



## **ANNEXE A à l'arrêté ministériel du 16/11/2020 fixant le contenu et les modalités du concours de recrutement de sapeurs-pompiers francophones et néerlandophones, masculins ou féminins, pour le Service d'Incendie et d'Aide médicale urgente de la Région de Bruxelles-Capitale**

### **Le contexte professionnel**

Le Service d'Incendie et d'Aide médicale urgente de la Région de Bruxelles-Capitale (SIAMU) est un organisme d'intérêt public (OIP) dépendant du Gouvernement de la Région de Bruxelles-Capitale.

Il est chargé de la lutte contre le feu, des premiers secours aux personnes malades ou blessées et de leur transport vers les institutions hospitalières. Le SIAMU est également chargé des missions confiées aux services d'incendie par l'arrêté royal du 10 juin 2014 sur la sécurité civile (recherche et dégagement de personnes ou d'animaux, dégagement de la voie publique après accident ou tempête, secours et assistance en cas d'inondation, intervention en cas de pollution chimique, nucléaire ou par hydrocarbure, neutralisation ou destruction de nids ou d'essaims d'insectes, etc.), de la mise en place de dispositifs préventifs en cas de manifestations publiques, de missions internationales de secours...

Le métier de sapeur-pompier est ouvert aux hommes et aux femmes.

### **La description de fonction**

La principale mission qui constitue la grande majorité des interventions des sapeurs-pompiers/sapeuses-pompières actifs/actives au SIAMU est le transport urgent de malades ou de blessés (plus de 80 %). De manière plus marginale, les sapeurs-pompiers/sapeuses-pompières effectuent une vingtaine de missions telles que le dégagement de personnes coincées dans un véhicule ou par exemple dans un ascenseur, la vidange des caves inondées, la neutralisation d'hydrocarbures ou encore la destruction de nids de guêpes. Ils/elles participent aussi aux différentes opérations telles que la lutte contre l'incendie, les secours en cas d'explosion, les désincarcérations, les menaces d'effondrement, les interventions lors de fuite de gaz ou de produits chimiques, les conséquences d'inondation, des catastrophes naturelles ou technologiques et de dégagement de vapeur...

Le SIAMU compte aussi six équipes d'interventions spécialisées dirigées par des officiers/officières : l'équipe des plongeurs, l'équipe d'interventions HAZMAT spécialisée dans la gestion des accidents comprenant des produits dangereux ainsi que les incidents NRBC, l'équipe RISC (Rescue in Safe Conditions), qui correspond aux techniques de sauvetage en moyenne montagne transposées aux immeubles de haute dimension), l'équipe CET (Casual Extraction Team) spécialisée dans l'extraction de victimes dans un contexte d'attaque terroriste et enfin l'équipe ART (Animal Rescue Team) chargée des missions de sauvetage d'animaux en danger. En cours de carrière, l'agent peut rejoindre une équipe fédérale spécialisée internationale (notamment l'équipe cynotechnique Rescue Dog) dans le cadre de recherche de personnes disparues sous les décombres ou à terrain découvert (quête croisée).

Au sein du service également, un agent peut se former pour devenir chauffeur(e)-pompe ou échelier(e). Selon leurs qualifications, les sapeurs-pompiers/sapeuses-pompières peuvent en outre être répartis dans les services techniques de l'une des casernes du SIAMU (mécanique, menuiserie, électricité, plomberie, maçonnerie, entretien des appareils respiratoires) afin d'assurer l'entretien des bâtiments ou des véhicules

du service. D'autres sapeurs-pompiers/sapeuses-pompières sont affecté(e)s au Centre d'urgence 112, cœur stratégique qui recueille tous les appels au secours de la Région de Bruxelles-Capitale et de quelques communes avoisinantes pour ensuite les diffuser auprès des équipes de pompiers.

La formation est entretenue par un recyclage permanent. La condition physique joue un rôle important et chaque sapeur-pompier/sapeuse-pompière doit continuer à s'entraîner. À cet égard, plusieurs équipes sportives dans différentes disciplines participent à des rencontres nationales et internationales.

## **Les conditions de travail**

La recrue admise au stage au SIAMU suit d'abord pendant minimum 6 mois une formation consacrée à l'aide médicale urgente et à la lutte contre l'incendie à raison d'environ 8 heures par jour. Elle doit également connaître les procédures d'interventions propres au SIAMU (formation interne) et ensuite réussir les examens utiles pour obtenir les brevets de sapeurs-pompiers/sapeuses-pompières (B01) et d'aide médicale urgente (badge AMU). Le stage préalable à la nomination dure un an après l'obtention du brevet B01 et pour autant que le rapport final de stage soit favorable et que la recrue dispose du permis de conduire de type C, la recrue est nommée à titre définitif.

L'horaire opérationnel implique une garde de 24 heures suivie de 72 heures de repos. Les services opérationnels travaillent en service continu, donc aussi le samedi, le dimanche et les jours fériés.

Le/la sapeur-pompier/sapeuse-pompière bénéficie d'une carrière hiérarchique et pécuniaire qui dépend de l'ancienneté, des évaluations, des compétences et des brevets obtenus au cours de sa carrière. Des promotions sont prévues d'abord dans le cadre subalterne (sapeur-pompier/sapeuse-pompière qualifié(e), caporal(e)) et ensuite dans le cadre intermédiaire (sergent(e), sergent(e)-major(e) et adjudant(e)) et enfin dans le cadre supérieur (lieutenant(e), capitaine, major(e), colonel(le)).

