

Sélection externe et interne

Devenez

Surveillant
pénitentiaire

en

60
JOURS

DUNOD

Le pictogramme qui figure ci-contre mérite une explication. Son objet est d'alerter le lecteur sur la menace que représente pour l'avenir de l'écrit, particulièrement dans le domaine de l'édition technique et universitaire, le développement massif du photocopillage.

Le Code de la propriété intellectuelle du 1^{er} juillet 1992 interdit en effet expressément la photocopie à usage collectif sans autorisation des ayants droit. Or, cette pratique s'est généralisée dans les établissements

d'enseignement supérieur, provoquant une baisse brutale des achats de livres et de revues, au point que la possibilité même pour

les auteurs de créer des œuvres nouvelles et de les faire éditer correctement est aujourd'hui menacée.

Nous rappelons donc que toute reproduction, partielle ou totale, de la présente publication est interdite sans autorisation de l'auteur, de son éditeur ou du

Centre français d'exploitation du droit de copie (CFC, 20, rue des Grands-Augustins, 75006 Paris).



© Dunod, 2020

11 rue Paul Bert, 92240 Malakoff

www.dunod.com

ISBN 978-2-10-080539-6

Le Code de la propriété intellectuelle n'autorisant, aux termes de l'article L. 122-5, 2° et 3° a), d'une part, que les « copies ou reproductions strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation collective » et, d'autre part, que les analyses et les courtes citations dans un but d'exemple et d'illustration, « toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayants cause est illicite » (art. L. 122-4).

Cette représentation ou reproduction, par quelque procédé que ce soit, constituerait donc une contrefaçon sanctionnée par les articles L. 335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

Marie-Hélène Abrond

Diplômée de l'EFAP, l'École des nouveaux métiers de la communication, elle est journaliste professionnelle. Elle a exercé comme chef de rubrique au sein du groupe Bayard pendant une quinzaine d'années avant de travailler au sein de l'équipe de *Zone Interdite* sur M6 et *Questions pour un champion* sur France 3. Passionnée par la communication digitale, elle a également conçu et créé son site d'actualité culturelle, CulturActu.com qui évoque l'actualité cinéma, théâtre, littérature, musique, télévision et propose des interviews de personnalités.

Samih Hutchison

Entré dans l'administration pénitentiaire en mai 2007, il a commencé sa carrière en établissement pénitentiaire pour mineurs où il a occupé des postes à responsabilité (greffe, service des agents). Il est aujourd'hui formateur des personnels à l'École nationale de l'administration pénitentiaire à Agen, au département probation et criminologie, plus particulièrement impliqué sur des thématiques telles que la lutte contre la radicalisation violente, la gestion et la prévention de l'agressivité ou l'insertion des personnes détenues.

Sylvain Monnier

Formateur sport dans une école préparatoire aux concours des diplômes de sport et aux concours d'entrée Gardien de la Paix et Gendarmerie, il est également coach sportif diplômé d'État. Passionné par le sport, il a à cœur de partager ses connaissances et son expérience.

Frédéric Rosard

Professeur de mathématiques et concepteur de tests psychotechniques, il participe également à un grand nombre de jurys de concours. Il est l'auteur de nombreux ouvrages sur la préparation à divers concours.

Votre préparation en 60 jours !

