
Chef du groupement de la prévention
et de la prévision



Feu de combles à Saint-Etienne La Terrasse

Il est à peine 7h30 en ce vendredi 3 août, lorsque les bips se mettent à sonner au sein de l'équipe de garde du centre d'incendie et de secours (CIS) de Saint-Etienne La Terrasse... Un feu s'est déclenché dans les combles d'un appartement du quartier La Terrasse, sur la place Massenet.



Un groupe incendie est immédiatement engagé au départ du CIS de La Terrasse complété par un fourgon pompe-tonne (FPTSR) du CIS de Saint-Etienne La Métare.

Dès la sortie de la caserne voisine, le groupe peut apercevoir un panache de fumée au-dessus de la place Massenet.

Rapidement sur les lieux, les secours sont confrontés à un feu de combles habités, dans un immeuble de deux étages avec sous-sol. Au rez-de-chaussée et au premier étage, les locaux sont occupés par une banque.

Un témoin sollicite aussitôt les sapeurs-pompiers arrivés sur les lieux : il vient de sortir l'occupante des combles sur son dos et cette dernière est légèrement brûlée et intoxiquée. Elle est immédiatement prise en charge par une ambulance (VSAV) et transportée à l'Hôpital Nord de Saint-Etienne.

Pour maîtriser le feu, alimenté par un important potentiel calorifique, 3 lances sont nécessaires, dont 2 sur des grandes échelles pivotantes (EPA). L'occupante des lieux avait en effet stocké des quantités impressionnantes de déchets de bois pour alimenter son chauffage.

L'intervention s'avère compliquée au vu du réseau de câbles du tramway, juste au-dessus de la rue, permettant une manœuvre limitée des deux EPA.

Un effort particulier est par ailleurs porté afin de protéger les matériels informatiques de la banque comme les coffres et les distributeurs de billets.

L'intervention se termine par une longue opération de déblai et une dernière ronde en soirée.

Capitaine Jean-Baptiste MERLEY
Commandant des opérations de secours





Grande manœuvre interservices dans le tunnel de Violay

Plus long tunnel autoroutier de France (4 km), l'ouvrage du tunnel de Violay, situé à la frontière de la Loire et du Rhône, sur l'autoroute A89, sera mis en service au début de l'année 2013. Le SDIS de la Loire a été étroitement associé à l'étude du dossier de sécurité.

Le 30 novembre 2012, s'est déroulé, au sein du Tunnel de Violay, qui a la particularité de comporter 2 tubes unidirectionnels à 2 voies, un exercice interservices majeur.

Cet exercice constituait en quelque sorte le point d'orgue de deux années de travail entre les différents services concernés par la sécurité sur cet ouvrage : les SDIS et les Préfectures de la Loire et du Rhône ainsi que les Autoroutes du Sud de la France (ASF) et l'entreprise de construction Vinci.

L'exercice avait pour objectif de satisfaire aux exigences réglementaires obligatoires avant l'ouverture du tunnel et de tester les différents dispositifs de sécurité propres à l'ouvrage ainsi que les consignes opérationnelles interservices.

Le scénario choisi par la direction de l'exercice (DIREX) prévoyait le feu d'un véhicule poids-lourds situé à 1,6 km de l'entrée du tunnel, dans le sens Clermont-Ferrand – Lyon, combiné à un phénomène de sur-accident mettant en cause 2 autres véhicules. En conséquence, 33 voitures et 1 autobus étaient bloqués dans le tunnel en amont de l'incendie.

Pas moins de 109 « plastrons », issus des écoles d'infirmiers de Roanne et de Montbrison, étaient répartis dans les différents véhicules. 9 d'entre eux jouaient les victimes. On dénombrait 2 blessés graves et 7 blessés légers.

A 15 heures, l'incendie, simulé par des foyers de fécule de pomme, était déclenché. La mise en route du désenfumage, en aval de l'accident, a permis aux victimes d'évacuer le « tube » sinistré et aux secours d'avancer au plus près de l'incident.