**Vu pour être annexé à l'arrêté ministériel du 16/11/2020 fixant le contenu et les modalités du concours de recrutement de sapeurs-pompiers francophones et néerlandophones, masculins ou féminins, pour le Service d'Incendie et d'Aide médicale urgente de la Région de Bruxelles-Capitale.**

**Bruxelles,**

**Le ministre du Gouvernement de la Région de Bruxelles-Capitale chargé de la Lutte contre l'Incendie et l'Aide médicale urgente,**

**Sven GATZ**

**Le ministre du Gouvernement de la Région de Bruxelles-Capitale, chargé des Finances, du Budget, de la Fonction publique, de la Promotion du Multilinguisme et de l'Image de Bruxelles,**



## **ANNEXE B à l'arrêté ministériel du 16/11/2020 fixant le contenu et les modalités du concours de recrutement de sapeurs-pompiers francophones et néerlandophones, masculins ou féminins, pour le Service d'Incendie et d'Aide médicale urgente de la Région de Bruxelles-Capitale**

### **Évaluation préalable de la santé**

**Extrait du code du bien-être au travail livre I titre 4 chapitre IV, section 1<sup>ère</sup>, art. I. 4 - 27**

**Art. I.4-27.** L'évaluation préalable de la santé doit inclure au moins les prestations suivantes :

- 1°** l'établissement et l'enregistrement de l'anamnèse professionnelle et des antécédents médicaux du travailleur/travailleuse
- 2°** un examen clinique de l'état général, et des examens biométriques si le conseiller en prévention-médecin du travail l'estime nécessaire
- 3°** la recherche des anomalies et des contre-indications au poste de travail à occuper ou à l'activité à réaliser effectivement.

### **Conditions médicales**

**Article 1er.** Des conditions médicales d'aptitude sont imposées pour les recrutements dans le grade de sapeur-pompier/sapeuse-pomprière.

**Art. 2.** Nul ne pourra entrer en stage s'il/elle ne remplit pas les conditions médicales d'aptitude.

**Art. 3.** Pour les grades visés à l'article 1<sup>er</sup>, l'évaluation médicale comprend également, outre le respect du code du bien-être au travail livre I titre 4 chapitre IV, section 1<sup>ère</sup>, art. I. 4 - 27 :

- 1.** Avoir une acuité auditive à chaque oreille, sans port de prothèse, suffisante pour permettre d'entendre la voix normale de la conversation à une distance de 2,50 m ;
- 2.** Ne pas présenter de lésions à la colonne vertébrale jugées incompatibles avec la fonction ;
- 3.** L'examen du risque cardiovasculaire et de la charge cardiorespiratoire : satisfaire à un test à l'effort. L'examen relatif à la charge cardiorespiratoire doit être réalisé dans un centre reconnu par le Service d'Incendie et d'Aide médicale urgente de la Région de Bruxelles-Capitale. Seront considéré(e)s aptes les candidat(e)s dont la consommation d'oxygène (VO<sub>2</sub>max) estimée est égale ou supérieure à 45 ml/kg/min. Le test ne peut être réalisé qu'une seule fois et est éliminatoire ;
- 4.** Ne présenter aucune pathologie susceptible de limiter la résistance à la fumée ou susceptible d'en majorer les effets lors d'une exposition accidentelle, données anamnestiques à l'appui ;
- 5.** Satisfaire aux normes médicales relatives à l'obtention du permis de conduire un véhicule à moteur telles que stipulées dans l'arrêté royal du 23 mars 1998 relatif au permis de conduire ou être porteur du certificat de sélection médicale délivré par l'Office national médico-social.

**Art. 4.** Il est procédé à une analyse sanguine et urinaire portant sur les éléments suivants :

- *Analyse sanguine*
  - Hémato, Plaquettes,
  - Tests hépatiques,
  - Cholestérol total, LDL, HDL, triglycérides
  - Statut immunitaire (Hépatite A et B)
- *Analyse de l'urine*
  - Albuminurie
  - Glycosurie

**Art. 5.** Il est effectué une radiographie du thorax du/de la candidat(e) et ce, dans la mesure où elle est justifiée préalablement, selon les principes définis par l'article 51 de l'arrêté royal du 20 juillet 2001 portant règlement général de la protection de la population, des travailleurs et de l'environnement contre le danger des rayonnements ionisants.

**Art. 6.** Le Service d'Incendie et d'Aide médicale urgente de la Région de Bruxelles-Capitale pourra exiger des examens médicaux supplémentaires si les résultats de l'évaluation médicale préalable prévue ci-dessus ne permettent pas de se prononcer de manière certaine sur les conditions médicales d'aptitude du/de la candidat(e). Ces examens médicaux supplémentaires ne peuvent être requis que dans la stricte nécessité de l'évaluation de l'aptitude médicale du/de la candidat(e) et doivent être annoncés au/à la candidat(e) avant d'y procéder.

**Vu pour être annexé à l'arrêté ministériel du 16/11/2020 fixant le contenu et les modalités du concours de recrutement de sapeurs-pompiers francophones et néerlandophones, masculins ou féminins, pour le Service d'Incendie et d'Aide médicale urgente de la Région de Bruxelles-Capitale.**

**Bruxelles,**

**Le ministre du Gouvernement de la Région de Bruxelles-Capitale chargé de la Lutte contre l'Incendie et l'Aide médicale urgente,**

**Sven GATZ**

**Le ministre du Gouvernement de la Région de Bruxelles-Capitale, chargé des Finances, du Budget, de la Fonction publique, de la Promotion du Multilinguisme et de l'Image de Bruxelles,**

**ANNEXE C à l'arrêté ministériel du 16/11/2020 fixant le contenu et les modalités du concours de recrutement de sapeurs-pompiers francophones et néerlandophones, masculins ou féminins, pour le Service d'Incendie et d'Aide médicale urgente de la Région de Bruxelles-Capitale**

---

**Description des épreuves physiques pour la fonction de sapeur-pompier/sapeuse-pomprière.**



**Service d'Incendie et d'Aide Médicale Urgente de la Région de Bruxelles Capitale**

**SIAMU**

Le/La **candidat(e) sapeur-pompier/sapeuse-pompière (CSP)** devra présenter **et** être en possession du modèle papier du certificat médical d'aptitude fourni par le SIAMU et délivré par un médecin de son choix (voir annexe D).