Jour 1

Sport

Jour 2

Culture générale

Jour 3

Raisonnement logique

Culture générale

Jour 4

Compte-rendu d'incident

Culture générale

Jour 5

Raisonnement logique

Jour 6

Compte-rendu d'incident

Jour 7

Culture générale

Jour 8

Sport

Culture générale

Jour 9

Culture générale

Jour 10

Compte-rendu d'incident

Raisonnement logique

Jour 11

Sport

Compte-rendu d'incident

Jour 12

Culture générale

Jour 13

Culture
générale

Jour 14

Raisonnement
logique

Jour 15

Culture
générale

Jour 16

Compte-rendu
d'incident

Culture
générale

Jour 17

Compte-rendu
d'incident

Sport

Jour 18

Culture
générale

Jour 19

Compte-rendu
d'incident

Jour 20

Culture
générale

Jour 21

Sport

Jour 22

Culture
générale

Jour 23

Raisonnement
logique

Jour 24

Sport

Culture
générale

Jour 25

Culture générale

Jour 26

Tests psychotechniques

Culture générale

Jour 27

Entretien avec le jury

Sport

Jour 28

Tests psychotechniques

Jour 29

Entretien avec le jury

Culture générale

Jour 30

Culture générale

Jour 31

Sport

Entretien avec le jury

Jour 32

Tests psychotechniques

Jour 33

Culture générale

Jour 34

Culture générale

Jour 35

Tests psychotechniques

Entretien avec le jury

Jour 36

Entretien avec le jury

Culture générale

Jour 37

Culture générale

Entretien avec le jury

Jour 38

Entretien avec le jury

Culture générale

Jour 39

Culture générale

Jour 40

Tests psychotechniques

Entretien avec le jury

Jour 41

Sport

Entretien avec le jury

Jour 42

Culture générale

Jour 43

Culture générale

Jour 44

Entretien avec le jury

Culture générale

Jour 45

Culture générale

Jour 46

Entretien avec le jury

Jour 47

Culture générale

Jour 48

Culture générale

Jour 49

Entretien avec
le jury

Jour 50

Culture
générale

Jour 51

Sport

Jour 52

Entretien avec
le jury

Jour 53

Culture
générale

Jour 54

Entretien avec
le jury

Jour 55

Culture
générale

Jour 56

Entretien avec
le jury

Jour 57

Annales :
raisonnement
logique

Jour 58

Annales :
tests
psychotechniques

Jour 59

Annales :
culture générale

Annales :
compte-rendu
d'incident

Jour 60

Annales :
culture générale

Annales :
raisonnement
logique

Annales :
compte-rendu
d'incident

LES ÉPREUVES DU CONCOURS



Épreuves écrites d'admissibilité

Raisonnement logique

Série de questions de raisonnement logique faisant appel aux qualités d'analyse, d'observation, de déduction et de bon sens du candidat

Questions à choix multiple

Série de questions à choix multiple, portant sur les domaines suivants :

- évolution historique de la France et de l'Europe depuis le début du xx^e siècle ;
- institutions et principes de la V^e République ;
- géographie physique, humaine et économique de la France et de l'Europe ;
- actualité récente (relations internationales, vie politique, culture, sport, vie quotidienne, etc.).

Compte-rendu d'incident

Rédaction d'un compte-rendu d'incident (cas pratique).

Toutes les épreuves se déroulent sur une seule et même session de 3 heures, avec un coefficient global de 3.



Épreuves d'admission

Tests psychotechniques et entretien avec un psychologue

Série de tests psychotechniques pour évaluer les capacités de raisonnement et de déduction des candidats, suivis d'un entretien avec un psychologue qui fournira par la suite un compte-rendu aux membres du jury. Toute note inférieure à 10 sur 20 est éliminatoire. Le tout est précédé d'un entretien collectif de 30 minutes.

Sport (coefficient 2)

Épreuves sportives (courses et lancer de poids).

Entretien avec le jury (20 min ; coef 5)

Au choix (à déterminer lors de l'inscription) :

- entretien de personnalité portant sur l'aptitude du candidat à exercer les fonctions de surveillant pénitentiaire et ses motivations ;
- présentation des acquis de l'expérience, sous réserve de disposer d'une expérience professionnelle minimale de 3 ans dans un domaine similaire.

Devenir surveillant pénitentiaire

Le concours

Le concours de surveillant est un concours de catégorie C. Pour s'inscrire, il faut respecter certains critères :

- être âgé de 18 ans au moins et 45 au plus au 1^{er} janvier de l'année du concours ;
- posséder la nationalité française ;
- jouir de ses droits civiques ;
- n'avoir pas fait l'objet de condamnation incompatible avec l'exercice des fonctions de surveillant pénitentiaire ;
- posséder le brevet national des collèges ou un diplôme de niveau 3 ;
- répondre à certaines conditions physiques.

Le concours se déroule en deux étapes, tout d'abord des épreuves d'admissibilité puis des épreuves d'admission, pour ceux qui seront admissibles.

■ Les épreuves d'admissibilité

- Série de questions de raisonnement logique faisant appel aux qualités d'analyse, d'observation, de déduction et de bon sens du candidat.
- Série de questions à choix multiple, portant sur : l'évolution historique de la France et de l'Europe depuis le début du xx^e siècle ; institutions et principes de la V^e République ; géographie physique, humaine et économique de la France et de l'Europe ; actualité récente (relations internationales, vie politique, mouvements culturels, sport, vie quotidienne, etc.).
- Rédaction d'un compte-rendu d'incident.