Conformément aux consignes opérationnelles prévues dans le plan d'établissement répertorié (ETARE), les secours des SDIS et des SAMU de la Loire et du Rhône, sont intervenus simultanément dans les deux tubes du tunnel afin de circonscrire l'incendie, de conditionner les victimes et de mettre en sécurité l'ensemble des naufragés de la route concernés par l'accident.

Le retour d'expérience, en cours d'élaboration, permettra aux différents services de valider le plan d'intervention et de secours, avant l'ouverture de l'ouvrage.

Lieutenant-Colonel Alain BERT
Chef du groupement de la prévention
et de la prévision



Exercice d'évacuation des télésièges à Chalmazel

Le samedi 1^{er} décembre, six agents de l'équipe départementale du groupe de reconnaissance et d'intervention en milieu périlleux (GRIMP) ont participé à un exercice d'évacuation à la station de ski de Chalmazel.



siieurs heures, il serait alors nécessaire d'évacuer les skieurs restés bloqués.

Vu le grand nombre de sièges positionnés sur le câble, tant en montée qu'en descente, le plan de secours de la station prévoit, en renfort du personnel local, l'intervention des sapeurs-pompiers spécialisés du GRIMP.

La technique d'évacuation consiste à faire monter un sauveteur en haut d'un pylône par une échelle fixe. Ensuite, au moyen d'une poulie positionnée sur le câble, le sauveteur évolue en direction des sièges, assuré par un équipier au sol. Une fois au contact des victimes, il se sécurise, installe un dispositif, puis équipe les skieurs d'un harnais d'évacuation. Les personnes sont alors descendues sur la piste, assurées par une corde. Une fois le siège vide, le sauveteur poursuit sa progression sur le câble en direction du siège suivant où il répète l'opération autant de fois que nécessaire.

Cet exercice a permis aux sapeurs-pompiers de s'entraîner à tester à nouveau cette technique, afin d'être prêts à intervenir dès l'ouverture de la saison de ski.

Chaque année, le directeur d'exploitation forme les saisonniers à l'évacuation des personnes bloquées sur le télésiège des Jasseries.

En effet, si cette remontée mécanique venait à tomber en panne et que sa remise en route prenne plu-

Sergent-chef Stéphane ZAMBON
Chef d'unité du groupe de reconnaissance
et d'intervention en milieu périlleux



Vers une mutualisation des logiciels de simulation de commandement

Une nouvelle étape va être franchie dans la formation de maintien, de perfectionnement et d'actualisation des acquis (FMAPA) des sapeurs-pompiers en ce qui concerne la gestion opérationnelle du commandement (GOC).

En effet, il a été constaté qu'au cours des formations, les apprenants subissaient plus les mises en situation qu'ils ne les maîtrisaient. Par ailleurs, se posait le problème d'une mise en situation efficace et réaliste sans déployer sur le terrain pléthore de moyens, plastrons et matériels...

Il fallait donc réfléchir à un outil capable d'immerger l'apprenant, de le faire réagir à une situation, d'apporter une réponse graduée tout en étant budgétairement accessible.

Le SDIS de la Loire s'est donc tourné vers l'acquisition d'un simulateur conçu pour atteindre ces objectifs. Cet outil permet à l'apprenant de prendre en compte une situation, de se déplacer, au moyen

d'un joystick multidirectionnel, sur sa zone d'intervention. Le formateur, quant à lui, fait vivre ce que l'apprenant a décidé et ses conséquences (propagation, augmentation du nombre de victimes, etc...).

Afin de pouvoir abaisser les coûts, tout en optimisant son emploi, cette acquisition va s'effectuer de manière mutualisée avec les SDIS de la Drôme et de l'Ardèche.

Ce réel progrès dans la formation à la gestion opérationnelle de commandement des sapeurs-pompiers sera partagé par tous dès le début de l'année 2013 !

