



DOSSIER DE RECRUTEMENT

Sapeur-Pompier Volontaire



ETAPE 1

DOCUMENTS A FOURNIR A L'INSCRIPTION

- Lettre de motivation
- Curriculum Vitae **comportant** une adresse E-mail et/ou un numéro de téléphone valide
- Copie d'une pièce d'identité

ETAPE 2

LE JOUR DES EPREUVES PHYSIQUES

Merci de venir muni :

- D'un certificat médical d'aptitude au sport (validité de 3 mois)
 - D'une pièce d'identité (passeport ou carte nationale d'identité)
 - D'une tenue de sport adaptée
- Obligatoire pour participer aux épreuves sportives*

ETAPE 3

LE JOUR DE L'ORAL

Merci de venir muni :

- D'une pièce d'identité (passeport ou carte nationale d'identité) et de votre convocation

ETAPE 4

DOCUMENTS A FOURNIR EN CAS DE REUSSITE

(Epreuves sportives/oral)

- 1) Photocopie des diplômes
 - 2) Photocopie de la Carte Nationale d'Identité ou du Passeport
 - 3) Photocopie du permis de conduire (recto/verso)
 - 4) Photocopie de la carte CAFAT
 - 5) Justificatif de domicile (facture EEC, CDE)
- Si vous êtes logé merci de fournir :** une attestation d'hébergement + Pièce d'identité du logeur
- 6) Photocopie du RIB/RIP **obligatoirement à votre nom et en Nouvelle-Calédonie**
 - 7) Attestation sur l'honneur (page 2) dûment remplie
 - 8) Extrait du casier judiciaire B3 (validité de 3 mois)

ATTENTION :

- **Il faut avoir 18 ans le jour des tests physiques**
- **Il est important de vérifier votre vaccination.**
Vous devez être à jour des vaccins suivants : Hépatite B, tuberculose (BCG), la poliomyélite, la diphtérie, le tétanos, la coqueluche (DTPC), la rougeole, les oreillons et la rubéole (ROR)
- **Un test de dépistage aux produits stupéfiants sera réalisé, tout résultat positif entrainera une annulation du recrutement.**
Certaines substances peuvent entrainer un résultat positif même trois mois après la dernière prise.
- **Le candidat s'engage à effectuer au moins 600h de garde par an soit l'équivalent de 2 gardes de 24h ou 4 gardes de 12h par mois minimum..**

ATTESTATION SUR L'HONNEUR

Je soussigné(e).....

Né(e) le à

Demeurant

.....

.....

Déclare sur l'honneur, jouir de mes droits civiques, ne pas avoir fait l'objet d'une peine afflictive ou infamante inscrite à mon casier judiciaire et m'engage à exercer mon activité avec obéissance, discrétion et responsabilité dans le respect des dispositions législatives et réglementaires en vigueur.

Fait à Nouméa le

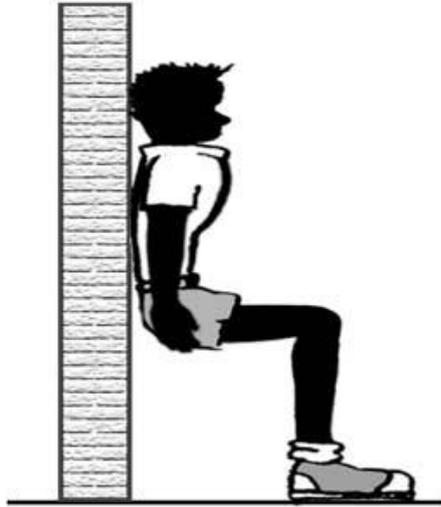
Pour servir et valoir ce que de droit.

Signature

DESCRIPTION DES EPREUVES PHYSIQUES

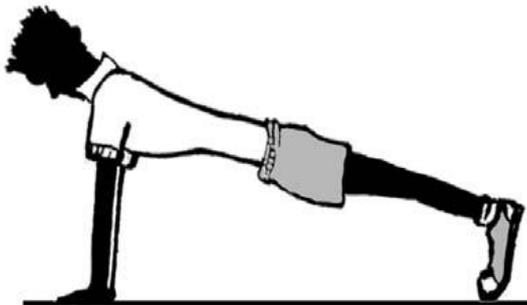
1- LE TEST DE KILLY (Endurance musculaire des membres inférieurs)

Objectif : Cet exercice a pour but d'évaluer l'endurance musculaire des membres inférieurs : *Tenir la position pendant 2 minutes minimum.*



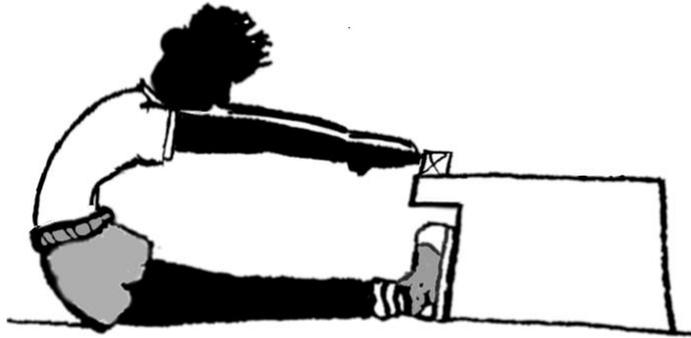
2- LE TEST DES POMPES (Endurance musculaire des membres supérieurs)

Objectif : Cet exercice a pour but d'évaluer l'endurance musculaire des membres supérieurs : *Effectuer 20 pompes.*