■ Les épreuves d'admission

- Tests psychotechniques et entretien avec un psychologue.
- Épreuves sportives (courses et lancer du poids).

Devenir surveillant pénitentiaire

- Entretien avec le jury. Au choix (à déterminer au moment de l'inscription) : entretien de personnalité portant sur l'aptitude à exercer les fonctions de surveillant pénitentiaire et ses motivations ou présentation des acquis de l'expérience, sous réserve de disposer d'une expérience professionnelle minimale de trois ans dans un domaine similaire.

La formation

Une fois admis au concours, les élèves surveillants suivent une formation de 6 mois à l'Enap (École nationale d'administration pénitentiaire), rémunérée 1 200 € net mensuel.

Il s'agit d'une formation en alternance, sous forme de cours (droit pénitentiaire, connaissance des populations prise en charge, techniques d'intervention, etc.) et de stages pratiques en établissement pénitentiaire.

Les apprenants sont logés à l'école dans des chambres doubles et les frais de restauration sont partiellement pris en charge durant la scolarité.

Il y a des examens continus sur les cours dispensés ainsi qu'une partie sur le comportement et le positionnement professionnel des agents durant leur scolarité, que ce soit à l'école ou en stage.

À l'issue de la formation, les candidats choisissent leur affectation en fonction de leur classement, déterminé par leurs notes aux différentes épreuves : plus de la moitié des postes à la sortie de l'école sont en région parisienne, ensuite ils sont répartis dans toute la France métropolitaine, à l'exception de trois directions interrégionales pour lesquelles il n'y a que très peu, voire pas du tout de postes offerts (Bordeaux, Toulouse et Lille).

Le métier de surveillant pénitentiaire

■ Les missions

Le décret du 14 avril 2006 portant statut particulier des corps du personnel de surveillance de l'administration pénitentiaire, décrit, en son article 3, les missions des surveillants.

« Les membres du corps d'encadrement et d'application du personnel de surveillance de l'Administration pénitentiaire participent à l'exécution des décisions et sentences pénales et au maintien de la sécurité publique. (...) »

Dans les établissements et les services de l'administration pénitentiaire, les surveillants, surveillants principaux et surveillants brigadiers maintiennent l'ordre et la discipline, assurent la garde et la surveillance de la population pénale, et sont associés aux modalités d'exécution de la peine et aux actions préparant la réinsertion des personnes placées sous-main de justice. »

Le surveillant est l'interlocuteur privilégié de la population pénale. Il organise la vie en détention et contribue au respect des règles élémentaires de la vie collective et individuelle. Il a une approche individualisée des personnes détenues en fonction du régime de détention dans le cadre des lois et règlements. Il est le garant de l'intégrité physique et morale des personnes détenues placées sous sa responsabilité. Il est au cœur des dispositifs d'insertion et de prévention de la récidive. Enfin, le surveillant est un acteur essentiel dans le cadre de la prévention des évasions, notamment par la mise en œuvre de la réglementation.

Il doit développer des qualités humaines, relationnelles et de communication afin d'être en mesure de :

- comprendre son environnement professionnel ;
- repérer/connaître les signes qui montrent qu'une personne détenue est en souffrance ou en difficulté ;
- signaler/orienter vers la meilleure prise en charge possible ;
- proposer/ argumenter.

Le rythme de travail

Il existe deux grands rythmes de travail que l'on retrouve dans les établissements pénitentiaires concernant les surveillants qui sont en roulement.

- Le **6 heures** : il s'agit d'un rythme de travail où les agents sont présents sur des demi-journées. Il y a des postes de **Soir** (12 h 45-19 heures/20 heures), des postes de **Matin** (6 h 45-13 heures), des postes de **Coupures** (8 heures-18 heures), des postes de **Nuit** (18 h 45-minuit) et de **Descente de nuit** (minuit-7 heures). Le cycle que l'on rencontre le plus souvent est le 4/1, ce qui correspond à : S-C-MN-DN-repos. Comme on peut le voir, les agents sont amenés à faire un MN, ce qui veut dire que l'agent arrive à 6 h 45 pour son service, termine à 13 heures, pour revenir à 18 h 45 faire sa nuit jusqu'au lendemain matin 7 heures.
- Le **12 heures** : il s'agit d'un rythme de travail en longue journée. Il y a des postes de **Journée** (6 h 45-19 heures/20 heures) et des postes de **Nuit** (18 h 45/19 h 45-7 heures). On retrouve deux grands roulements de travail en 12 heures : le roulement grande semaine/petite semaine, avec un cycle de jour et un cycle de nuit J/N-J/N-repos-repos-J/N-J/N-J/N-repos-repos-J/N-J/N-repos-repos-repos

Devenir surveillant pénitentiaire

ou le roulement J-N-repos-repos. Dans les deux roulements, on peut retrouver des postes à coupure qui viennent se greffer ou se positionner sur des semaines de volante.