Commandant Claude CHALENDARD

Chef du bureau de la conception des formations



Des supports de formation en accès libre sur SPIRAL

La nouvelle plateforme dédiée à la formation et hébergée sur le serveur pédagogique interactif des ressources d'apprentissage de Lyon (SPIRAL) est fonctionnelle depuis plusieurs mois.



Pour rappel, cette plateforme vise à atteindre plusieurs objectifs et notamment le développement de la formation ouverte à distance (FOAD) pour les agents du SDIS de la Loire.

Un autre objectif, qu'il est utile de mettre en avant car sans doute moins connu, est celui de permettre à chacun d'accéder librement à des ressources telles que les supports de formation ou les scénarii pédagogiques.

Ainsi, si le site Internet comporte un accès réglementé, il dispose également d'une documentation en accès libre, alimentée en continu et qui contient

par exemple les différents documents mis à disposition pour les formations opérationnelles spécialisées (FOS) et les formations techniques spécialisées (FTS) ou encore les supports des formations de tronc commun.

Enfin, cette plateforme web permet aussi de favoriser les échanges entre les acteurs de la formation via des outils d'interaction tels que les forums.

N'hésitez pas : connectez-vous !

<http://formation.sdis42.fr/>

Commandant Claude CHALENDARD
Chef du bureau de la conception des formations



Un outil moderne pour la formation des sapeurs-pompiers ligériens

Le plateau technique de l'école départementale des sapeurs-pompiers de la Loire est la pièce maîtresse qui vient optimiser la formation des sapeurs-pompiers du SDIS.

Ce nouvel outil a été inauguré le 25 octobre dernier, par Fabienne Buccio, préfète de la Loire, Bernard Bonne, président du Conseil général, Bernard Philibert, président du Conseil d'administration du SDIS et le Colonel René Dies, directeur départemental.

Cette inauguration était l'occasion de présenter le déroulé type d'une intervention, de la réception de l'appel jusqu'à l'extinction de l'incendie, en passant par le déclenchement des secours et la prise en charge des victimes.

La matinée a débuté par la visite de la salle opérationnelle avec la présentation des nouveaux matériels de traitement de l'alerte.

Puis, l'ensemble des participants a assisté à un exercice simulant un accident de voiture, avec feu d'un compteur gaz et propagation en façade aux appartements supérieurs, en présence de deux victimes.

Cet exercice a permis de mettre en œuvre les moyens opérationnels des sapeurs-pompiers, incendie et se-

cours médical, mais aussi ceux des partenaires du SDIS : le SAMU, la police nationale et GrDF étaient donc des acteurs privilégiés lors de cet événement.

Après cette démonstration, les invités ont pu découvrir le nouveau plateau technique avec une visite guidée de la « maison d'exercices » et de ses différentes possibilités de simulation : incendie, secours aux personnes, interventions diverses... Un passage dans le parcours d'entraînement au port de l'appareil respiratoire isolant (ARI) a ainsi permis aux visiteurs de se retrouver dans un milieu enfumé.

Ces nouveaux équipements vont notamment permettre aux stagiaires, lors de leurs différentes formations, de se confronter au feu avant de partir en intervention. L'ensemble des sapeurs-pompiers du département vont ainsi pouvoir acquérir, dans des conditions de sécurité optimales, les compétences qui leur permettront d'assurer au mieux les secours portés aux Ligériens.

Capitaine Dominique BOURET
Responsable de l'école départementale
d'incendie et de secours



Du nouveau à Saint-Pierre-de-Bœuf !

Le 6 octobre 2012 s'annonçait comme une journée où l'émotion serait au rendez-vous grâce à deux événements marquants pour l'histoire du centre d'incendie et de secours (CIS) de Saint-Pierre-de-Bœuf.



C'est dans une grande effervescence que l'ensemble des invités a pu assister à la passation de commandement entre le Capitaine Pierre-Marie Cheval et le Lieutenant Michel Boutonnier. Cette passation était suivie par l'inauguration des nouveaux locaux du CIS suite aux travaux d'extension.