## PRINCIPES GÉNÉRAUX

Les épreuves d'aptitude physique sont au nombre de quatre, réparties sur deux ou trois jours distincts. **Jour 1** : Course à pied (piste), **Jour 2** : Épreuve de natation (piscine), **Jour 3** : Parcours d'agilité (salle) et épreuve de résistance au stress en milieu confiné.

La position du/de la CSP dans le classement pour les épreuves physiques est obtenue par la somme des points obtenus à l'épreuve de **course à pied** (20 points), au **parcours d'agilité** (20 points) et à **l'épreuve de natation** (10 points). L'épreuve de résistance au stress en milieu confiné n'est pas cotée.

Les candidat(e)s qui n'obtiennent pas au moins 50 % des points à l'issue d'une séance sont éliminé(e)s du concours et ne peuvent pas se présenter à la séance suivante. Les candidat(e)s doivent obtenir au moins 60 % des points sur l'ensemble des trois épreuves physiques cotées et doivent réussir l'épreuve de résistance au stress en milieu confiné pour satisfaire aux épreuves physiques.

Attention, chaque épreuve a un temps maximal. Tout dépassement par le/la CSP de ce délai entraînera automatiquement son exclusion de la sélection.

Pour les épreuves chronométrées manuellement, les dixièmes et les centièmes de seconde ne sont pas pris en compte dans le temps réalisé par le/la CSP, la performance est arrondie à la seconde inférieure.

## PREMIÈRE ÉPREUVE

### Course à pied

(1609 m)

Le test consiste à parcourir le plus rapidement la distance de un mile sur une piste d'athlétisme.

Les CSP se placent sous les ordres de l'examineur en arrière de la ligne de départ.

Au commandement « prêt », les CSP prendront leur position de départ et resteront immobiles jusqu'au moment où l'examineur donne le signal de départ, soit « GO ».

Les examinateurs enregistrent le temps réalisé par chaque CSP à leur passage de la ligne d'arrivée, s'ils/elles ont réalisé l'intégralité de la distance.

Le temps maximal pour réaliser cette course de 1 mile est de 6'45'' pour les hommes et 7'45'' pour les femmes.

#### Relation entre le temps effectué et les points attribués pour le test :

	Hommes	Femmes
20	< 5 : 25	< 6 : 25
19,5	< 5 : 29	< 6 : 29
19	< 5 : 33	< 6 : 33
18,5	< 5 : 37	< 6 : 37
18	< 5 : 41	< 6 : 41
17,5	< 5 : 45	< 6 : 45
17	< 5 : 49	< 6 : 49
16,5	< 5 : 53	< 6 : 53
16	< 5 : 57	< 6 : 57
15,5	< 6 : 01	< 7 : 01
15	< 6 : 05	< 7 : 05
14,5	< 6 : 09	< 7 : 09

<b>14</b>	<b>&lt; 6 : 13</b>	<b>&lt; 7 : 13</b>
<b>13,5</b>	<b>&lt; 6 : 17</b>	<b>&lt; 7 : 17</b>
<b>13</b>	<b>&lt; 6 : 21</b>	<b>&lt; 7 : 21</b>
<b>12,5</b>	<b>&lt; 6 : 25</b>	<b>&lt; 7 : 25</b>
<b>12</b>	<b>&lt; 6 : 29</b>	<b>&lt; 7 : 29</b>
<b>11,5</b>	<b>&lt; 6 : 33</b>	<b>&lt; 7 : 33</b>
<b>11</b>	<b>&lt; 6 : 37</b>	<b>&lt; 7 : 37</b>
<b>10,5</b>	<b>&lt; 6 : 41</b>	<b>&lt; 7 : 41</b>
<b>10</b>	<b>&lt; ou = 6 : 45</b>	<b>&lt; ou = 7 : 45</b>
<b>Échec</b>	<b>&gt; 6 : 46</b>	<b>&gt; 7 : 46</b>

## DEUXIÈME ÉPREUVE

### Épreuve de natation (100 m)

**L'épreuve consiste à nager une distance de 100 m sans arrêt dans un style uniforme, soit en brasse, soit en crawl, soit en papillon.**

Le/La CSP se place sur le plot de départ. Le départ se fait sur instruction de l'examineur et le chronomètre est enclenché au moment de l'ordre de départ.

Le départ s'effectue par un plongeon et la distance doit être réalisée entièrement sans déposer les pieds au sol.

Les virages sont effectués, soit en saisissant le bord ou en touchant le mur, le temps de se retourner et de se relancer, soit en effectuant un virage par culbute.

Le chronomètre est arrêté lorsque le/la CSP touche le bord du bassin avec la main après avoir accompli la distance de 100 mètres.

**Le temps maximal pour réaliser l'épreuve de natation est de 1'45'' pour les hommes et 1'55'' pour les femmes.**

**Relation entre le temps effectué et les points attribués pour l'épreuve de 100 m nage libre**



	Hommes	Femmes
10	< 01 : 15	< ou = 01 : 25
9,5	< 01 : 18	< 01 : 28
9	< 01 : 21	< 01 : 31
8,5	< 01 : 24	< 01 : 34
8	< 01 : 27	< 01 : 37
7,5	< 01 : 30	< 01 : 40
7	< 01 : 33	< 01 : 43
6,5	< 01 : 36	< 01 : 46
6	< 01 : 39	< 01 : 49
5,5	< 01 : 42	< 01 : 52
5	< ou = 01 : 45	< ou = 01 : 55
Echec	> 01 : 46	> 01 : 56

## TROISIÈME ÉPREUVE PARCOURS D'AGILITÉ MOTRICE

**Le parcours comprend 15 ateliers.**

Le parcours doit s'effectuer dans l'ordre prévu des ateliers et chaque atelier doit être tenté ! Un atelier oublié est signalé immédiatement par l'examineur pour être effectué.