Les surveillants peuvent également être affectés sur des postes fixes dits administratifs (repos le week-end) ou non administratifs (repos en dehors du week-end), avec des horaires de bureau, de coupure ou spécifiques en fonction du poste occupé.

Les surveillants de roulement ont rarement la chance de pouvoir choisir leur période de congés. Elles sont déterminées par équipes, avec une rotation sur plusieurs années pour que ce ne soit pas toujours les mêmes équipes qui bénéficient de l'été. Toutes les équipes ont, normalement, une période de vacances scolaires par an, hormis Noël et Nouvel An.

■ Les types d'établissements

Il y a actuellement 187 établissements pénitentiaires en France. L'élément qui fonde juridiquement un établissement pénitentiaire est le greffe pénitentiaire. Il existe trois catégories d'établissements pénitentiaires :

- les **Maisons d'Arrêt** (82), qui accueillent les personnes placées en détention provisoire et les personnes condamnées à une peine inférieure ou égale à 2 ans ou celles ayant un reliquat de moins d'1 an ;
- les **établissements pour peine**, eux-mêmes divisés en quatre types d'établissement :
 - les **Maisons Centrales** (6), qui sont des établissements axés sur la sécurité, reçoivent les condamnés à une longue peine, les multirécidivistes, les détenus réputés dangereux ou ceux pour lesquels le pronostic de réinsertion est peu favorable,
 - les **Centres de Détention** (25), accueillent des personnes condamnées et comportent un régime principalement orienté vers la réinsertion sociale et la préparation à la sortie des condamnés,
 - les **Centres pour Peines Aménagées** (9), accueillent les condamnés ayant un reliquat de peine inférieure ou égale à 2 ans et sont orientés vers la préparation active du projet de sortie,
 - les **Centres de Semi-Liberté** (9), détiennent les condamnés à une peine ou ayant un reliquat de peine inférieure ou égale à 2 ans ou 1 an si récidive légale. Ces établissements permettent, hors de l'établissement pénitentiaire, de participer à la vie de sa famille, de suivre un traitement médical, d'exercer une activité professionnelle, de suivre un enseignement, une formation professionnelle, un stage ou un emploi temporaire ;
- les **Établissements Pénitentiaires pour Mineurs** (6), accueillent les mineurs âgés de 13 à 18 ans, qu'ils soient prévenus ou condamnés.

Il s'agit d'une prise en charge conjointe avec la protection judiciaire de la jeunesse (PJJ) avec une action éducative renforcée.

Il existe également des **Centres Pénitentiaires** (58) qui regroupent au moins 2 entités différentes (MA + CD, ou MA + MC, etc.), mais un seul greffe.

■ La journée type

La journée du surveillant d'étage ayant un rythme en 6 heures s'approchera le matin de :

6 h 45 : Appel en uniforme.

- Contrôle du service (poste d'affectation).
- Remise des clefs contre un jeton.
- Appel des agents effectué par le 1^{er} surveillant ou major.
- Passage des consignes.

7 h 00 : Prise de poste à l'étage.

- Contrôle d'effectif (porte ouverte pour s'assurer de la présence physique des personnes détenues et de leur état d'éveil).
- Validation de l'effectif.
- Prise en compte des mouvements *via* GENESIS.
- Distribution du petit déjeuner (suivant la structure).

Au plus tard pour 11 h 30 :

- Retour des différents mouvements.
- Distribution du repas.
- Contrôle de l'effectif.
- Validation de l'effectif.

13 h 00 : Relève à l'étage, passage des consignes, remise des clés au surveillant de la relève contre le jeton de l'agent de service.

La journée du surveillant d'étage ayant un rythme en 6 heures s'approchera le soir de :

12 h 45 : Appel en uniforme.

- Contrôle du service (poste d'affectation).
- Remise des clefs contre un jeton.
- Appel des agents effectué par le 1^{er} surveillant ou major.
- Passage des consignes.