Placée sous la présidence de Carine Trimouille, sous-préfète et directrice de cabinet de la préfète de la Loire, et de Bernard Bonne, président du Conseil général de la Loire, cette cérémonie s'est déroulée en présence de nombreuses personnalités, parmi lesquelles Dino Cinieri, député, Serge Rault, maire de Saint-Pierre-de-Bœuf, Bernard Philibert, président du Conseil d'administration du SDIS, le Colonel René Dies, directeur départemental ou encore le

Commandant Bruno Duperray, président de l'Union départementale des sapeurs-pompiers de la Loire (UDSPL).

Le Capitaine Cheval a tout d'abord conduit la revue des troupes. Puis le fanion du centre, symbole du commandement, a été transmis à son adjoint et successeur, le Lieutenant Boutonnier, par le Colonel Dies. L'ensemble des autorités a ensuite procédé à la coupe du ruban tricolore à l'entrée de la caserne agrandie.

A l'occasion des discours, le Capitaine Cheval s'est vu remettre plusieurs récompenses en remerciement de son implication au sein de la caserne de Saint-Pierre-de-Bœuf. Des mains du président Bonne, il a ainsi reçu la médaille du Conseil général tandis que le maire de la commune lui remettait la médaille de la Ville. Enfin, le président de l'UDSPL lui a remis la médaille d'or de l'Union départementale. Cet engagement a également été souligné par le Colonel Dies, qui a salué les 40 ans de service du Capitaine Cheval au profit des Pétribociens.

C'est avec mérite et un sentiment de "mission accomplie" qu'il peut à présent faire valoir ses droits à la retraite. Son successeur aura à cœur de poursuivre cet engagement, dans des conditions de travail optimales.

Capitaine Nicolas RAVOIRE
Chef de la compagnie Pilat-Sud



Une nouvelle caserne à Saint-Just-Saint-Rambert

Véritable vitrine de la commune de Saint-Just-Saint-Rambert, le nouveau centre d'incendie et de secours (CIS) a été inauguré le vendredi 21 septembre 2012.



De nombreuses personnalités, dont Jean-Michel Porcher, sous-préfet de l'arrondissement de Montbrison, Bernard Bonne, président du Conseil général, Dino Ciniéri, député, Jean-Claude Frécon, sénateur, Bernard Philibert, président du Conseil d'administration du SDIS ou encore le Colonel René Dies, directeur départemental, se sont rassemblées autour d'Alain Laurendon, maire de Saint-Just-Saint-Rambert et vice-président du Conseil général de la Loire, pour couper le ruban inaugural.

Dans son discours, le Lieutenant Nicolas Boyer, chef de centre, a fait l'éloge de ces nouveaux locaux, à la fois modernes et fonctionnels, qui vont permettre aux 40 sapeurs-pompiers volontaires du CIS de réaliser dans d'excellentes conditions les 900 interventions annuelles au service de la sécurité des Pontrambertois et des habitants des communes voisines.

Capitaine Grégory BERT
Chef de la compagnie Sud-Forez

Une foule nombreuse parmi laquelle amis, familles de sapeurs-pompiers, acteurs économiques et culturels locaux, était présente pour cet événement majeur de la commune.

Sur un terrain de 3 500 m², un bâtiment de plain-pied d'une surface de 680 m² a été construit. Une zone de remisage des véhicules d'intervention de 360 m² et une salle de sport de 55 m² en mezzanine ont été prévues ainsi qu'une zone de 320 m² regroupant le local d'alerte, les vestiaires hommes et femmes, les sanitaires, les bureaux, la salle de formation et le foyer.



Une nouvelle génération d'engins

Afin d'optimiser son parc de véhicules, le SDIS de la Loire s'est orienté, depuis plusieurs années, vers l'acquisition et le déploiement d'engins opérationnels polyvalents.

Deux véhicules ont ainsi fait l'objet d'un reconditionnement par l'atelier départemental. Il s'agit d'un camion citerne rural secours routier (CCR-SR) et d'un véhicule de transport de personnel, de matériel et de signalisation (VTPM-SI).