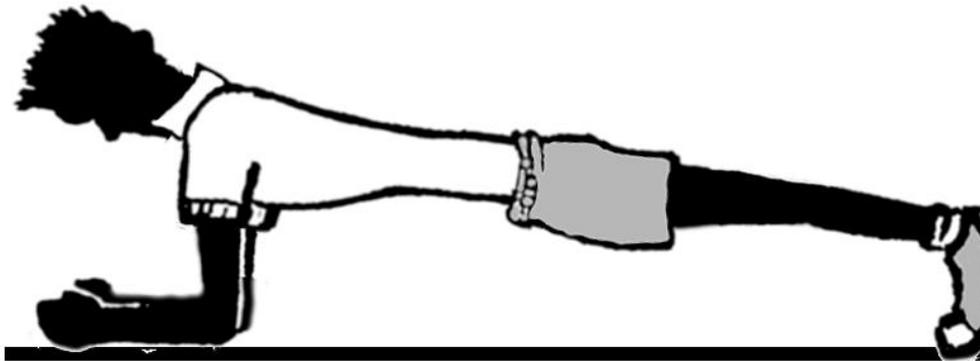
3- LE TEST DE SOUPLESSE

Objectif : Cet exercice a pour but d'évaluer la souplesse du candidat : *Pousser la règle jusqu'à 26 cm minimum.*



4- LE TEST DE GAINAGE

Objectif : Cet exercice a pour but de mesurer l'endurance des muscles du bas du dos et de la ceinture pelvienne très souvent sollicités dans les interventions : *Tenir la position pendant 2 minutes minimum.*

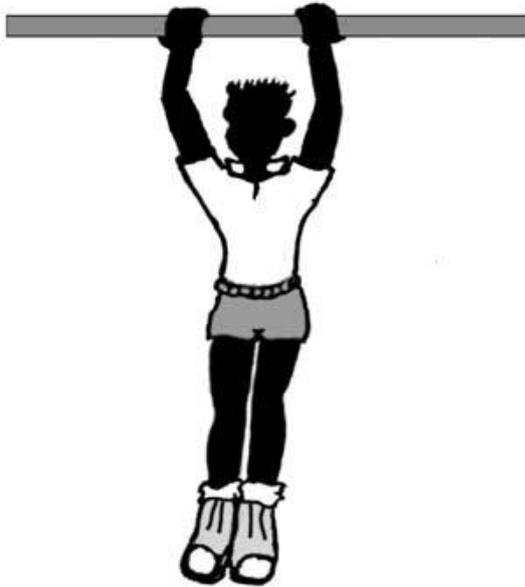


5- TRACTIONS

Objectif : Cet exercice a pour but d'évaluer l'endurance musculaire des membres supérieurs.

Pour les hommes : réaliser un minimum de 10 tractions

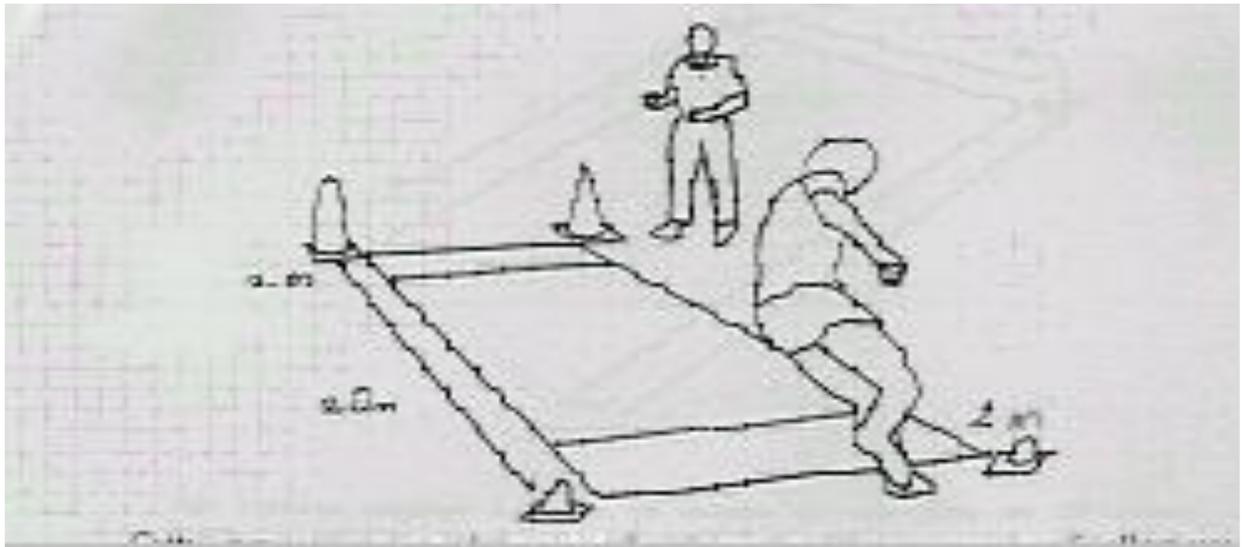
Pour les femmes : au choix, réaliser 5 tractions minimum ou maintenir le menton au-dessus de la barre pendant 30 secondes minimum.



Prise : supination ou pronation

6- LE TEST LUC LEGER

Objectif : Cet exercice a pour but d'évaluer les capacités cardio-vasculaires en déterminant la Vitesse Aérobie Maximale (V.A.M).



Pour les hommes : effectuer palier 9 minimum

Pour les femmes et les hommes de plus de 40ans : effectuer palier 7 minimum