Devenir surveillant pénitentiaire

13 h 00 : Prise de poste à l'étage.

- Contrôle d'effectif (porte ouverte pour s'assurer de la présence physique des personnes détenues et de leur état d'éveil).
- Validation de l'effectif.
- Prise en compte des mouvements *via* GENESIS.

Au plus tard pour 17 h 30-18 h 30 :

- Retour des différents mouvements.
- Distribution du repas.
- Contrôle de l'effectif.
- Validation de l'effectif.

18 h 45 : Appel service de nuit et relève sur les postes couverts 24 h/24.

19 h 00 : Fin de service de jour.

Il y a de nombreux mouvements (libérables, permissions, douches, travail, médical, sport, promenades, formation, parloirs, changements de cellule, etc.) qui occupent la journée d'un surveillant, la plupart sont prévus, certains ne le sont pas.

Les postes

Le métier de surveillant ne se limite pas à la gestion d'un étage, ou d'une coursive. Un surveillant, sans être affecté sur un poste fixe, va également tenir des postes comme :

- la **porte d'entrée principale** : l'agent de la porte d'entrée principale (PEP) a pour mission de contrôler l'entrée et la sortie de toute personne appartenant ou non à l'administration pénitentiaire et d'empêcher l'entrée ou la sortie de toute personne qui tenterait de se soustraire à un contrôle. Il doit également signaler à ses supérieurs tout événement extérieur susceptible de menacer la sécurité de l'établissement (attroupement de personnes, véhicules qui gênent l'entrée ou la sortie de l'établissement, etc.) ;
- le **poste central d'information** (PCI) est un poste protégé occupé en permanence dont les fonctions principales consistent à réceptionner l'ensemble des informations mettant en jeu la sécurité de l'établissement et l'ordre public externe, à les analyser et à transmettre les instructions ; à contrôler la zone de détention ; en cas de crise majeure, c'est le dernier poste (avec le mirador et la porte d'entrée principale) qui doit rester couvert ;
- le **poste d'information et de contrôle** est un poste protégé, occupé uniquement le jour et dont les missions principales consistent à

réguler les mouvements à l'intérieur d'un secteur de la détention ; filtrer les entrées et sorties entre son secteur et le reste de la détention et assurer la diffusion de l'alarme vers les autres secteurs de l'établissement ;

- la **promenade** : l'agent chargé de la surveillance de la promenade s'assure de son bon déroulement par la prévention générale des incidents. Il contribue à la mission de sécurité publique (surveillance élargie, prévention des évasions, des projections, etc.) ;
- les **miradors** : c'est un poste essentiel à la sécurité de l'établissement. Sécurisé et surélevé, il est généralement situé aux angles des murs d'enceinte. Il est occupé par les personnels de surveillance 24 h/24 ou sur un temps déterminé en fonction des modalités de fonctionnement de la structure, par faction de 2 à 3 heures. Il s'agit d'un poste armé. La fonction principale est le contrôle de l'espace pénitentiaire et de la périphérie de l'établissement contribuant à la sécurité de la structure, de tous les personnels et de la population pénale ;
- les **parloirs** : beaucoup d'établissements sont dotés d'une équipe fixe aux parloirs, cependant il est très fréquent que des agents de roulements occupent des postes en coupure sur cette zone. Le surveillant participera à l'accueil des visiteurs, à la mise en place des différents tours, à la fouille des effets, à la sécurité des visiteurs comme des personnes détenues et à la fouille intégrale de certains détenus.

En plus de tous ces postes, un surveillant peut accéder à un poste fixe, sans passer de concours. Nous aborderons ici les principaux postes ainsi que certains plus spécifiques.

- Le **greffe** : l'agent de greffe a pour mission d'effectuer les formalités d'écrou et de levée d'écrou après vérification de la légalité des pièces. Il participe à la gestion du dossier pénal de chaque personne détenue et assure le suivi de leur situation pénale. Il participe au processus d'accueil des détenus arrivants.
- L'**unité sanitaire** : l'administration pénitentiaire met à disposition des locaux appropriés aux consultations ainsi que la présence du personnel de surveillance pour assurer la sécurité de l'équipe hospitalière (médecins généralistes, spécialistes, infirmières, etc.). Le surveillant affecté au poste US est donc au cœur de ce partenariat. À ce titre, il doit favoriser l'accompagnement de la personne détenue vers le soignant tout en veillant au respect du règlement intérieur et des règles de sécurité.
- Les **ateliers** : l'agent en poste aux ateliers doit faciliter le bon déroulement du travail pénitentiaire tout en veillant à la sécurité de chacun. L'agent de surveillance atelier est garant de la bonne application des règles d'hygiène et de sécurité et du règlement intérieur de l'établissement. Il peut être l'interlocuteur privilégié entre la main d'œuvre pénitentiaire et les partenaires privés (groupements privés,