Un important travail de carrosserie a été effectué sur ces deux engins. Pour le CCR-SR, il a fallu mettre en place un mât d'éclairage et permettre le rangement ergonomique du matériel secours-routier dans les coffres. Pour le VTPM-SI, la partie arrière a été entièrement modifiée avec le changement des portes et la mise en place d'un panneau éclairant à messages variables.

Ces deux véhicules intervenant sur les risques routiers, un effort particulier a été porté sur le balisage visuel et lumineux. Ces deux engins disposent du nouveau système d'éclairage à leds, permettant d'éviter les groupes électrogènes ou les batteries supplémentaires.

D'autres exemplaires de cette nouvelle génération d'engins devraient être mis en service dans les centres d'incendie et de secours ligériens en 2013.

Par ailleurs, après 16 ans de bons et loyaux services, le véhicule de soutien médical hors route (VSMHR) vient d'être remplacé par un véhicule de liaison hors route (VLHR), anciennement affecté au CIS de Saint-Etienne La Terrasse.

Après un travail en collaboration avec l'atelier du SDIS et un passage chez l'équipementier, il est aujourd'hui aménagé pour recevoir le matériel médical et les appareils médico-secouristes.

Basé au CIS de Montbrison, ce véhicule est pleinement opérationnel, en complément des véhicules de secours médical (VSM) actuellement en service à Rive de Gier, Andrézieux et Roanne. Il intervient également en appui logistique : en effet, outre sa particularité d'être un véhicule 4x4, une des missions de ce véhicule est de participer à la médicalisation des colonnes de renfort et au soutien sanitaire des sapeurs-pompiers engagés sur des interventions : il doit ainsi être autonome en matériel pour une durée d'une semaine lors des départs en renfort hors du département.

Commandant Jean-François BRICOGNE
Chef du bureau des véhicules

Infirmier Samuel BULIARD
Pôle santé et secours médical



Une mise à jour des plans, au plus près du terrain !

Dans le cadre de la modernisation des outils de traitement de l'alerte et de la mise en place du logiciel Artemis V2, le SDIS de la Loire a déployé, en février 2012, une nouvelle interface cartographique Web, dénommée GéoArtémis.

Cette application, disponible au niveau du centre de traitement de l'alerte (CTA) mais également dans tous les centres d'incendie et de secours (CIS), permet à l'ensemble des sapeurs-pompiers de la Loire de consulter la carte interactive du département et d'accéder à un certain nombre d'outils opérationnels. Parmi ceux-ci, l'outil « post-it » offre la possibilité à chaque utilisateur de contribuer à la mise à jour des plans cartographiques du SDIS.

L'outil « post-it » permet en effet de déposer sur la carte des annotations afin d'indiquer des modifications à apporter telles que la nouvelle position d'un hydrant ou le changement de dénomination d'une rue... Ces annotations font ensuite l'objet d'une remontée automatique au bureau des outils d'information, au sein de l'état-major du SDIS, qui, après vérification, procède à l'intégration de ces modifications sur les plans.

Depuis la mise en place de GéoArtémis, plus de 500 « post-it » ont ainsi été créés par les utilisateurs sur l'ensemble du département.

Ces modifications conduisent également à des mises à jour des parcellaires des communes, qui sont ensuite distribuées dans les centres d'incendie et de secours concernés.

Au final, grâce à la fonction « post-it » de GéoArtémis, chaque sapeur-pompier ligérien dispose d'un outil dynamique et intuitif qui contribue à améliorer les délais d'intervention sur le terrain au travers de la cartographie opérationnelle.

Frédéric TEYSSIER

Chef du bureau des outils d'information



Bienvenue aux nouvelles recrues !



Chrystelle Rabeyrin, technicienne principale 1^{ère} classe, est arrivée au bureau des outils d'information le 1^{er} septembre 2012. Précédemment, elle travaillait à la mairie du Puy-en-Velay en tant que technicienne informatique. Au sein du bureau des outils d'information, Chrystelle s'occupe principalement de l'administration des applicatifs métiers, de la gestion des bases de données en vue de traitements statistiques et de l'assistance aux utilisateurs. Elle intervient également dans l'aide au paramétrage d'Artémis et l'évolution de l'interface.