Tout atelier doit être réalisé conformément aux consignes ci-dessous, en cas de réalisation incomplète, incorrecte ou d'échec dans un atelier, il est attribué une pénalité forfaitaire de temps, s'ajoutant au temps total réalisé.

**Chaque atelier doit être réalisé correctement à sa première et unique tentative.**

**Tout atelier non tenté ou tout abandon en cours de d'épreuve entraîne l'échec et de facto l'exclusion de la sélection.**

Sur le parcours, **3 ateliers** (12, 14 et 15) permettent de gagner un **bonus temps**.

Les dixièmes de seconde ne sont pas pris en compte dans le temps réalisé par le/la candidat(e), la performance sera arrondie à la seconde inférieure.

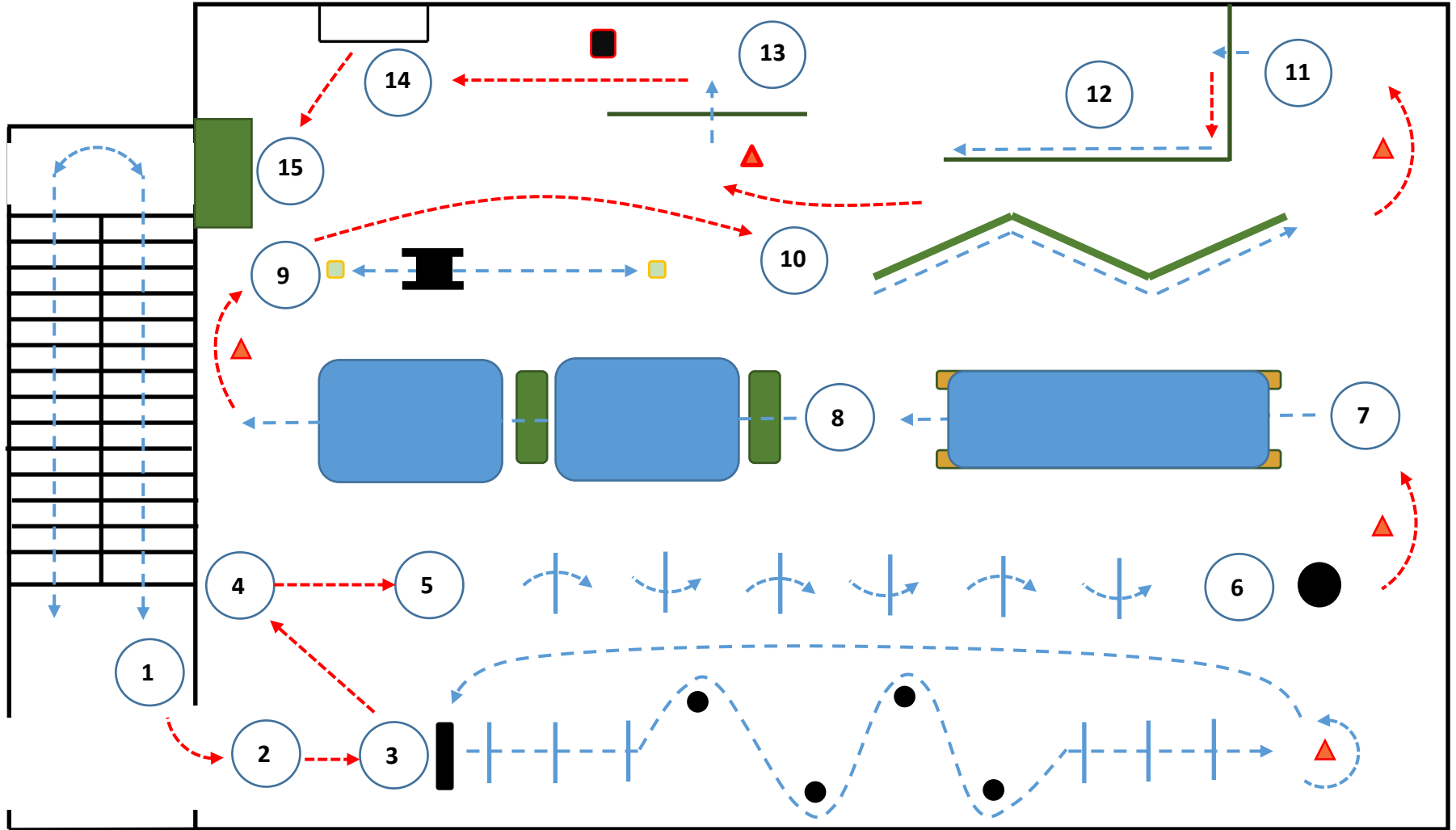
**Le temps maximal pour réaliser ce parcours d'agilité est de 7'00'' pour les hommes et 10'30'' pour les femmes.**

**Attention, il est de la responsabilité de chaque candidat(e) de venir à l'épreuve de sélection en possédant une maîtrise suffisante de la chronologie et du contenu des ateliers !**



---> Epreuve  
- - -> Liaison

1. Escalier
2. Fl / ext. bras
3. Déplacement + charge
4. Corniche
5. Up / Down.
6. Elévation Charge
7. Déplac. milieu restreint
8. Franchissement obstacle
9. Tirage traineau.
10. Equilibre
11. Fenêtre
12. Déplac. Lat. + tractions
13. Franchissement mur
14. Elévation pieds
15. Planche





## DÉPART

Le/La CSP est placé(e) derrière la ligne de départ. Le départ se fait sur instruction de l'examineur et le chronomètre est enclenché à cet instant.