Devenir surveillant pénitentiaire

- concessionnaires). Dans les ateliers, la mission de surveillance est fondamentale car s'y trouve une concentration de matériels pouvant se révéler dangereux pour la sécurité des personnes et des biens.
- Les **unités hospitalières sécurisées interrégionales** et les **unités hospitalières spécialement aménagées** : le surveillant en UHSI, ou en UHSA, contribue à la réinsertion, la garde et la sécurité des personnes et des locaux par la surveillance, la sécurisation de l'unité de vie, et le maintien des liens avec l'extérieur. Il peut participer aux transferts entre les établissements pénitentiaires et l'UHSI, ou l'UHSA. Il assure les escortes entre l'unité et les plateaux techniques des centres hospitaliers et la sécurité de la structure.
 - Les **pôles de régional des extractions judiciaires** : les agents affectés au PREJ assurent la prise en charge des personnes détenues prévenues et condamnées écrouées dans les établissements pénitentiaires notamment vers les juridictions du ressort.

L'évolution de carrière

L'évolution de carrière d'un surveillant peut être envisagée sous plusieurs angles, une évolution en termes de mission ou de poste, une évolution en termes de grade ou enfin un changement de corps. Nous aborderons ici uniquement les principales évolutions liées à la réussite à un concours.

■ Les postes

- **Formateur des personnels** : il met en place des actions de formations professionnelles tout le long de la carrière dans le cadre des orientations nationales, régionales et locales. Il prend part au processus de recrutement et de professionnalisation des agents du service public pénitentiaire : recueil des besoins, mise en œuvre et évaluation des formations.
- **Moniteur de sport** : il met en œuvre la politique définie par le chef d'établissement en matière d'activités physiques et sportives au profit des détenus, à partir des orientations interrégionale et nationale. Le moniteur de sport organise et encadre les activités physiques et sportives des personnes détenues. Il est aussi le conseiller en matière d'équipements et d'infrastructures sportifs. Il contribue aux missions de sécurité et de réinsertion dans le cadre général des activités physiques et sportives proposées.
- **Équipe régionale d'intervention et de sécurité** : l'agent affecté au sein des ERIS assure le maintien de la sécurité publique dans les établissements pénitentiaires et lors des transfèrements. Il contribue à la formation des personnels pénitentiaires en matière de sécurité.

■ Les grades

- **Premier surveillant** : c'est un chef d'équipe, responsable de l'encadrement des équipes de surveillance, de suivi des tâches de gestion de la détention ainsi que des activités liées à la prise en charge des personnes placées sous main de justice. C'est le plus haut gradé en service de nuit. Au bout de quelques années, les premiers surveillants peuvent passer un examen pour devenir major.
- **Officier** : il a pour mission l'encadrement et le commandement opérationnel des activités liées à la sécurité de la détention et à la prise en charge des personnes placées sous main de justice, en assurer la garde et favoriser les actions de réinsertion. Il y a trois grades, celui de lieutenant, de capitaine et de commandant.

■ Autres

- **Conseiller pénitentiaire d'insertion et de probation** : le conseiller pénitentiaire d'insertion et de probation a pour mission de suivre les personnes détenues, prévenues ou condamnées. Dans le cadre de la prévention de la récidive, le SPIP a notamment pour mission de lutter contre les effets désocialisants de l'incarcération par l'accompagnement de la personne détenue dans son parcours d'exécution de peine à travers des actions individuelles ou collectives. Ces interventions ont pour objectif de préparer la sortie et de garantir la continuité de la prise en charge. Il peut exercer sa mission en milieu fermé (établissement pénitentiaire) ou ouvert.
- **Directeur de service pénitentiaire** : le chef d'établissement assure l'exécution des sentences pénales et le maintien de la sécurité dans l'établissement. Il participe à la mise en œuvre de la politique pénale et de réinsertion sociale. Il élabore la stratégie d'action de l'établissement et veille à sa mise en œuvre dans le respect de la loi et du règlement dont il est le garant.