Fanny Guelle a rejoint le bureau de la mise en œuvre des formations le 3 septembre 2012. Elle s'occupe principalement des dossiers de formation pour les sapeurs-pompiers volontaires ainsi que des formations extra-départementales du personnel du pôle santé et secours médical.

Elle connaît déjà le SDIS, puisqu'au cours des deux dernières années, elle y a effectué deux remplacements, l'un au sein du groupement territorial Loire Sud-Est et l'autre au groupement des équipements. Elle a également travaillé durant trois mois pour l'Union départementale des sapeurs-pompiers de la Loire.



Sonia Miozzo a intégré le bureau de la mise en œuvre des formations ainsi que le bureau conception des formations le 2 janvier 2013. Elle gère d'un côté les manifestations sportives (cross et challenge de la qualité), les manœuvres FMAPA des sapeurs-pompiers volontaires et les dossiers de stage relatifs aux formations techniques spécialisées. Au bureau de la conception, elle aide à la mise en œuvre du catalogue de formation.

Elle connaît bien le monde des sapeurs-pompiers, puisqu'elle a été sapeur-pompier volontaire au centre d'incendie et de secours de Saint-Galmier durant six années.

Le **bureau du matériel** a récemment accueilli deux nouveaux agents affectés au **magasin départemental** :



Tout d'abord, **Philippe De Pauli**, 43 ans, chef de la cellule maintenance et distribution des matériels. Transfuge de la société Thivend Industrie à Charlieu, où il occupait la fonction de chef d'équipe logistique, Philippe est également sapeur-pompier volontaire au centre d'incendie et de secours de Saint-Denis-de-Cabanne.

Puis, **Yannick Tardy**, 28 ans, en tant que magasinier et en provenance de la société Blanchisserie Industrielle du Centre à Saint-Chamond, où il était magasinier-chauffeur livreur.



Changement de commandement à Belmont de la Loire

Le 24 novembre dernier, se déroulait, au centre d'incendie et de secours (CIS) de Belmont de la Loire, la traditionnelle célébration locale de la Sainte-Barbe, patronne des sapeurs-pompiers.



Lors des discours officiels, le travail effectué durant 32 années au sein du CIS de Belmont de la Loire par le Capitaine Daniel Galland a été unanimement souligné et notamment son sens des relations humaines et son investissement dans la formation en tant que moniteur de secourisme et référent incendie.

Souhaitons une bonne retraite au Capitaine Galland et une bonne continuation au Lieutenant Passé dans ses nouvelles fonctions !

Lieutenant Daniel DUMAS
Chef de la compagnie Sornin

A cette occasion, le chef de centre, le Lieutenant Daniel Galland, s'est vu remettre ses galons de capitaine. Puis, il a transmis le flambeau du commandement du CIS à son adjoint, le Lieutenant Patrick Passé.

De nombreuses personnalités et autorités locales assistaient à cette cérémonie de passation de commandement et notamment Jérôme Decours, nouveau sous-préfet de Roanne, Jean-Claude Frécon, sénateur, Jean-Paul Defaye, vice-président du Conseil général de la Loire, Jean-Paul Burdin, vice-président du Grand Roanne, Jean-Luc Matray, maire de Belmont de la Loire ainsi que l'ensemble des maires des communes défendues et le Colonel René Dies, chef de corps départemental.



Cap qualité, ça avance !

Focus sur l'avancement de deux actions parmi les 40 que comporte le projet d'établissement, inscrit dans le schéma de pilotage du SDIS de la Loire dénommé "Cap Qualité".

Action n°7

Le réseau de transmission numérique ANTARES est opérationnel depuis le 22 octobre 2012.

Le déploiement des radios dans les véhicules et les formations des référents au sein des compagnies sont en cours.