### **1 Montée/Descente escalier :** Kettlebells (KB) : 2 x 8 kg.



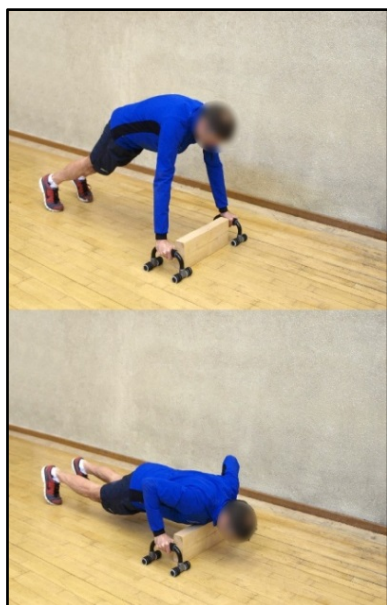
Cet atelier s'effectue dans la cage d'escalier. Le/La CSP saisit un KB par la poignée dans chaque main et gravit 4 étages, composé chacun de deux volées de 10 marches.

Arrivé(e) au sommet des escaliers, le/la CSP dépose ces deux KB dans les marques tracées au sol. Pour la descente, le/la CSP prend les deux KB, situé dans les marques à côté de ceux qu'il vient de déposer, et d'une couleur différente de ceux de la montée.

Donc si le/la CSP monte avec les KB rouges celui-ci doit obligatoirement descendre avec les KB bleus ou inversement ! Cet atelier est terminé et validé par le moniteur au moment où le/la CSP est de retour sur le palier de départ et dépose ces deux KB dans les marques au sol d'origine.

*En cas de non-respect des modalités ci-dessus, une pénalité forfaitaire de 3 minutes est attribuée au/à la candidat(e).*

### **2 Flexion/Extension Bras :** (15 répétitions).



Cet atelier est composé de deux poignées de force et d'un bloc de bois d'une hauteur de 14 cm, situées à l'entrée de la salle de sport.

Le/La CSP prend appui sur les poignées de force disposées au sol.

Les flexions doivent être réalisées en position allongée, les bras perpendiculaires au sol, le corps aligné (tête, tronc, jambes), les jambes tendues, les pieds écartés à la largeur des hanches. Le/La CSP descend le corps vers le bloc de bois en fléchissant les coudes jusqu'à toucher le poing de l'examineur posée sur le bloc. Ensuite, il/elle tend de nouveau les bras, complètement, coudes verrouillés.

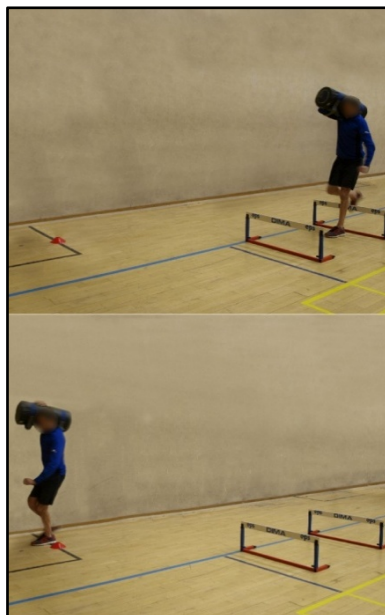
Les mouvements correctement réalisés sont validés à haute voix par l'examineur.

Cet atelier est terminé, lorsque l'examineur valide le dernier mouvement des bras.



*En cas de non-respect des modalités ci-dessus, une pénalité forfaitaire de 1 minute est attribuée au/à la candidat(e).*

### **3 Déplacements avec charge : (Power bag : 20 kg).**



Cet atelier est composé de 2 séries de 3 haies basses (35 cm) espacées de 1,5 m et de 4 piquets.

Cet atelier débute lorsque le/la CSP saisit le sac de charge et le soulève du sol.

Ensuite, il/elle débute sa course vers l'avant (avec le sac) et franchit les 3 premières haies, ensuite il/elle entame une course en slalom en passant à l'extérieur des quatre piquets pour reprendre le franchissement de trois nouvelles haies. Il/elle termine son trajet aller en courant jusqu'au point de ½ tour. Le trajet retour s'effectue sans emprunter les obstacles mais bien en courant le long de ceux-ci.

Cet atelier est terminé et validé par l'examineur, lorsque le sac de charge est déposé dans les marques au sol.

*En cas de non-respect des modalités ci-dessus, une pénalité forfaitaire de 1 minute est attribuée au/à la candidat(e). **Le renversement des haies n'entraîne pas de pénalité.***

### **4 Montée /descente à la corniche :**



Cet atelier est composé d'une corde suspendue à une corniche.

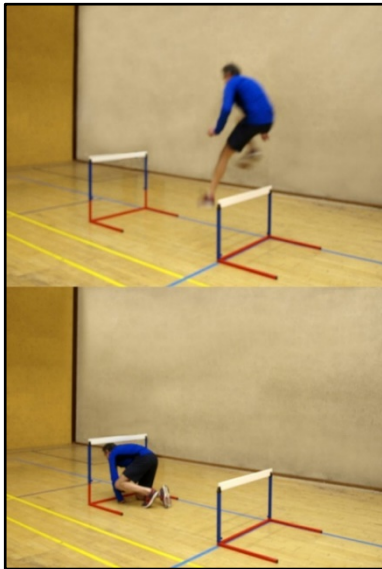
Le/La CSP doit grimper, le plus rapidement, vers la corniche à une hauteur de 4 mètres à l'aide de la corde et du mur. Le/La CSP ne peut entamer la descente que lorsqu'une de ses mains a touché le bord de la corniche. Le/La CSP ne peut lâcher la corde qu'au moment où ses deux pieds touchent le sol !

L'atelier est validé à ce moment !