Les premiers centres d'incendie et de secours (CIS) équipés sont Neulise, Balbigny, Saint-Etienne La Terrasse, Bussièrès, Saint-Cyr-de-Valorgues, Saint-Denis-de-Cabanne, Feurs, Montbrison, Panissières, Saint-Etienne La Métare, Rozier-en-Donzy, Montagny et Charlieu.

Le déploiement des « bips communicants » a commencé le 25 octobre 2012 sur 4 CIS tests : Chazelles-sur-Lyon, Feurs, Saint-Bonnet/Saint-Nizier et Le Chambon-Feugerolles. Cette phase de tests s'est conclue positivement. Le déploiement sera réalisé sur l'ensemble des CIS d'ici le début de l'année 2013.

Christian DESCHAMPS

Pilote de l'action « se doter de terminaux interactifs pour la gestion de l'alerte et des interventions »

Action n°12

La mise en œuvre du système d'aide au pilotage et à l'évaluation (SYAPE) entre en phase active. En effet, au terme d'un marché public, la société OXIO a été choisie pour développer le projet du SDIS de la Loire. Le déploiement de la « brique opérations », c'est-à-dire l'intégration et la restitution des données liées à l'activité opérationnelle, vient de débuter.

Le planning, qui reste conforme aux prévisions, permet d'envisager une installation des composants techniques et une validation des différents tableaux de bord pour la fin de l'année 2012. La solution devrait être opérationnelle courant février 2013.

Enfin, dans le courant de l'année 2013, il est prévu de déployer les autres données liées à la gestion des ressources humaines, aux vacations des sapeurs-pompiers et aux finances.

Pour rappel, le projet SYAPE vise à permettre d'obtenir des indicateurs et à élaborer des tableaux de bord afin de mieux évaluer et analyser le fonctionnement de l'établissement.

Lieutenant-Colonel Bertrand BARAY

Pilote de l'action « mettre en place des tableaux de bord à partir d'indicateurs »



Le point sur les évolutions suite à la commission « ambition volontariat »

Historique

En octobre 2008, une commission intitulée « ambition volontariat » était mise en place par le gouvernement avec pour objectif de travailler sur l'avenir du volontariat de sapeur-pompier. Installée officiellement en avril 2009 et présidée par Luc Ferry, la commission était constituée de 30 membres et suppléants représentant l'Etat, les élus, les sapeurs-pompiers, le monde du travail et l'université.

Son rapport final a été rendu public en septembre 2009 et présentait, d'une part, une série de recommandations pour le management des sapeurs-pompiers volontaires (SPV), la formation et la reconnaissance de l'engagement et, d'autre part, des mesures visant à clarifier la place du volontariat dans le dispositif français de sécurité civile.

La loi du 20 juillet 2011, relative aux sapeurs-pompiers volontaires et portée par le député Pierre Morel-A-L'Huissier, est issue des réflexions présentées dans le rapport de cette commission.

Actualité

La loi du 20 juillet 2011 prévoyait l'élaboration d'une charte nationale des sapeurs-pompiers volontaires par la publication d'un décret. Après approbation à la conférence nationale des services d'incendie et de secours (CNSIS) du 18 septembre 2012, le décret est sorti le 5 octobre 2012.

Cette charte exprime les valeurs, les droits et les devoirs des sapeurs-pompiers volontaires, mais aussi le rôle du réseau associatif. Elle devra être signée par tout SPV lors de son premier engagement.

Pour la conception et l'écriture de cette charte, les membres de la commission « ambition volontariat » ont travaillé ensemble sur la base des résultats d'une consultation nationale de SPV.

Prospective

La Direction générale de la sécurité civile et de la gestion des crises (DGSCGC) a entrepris la révision du décret du 10 décembre 1999 relatif aux sapeurs-pompiers volontaires.

Ce projet répond à plusieurs objectifs : adapter le cadre d'activité des SPV à la loi du 20 juillet 2011, le mettre en cohérence avec la réforme de la filière des sapeurs-pompiers professionnels et introduire des mesures spécifiques à l'engagement des sapeurs-

pompiers au sein du service de santé et de secours médical.