*En cas de non-respect des modalités ci-dessus, une pénalité forfaitaire de 1 minute est attribuée au/à la candidat(e).*



5 **Up / down** : Hauteur des haies : 70 cm (hautes) et 55 cm (basses).



Cet atelier est composé de 3 haies hautes et 3 haies basses espacées de 2 m.

Le/La CSP doit sauter au-dessus de la première haie, puis se glisser, en-dessous de la deuxième et franchir les haies 3, 4, 5 et 6 selon le même principe (au-dessus – en-dessous).

Cet atelier est terminé et validé lorsque le/la candidat(e) se redresse après la dernière haie.

*En cas de non-respect des modalités ci-dessus, une pénalité forfaitaire de 1 minute est attribuée au/à la candidat(e).*

*Le renversement des haies n'entraîne pas de pénalité.*

6 **Elévation charge** : (Power bag de 25 kg)



Cet atelier est composé d'une charge (Power bag) fixée à une corde qui est suspendue au plafond par l'intermédiaire d'une poulie.

Le/La CSP se place dans la zone de traction matérialisée par des marques au sol et doit y rester tout le long de l'épreuve. Ensuite, il/elle prend la corde en mains et hisse la charge jusqu'au moment où il actionne le klaxon. Pour la descente, le/la CSP ne peut pas ni lâcher la corde, ni la faire glisser entre ses mains. La descente doit être contrôlée jusqu'au moment où la charge touche le sol.

Pour valider cet atelier la charge doit être montée et descendue 2 fois !

*En cas de non-respect des modalités ci-dessus, une pénalité forfaitaire de 1 minute est attribuée au/à la candidat(e).*



## 7 Déplacement en milieu restreint :



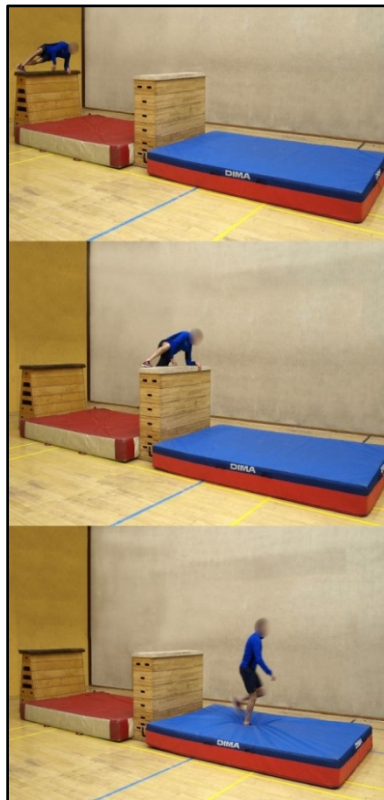
Cet atelier est composé de deux bancs d'une hauteur de 35 cm encadrés de deux tapis de gymnastique.

Le/La CSP s'introduit dans le tunnel formé par les bancs et les tapis. Ensuite, il/elle se déplace par reptation sur toute la longueur du tunnel.

Cet atelier est terminé et validé lorsque le/la CSP sort du tunnel et se redresse.

*En cas de non-respect des modalités ci-dessus, une pénalité forfaitaire de 1 minute est attribuée au/à la candidat(e).*

## 8 Franchissement obstacle :



Cet atelier est composé de deux plinths d'une hauteur de 130 centimètres et deux tapis en mousse de 4 mètres de longueur.

Pour réaliser cet atelier, le/la CSP doit franchir de face mais librement le premier obstacle et courir sur le mousse sur toute sa longueur. Ensuite, il/elle franchit le second obstacle et poursuit son déplacement sur le tapis.

Cet atelier est terminé lorsque le/la CSP sort en fin du second tapis et se dirige vers le cône de changement de direction.

*En cas de non-respect des modalités ci-dessus, une pénalité forfaitaire de 1 minute est attribuée au/à la candidat(e).*



## 9 Tirage Traîneau : (Charge de 60 kg)



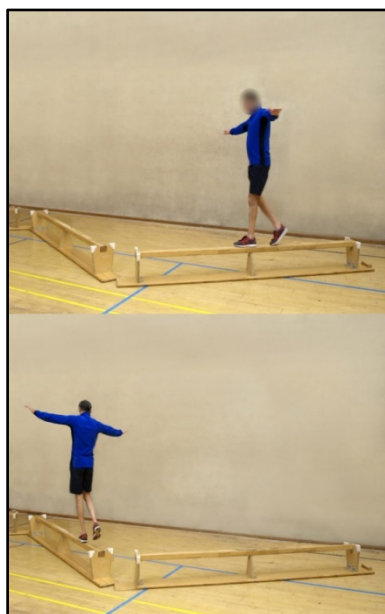
Cette épreuve est composée d'un traîneau lesté, équipé de deux sangles et d'une corde.

Pour réaliser cet atelier, le/la CSP doit prendre une sangle dans chaque main et courir vers une ligne située à 7 mètres plus loin. Le déplacement s'effectue dans le sens de la course avec le traîneau dans le dos. Le/La CSP stoppe son effort de traction lorsque ses deux pieds ont dépassé la ligne. Ensuite, il/elle court vers le point de départ de l'atelier et saisit la corde qui s'est déroulée lors de la traction du traîneau. Les deux pieds parallèles et fixe sur une ligne, il/elle tire sur la corde à l'aide de ses bras et ramène le traîneau à soi. Cet atelier est terminé et validé lorsque le traîneau a retrouvé sa

place d'origine.

*En cas de non-respect des modalités ci-dessus, une pénalité forfaitaire de 1 minute est attribuée au/à la candidat(e).*

## 10 Équilibre :



Cet atelier est composé de trois bancs de 3 mètres de long et d'une hauteur de 35 cm, retournés et placés en Z. La largeur utile est de 7 cm.

Le/La CSP doit se déplacer en équilibre avant sur les trois bancs et franchir les espaces entre ceux-ci.