La CNSIS a émis un avis favorable sur ce projet. Le décret est désormais en attente d'examen interministériel puis par le Conseil d'Etat avant publication au journal officiel.

Par ailleurs, deux décrets sur la protection sociale des SPV sont actuellement devant le Conseil d'Etat.

A suivre donc...

Commandant Daniel GREGNAC

Chef du bureau du volontariat et de la prospective



L'eau c'est la vie, c'est le sport !

L'eau est un élément essentiel de l'organisme puisqu'elle constitue entre 60 et 70 % du poids du corps humain. Alors que les muscles contiennent plus de 70 % d'eau, une déshydratation mineure (perte de 2 % du poids du corps) entraîne une diminution de 20 % des performances physiques et intellectuelles.

C'est pourquoi l'hydratation est, chez le sportif, aussi importante avant, pendant, qu'après l'effort.

Avant l'effort

Il est recommandé de boire au moins 1,5 litre d'eau par jour. La répartition est aussi majeure que la quantité : il faut au moins 6 prises de boisson par jour. Le fait de manger des fruits et des légumes peut également apporter entre 0,4 à 0,75 litre d'eau par jour. Il est aussi recommandé d'alterner les types d'eau, afin de favoriser les oligo-éléments complémentaires.

Pendant l'effort

Il faut boire avant la sensation de soif ! Car cette sensation correspond à une déshydratation de 1 % du poids du corps, soit une diminution de 10 % des capacités physiques.

Pendant l'exercice, les pertes en eau augmentent et ne peuvent pas totalement être compensées : pertes par les voies respiratoires et par la sudation, qui reste le moyen le plus efficace pour refroidir l'organisme. En effet, 75 % de l'énergie produite par les muscles conduit à la production de chaleur. Si cette chaleur n'est pas évacuée par l'organisme, cela conduit à un coup de chaleur.

Pour les efforts d'une durée inférieure à une heure, seule l'eau suffit. Pour éviter les désordres diges-

tifs, elle doit être ni glacée, ni chaude. Il faut boire des petites quantités régulièrement, sans attendre la sensation de soif.

Au-delà d'une heure, il faut compenser la perte en sel et apporter du sucre. Attention : les boissons énergétiques sont souvent trop concentrées en sucre, avec un risque de mauvaise vidange gastrique. Privilégier plutôt une solution maison, par exemple à base de 150 ml de jus de raisin, complété avec de l'eau jusqu'à atteindre 1 litre, à laquelle on rajoute un sachet individuel de sel (correspondant à 1,2 g de sel). En cas de température inférieure à 15°C, l'organisme aura besoin de plus de sucre et il faudra moins diluer la solution avec 400 ml de jus de raisin, 600 ml d'eau et toujours un sachet de sel.

Après l'effort

L'eau gazeuse peut être conseillée après une séance intensive pour compenser l'acidité de l'exercice.

Pour la quantité nécessaire, idéalement il faut se peser et compenser une fois et demie la perte de poids : par exemple une perte de 2 kg de poids devra être compensée par 3 litres d'apport hydrique, sans dépasser 1 litre par heure.

Enfin, le meilleur moyen de contrôler son hydratation est de surveiller ses urines : elles doivent être claires.

Médecin-Commandant Philippe PROUST

Chef du service de secours médical





Départ en retraite
du Lieutenant-Colonel Gilles Cornaire
Vendredi 9 novembre 2012



Manœuvre au centre hospitalier de Charlieu
Samedi 29 septembre 2012



Accident de la route
Commune de Vougy
Vendredi 14 décembre 2012



Feu de maison
Commune de Fourneau
Vendredi 14 décembre 2012



Feu de maison
Commune de Mably
Vendredi 14 décembre 2012



Tests sportifs effectués pour les prochains
recrutements de sapeurs-pompiers professionnels
Mardi 11 décembre 2012