L'épreuve d'équilibre doit être réalisée dans son ensemble ce qui signifie qu'entre sa montée sur le premier banc et la fin de celle-ci lorsqu'il/elle descend du troisième banc, le/la CSP ne peut plus avoir d'autre contact avec ses pieds que la surface destinée à l'équilibre.

L'atelier est validé lorsque le/la CSP quitte la fin du plan d'équilibre du troisième banc, soit ses deux pieds au-delà du trait rouge.

*En cas de non-respect des modalités ci-dessus, une pénalité forfaitaire de 1 minute est attribuée au/à la candidat(e).*





## 11 Passage dans une fenêtre :



Cet atelier est composé du cadre à espaliers fixé au mur et à un poteau.

Le/La CSP se présente devant l'espalier, indiqué par de la rubalise à son premier échelon. Il/elle gravit les échelons pour atteindre l'espace le plus grand entre deux barreaux (soit entre 230 cm et 270 cm) et s'y introduit et passe de l'autre côté de l'espalier.

L'atelier est terminé et validé lorsque le/la candidat(e) descend tous les échelons pour rejoindre le sol.

*En cas de non-respect des modalités ci-dessus, une pénalité forfaitaire de 1 minute est attribuée au/à la candidat(e).*

## 12 Déplacement latéral en suspension et traction : (épreuve avec bonus temps)



Cet atelier est composé d'une bôme suspension de 430 cm de longueur et fixée à 245 cm de hauteur.

Positionné(e) en-dessous de la bôme, le/la CSP effectue un saut vertical pour l'attraper. Ses deux mains doivent être en pronation entre l'attache de fixation et le trait rouge situé à 50 cm. Il/elle commence alors à se déplacer latéralement vers le milieu de la bôme. En son centre, le/la CSP s'arrête avec une main de part et d'autre du trait rouge et effectue 3 tractions (soit amener son menton au-dessus de la bôme par flexion des bras et redescendre à la position bras tendus par extension de ceux-ci, en gardant tout le corps rigide dans le plan vertical). Ensuite, le/la CSP continue sa progression latérale jusqu'au moment où ses deux mains sont au-delà du trait rouge situé à 50 cm de l'extrémité de la bôme. À ce moment, le/la CSP peut en descendre.

L'atelier est terminé et validé lorsque le/la candidat(e) lâche la bôme et touche le sol.



*En cas de non-respect des modalités ci-dessus, une pénalité forfaitaire de 1 minute est attribuée au/à la candidat(e).*

**Le/la CSP réalisant 5 tractions (soit 3+2) et qui termine l'épreuve empoche un bonus temps de 30". Ce temps gagné sera soustrait de son temps final.**

### 13 Franchissement :

Cet atelier est composé d'un mur en bois d'une hauteur de 180 cm et 18 cm d'épaisseur.



Après avoir contourné le cône, le/la CSP prend une prise d'élan vers le milieu du mur et doit s'élever au-dessus (sans aucun contact, ni aide de la structure de stabilisation) et passer de l'autre côté. Si le/la CSP est en échec devant l'obstacle, il/elle a la possibilité de contourner l'obstacle et venir chercher un tabouret d'une hauteur de 45 cm pour franchir le mur.

Attention, après le franchissement, le candidat doit venir rechercher le tabouret et le remettre à sa place en contournant toujours l'obstacle.

L'atelier est réussi et validé par l'examineur lorsque le/la CSP est avec ses deux pieds au sol de l'autre côté de l'obstacle et a remis à sa place le tabouret éventuellement utilisé.

*En cas de non-respect des modalités ci-dessus, une pénalité forfaitaire de 1 minute est attribuée au/à la candidat(e).*

### 14 Élévation Pieds (barre fixe) : (épreuve avec bonus temps)



L'atelier est composé d'une barre fixe située à une hauteur de 235 cm.

Par un saut vertical, le/la CSP se suspend et/ou lève les pieds du sol, avec les mains en pronation. A ce moment, il/elle doit amener ses deux pieds simultanément au-dessus de la barre et revenir à la position suspension avant de recommencer deux autres exécutions.

L'atelier est réussi lorsque le/la candidat(e) lâche la barre et dépose ses pieds au sol.



*En cas de non-respect des modalités ci-dessus, une pénalité forfaitaire de 1 minute est attribuée au/à la candidat(e).*

**Le/La CSP réalisant 5 élévations des pieds au-dessus de la barre (soit 3 + 2) empoche un bonus temps de 30''. Ce temps gagné sera soustrait de son temps final.**

### **15 Planche : (épreuve avec bonus temps)**

**Ce dernier atelier est composé d'une planche horizontale située à 240 cm de hauteur.**



**Par un saut vertical à l'aplomb de la planche, le/la CSP saisit à deux mains le bord frontal de la planche et se hisse en partie au-dessus de la planche. Il/elle doit déposer ses deux coudes sur la planche. À ce moment, le chronomètre est arrêté et l'atelier est validé.**

**Pour le/la CSP n'arrivant pas à hisser ses coudes sur la planche, le chrono est arrêté lorsqu'il/elle pose à nouveau ses pieds au sol et reçoit la pénalité forfaitaire.**

*En cas de non-respect des modalités ci-dessus, une pénalité forfaitaire de 1 minute est attribuée au/à la candidat(e).*

**Le/La CSP se hissant totalement (c'est-à-dire sans autre appui que le bord frontal et supérieur) au-dessus de la planche et se retrouvant en position debout empoche un bonus temps de 30''. Ce temps gagné sera soustrait de son temps final.**



## Relation entre le temps effectué et les points attribués pour le parcours d'agilité

	<b>Hommes</b>	<b>Femmes</b>
20	< 02 : 50	< 06 : 20
19,8	< 02 : 55	< 06 : 25
19,6	< 03 : 00	< 06 : 30
19,4	< 03 : 05	< 06 : 35
19,2	< 03 : 10	< 06 : 40
19	< 03 : 15	< 06 : 45
18,8	< 03 : 20	< 06 : 50
18,6	< 03 : 25	< 06 : 55
18,4	< 03 : 30	< 07 : 00
18,2	< 03 : 35	< 07 : 05
18	< 03 : 40	< 07 : 10
17,8	< 03 : 45	< 07 : 15
17,6	< 03 : 50	< 07 : 20
17,4	< 03 : 55	< 07 : 25
17,2	< 04 : 00	< 07 : 30
17	< 04 : 05	< 07 : 35
16,8	< 04 : 10	< 07 : 40
16,6	< 04 : 15	< 07 : 45
16,4	< 04 : 20	< 07 : 50
16,2	< 04 : 25	< 07 : 55
16	< 04 : 30	< 08 : 00
15,8	< 04 : 35	< 08 : 05
15,6	< 04 : 40	< 08 : 10
15,4	< 04 : 45	< 08 : 15
15,2	< 04 : 50	< 08 : 20
15	< 04 : 55	< 08 : 25



14,8	< 05 : 00	< 08 : 30
14,6	< 05 : 05	< 08 : 35
14,4	< 05 : 10	< 08 : 40
14,2	< 05 : 15	< 08 : 45
14	< 05 : 20	< 08 : 50
13,8	< 05 : 25	< 08 : 55
13,6	< 05 : 30	< 09 : 00
13,4	< 05 : 35	< 09 : 05
13,2	< 05 : 40	< 09 : 10
13	< 05 : 45	< 09 : 15
12,8	< 05 : 50	< 09 : 20
12,6	< 05 : 55	< 09 : 25
12,4	< 06 : 00	< 09 : 30
12,2	< 06 : 05	< 09 : 35
12	< 06 : 10	< 09 : 40
11,8	< 06 : 15	< 09 : 45
11,6	< 06 : 20	< 09 : 50
11,4	< 06 : 25	< 09 : 55
11,2	< 06 : 30	< 10 : 00
11	< 06 : 35	< 10 : 05
10,8	< 06 : 40	< 10 : 10
10,6	< 06 : 45	< 10 : 15
10,4	< 06 : 50	< 10 : 20
10,2	< 06 : 55	< 10 : 25
10	< ou = 07 : 00	< ou = 10 : 30
Échec	> 07 : 01	> 10 : 31



## QUATRIÈME ÉPREUVE

### Épreuve de résistance au stress en milieu confiné

#### **Aptitudes spécifiques :**

Épreuve de résistance au stress en milieu confiné

#### **A. Paramètre testé :**

Évaluation de la capacité à maîtriser la crainte des espaces confinés.

#### **B. Protocole du test :**

Le/la candidat(e) doit réaliser une progression, dans le noir complet, au travers d'un tunnel d'une longueur de +/-10 m présentant quelques difficultés de passage.

Il/elle a droit à un seul essai.

#### **C. Résultat :**

Le/la candidat(e) doit s'extraire entièrement du tunnel en un temps maximum de 3 minutes.

Ce test est éliminatoire mais n'est pas coté et n'intervient pas dans le classement du/de la candidat(e).

**Vu pour être annexé à l'arrêté ministériel du 16/11/2020 fixant le contenu et les modalités du concours de recrutement de sapeurs-pompiers francophones et néerlandophones, masculins ou féminins, pour le Service d'Incendie et d'Aide médicale urgente de la Région de Bruxelles-Capitale.**

**Bruxelles,**

**Le ministre du Gouvernement de la Région de Bruxelles-Capitale chargé de la Lutte contre l'Incendie et l'Aide médicale urgente,**

**Sven GATZ**

**Le ministre du Gouvernement de la Région de Bruxelles-Capitale, chargé des Finances, du Budget, de la Fonction publique, de la Promotion du Multilinguisme et de l'Image de Bruxelles,**



**ANNEXE D à l'arrêté ministériel du 16/11/2020 fixant le contenu et les modalités du concours de recrutement de sapeurs-pompiers francophones et néerlandophones, masculins ou féminins, pour le Service d'Incendie et d'Aide médicale urgente de la Région de Bruxelles-Capitale**

**CERTIFICAT MÉDICAL À REMETTRE OBLIGATOIREMENT LORS DES ÉPREUVES PHYSIQUES DE SÉLECTION DE SAPEUR-POMPIER/SAPEUSE-POMPIÈRE POUR LE SERVICE D'INCENDIE ET D'AIDE MÉDICALE URGENTE DE LA RÉGION DE BRUXELLES-CAPITALE**

Je soussigné(e) ..... docteur en médecine,

certifie que Monsieur / Madame .....

est apte à exécuter les exercices physiques exigeants (course à pied, parcours d'agilité, épreuve de claustrophobie et natation 100m), qui sont détaillés dans l'annexe C.

Fait à ..... le / /2020,

*Signature*

Cachet ou références

*NB. Pour rappel cette attestation doit être établie au plus tôt un mois avant le début des épreuves physiques*

**Vu pour être annexé à l'arrêté ministériel du 16/11/2020 fixant le contenu et les modalités du concours de recrutement de sapeurs-pompiers francophones et néerlandophones, masculins ou féminins, pour le Service d'Incendie et d'Aide médicale urgente de la Région de Bruxelles-Capitale.**

**Bruxelles,**



**Le ministre du Gouvernement de la Région de Bruxelles-Capitale chargé de la Lutte contre l'Incendie et l'Aide médicale urgente,**

**Sven GATZ**

**Le ministre du Gouvernement de la Région de Bruxelles-Capitale, chargé des Finances, du Budget, de la Fonction publique, de la Promotion du Multilinguisme et de l'Image de Bruxelles,**