Il est possible également de passer d'autres concours de la fonction publique, en interne.



Sport

Bien commencer son entraînement

Évaluations de départ

Pour savoir quel programme vous convient le mieux, vous devez déterminer votre niveau. Pour cela réalisez les tests suivants et notez vos performances.

| Test | Consigne | Sexe | Niveau de difficulté | | |
|------------------|--|------|----------------------|--------------------------|---------------------|
| | | | Débutant | Intermédiaire | Sportif |
| Marche ou course | Marchez ou courez pendant 6 min autour d'une piste de 400 m pour réaliser la plus grande distance possible | ♀ | Inférieur à 800 m. | Entre 800 m et 1 200 m | Supérieur à 1 200 m |
| | | ♂ | Inférieur à 1 200 m | Entre 1 200 m et 1 600 m | Supérieur à 1 600 m |
| Saut vertical | Debout à côté d'un mur, le bras tendu vers le ciel, tracez un trait avec une craie. Réalisez un saut pour tracer un autre trait le plus haut possible. Mesurez l'écart entre les deux traits | ♀ | Inférieur à 30 cm | Entre 30 cm et 50 cm | Supérieur à 50 cm |
| | | ♂ | Inférieur à 40 cm | Entre 40 cm et 60 cm | Supérieur à 60 cm |

| Test | Consigne | Sexe | Niveau de difficulté | | |
|---------|--|------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| | | | Débutant | Intermédiaire | Sportif |
| Pompes | Réalisez le plus grand nombre de pompes en 1 min, sur la pointe des pieds pour les hommes, sur la pointe des pieds ou les genoux pour les femmes | ♀ | Inférieur à 10 pompes | Entre 10 et 20 pompes | Supérieur à 20 pompes |
| | | ♂ | Inférieur à 15 pompes | Entre 15 et 30 pompes | Supérieur à 30 pompes |
| Gainage | Maintenez une position planche le plus longtemps possible, en appui sur les avant-bras et les pointes de pieds, dos parallèle au sol | ♀ | Inférieur à 30 s | Entre 30 s et 90 s | Supérieur à 90 s |
| | | ♂ | | | |

- **Votre niveau se situe majoritairement dans la première colonne ?**
Vous suivrez les exercices de la colonne débutant pour les futurs entraînements.
- **Votre niveau se situe majoritairement dans la deuxième colonne ?**
Vous suivrez les exercices de la colonne intermédiaire pour les futurs entraînements.
- **Votre niveau se situe majoritairement dans la troisième colonne ?**
Vous suivrez les exercices de la colonne sportif pour les futurs entraînements.

Ces tests permettent d'évaluer le niveau de départ. Bien sûr, si le programme vous paraît simple, vous pouvez opter pour un niveau supérieur.

Principe de progressivité

Un entraînement doit être réalisé de manière progressive. On augmente le nombre de séance et le niveau petit à petit.

Programme d'entraînement pour les 10 premiers jours

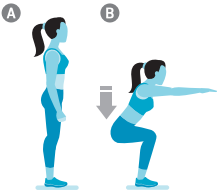
Intensité des séances

- ★ : ne vous donnez pas à fond, la séance doit être facile.
- ★★ : la séance doit être fatigante mais pas intense, la séance doit être modérée.
- ★★★ : donnez-vous à fond sur tous les exercices, la séance est très intense.

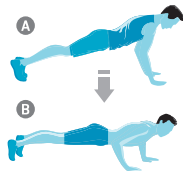
| | Débutant | Intermédiaire | Sportif |
|---------------|--|--|---|
| Jour 1 | ★★★ Tests | ★★★ Tests | ★★★ Tests |
| Jour 2 | ★ Alternance marche et course 20 min + 4 × 8 pompes + 4 × 20 s de gainage | ★ 5 × (3 min de course + 3 min de marche) | ★ 6 × (3 min de course + 3 min de footing lent) |
| Jour 3 | Repos | Repos | Repos |
| Jour 4 | Repos | ★★ 6 × (3 min de course + 3 min de footing lent) | ★★★ Sprints de 30 m, 40 m, 50 m, 40 m, 30 m, avec un repos de 1 min entre chaque course. Après un repos de 5 min enchaînez avec une deuxième série identique |
| Jour 5 | ★ Alternance marche et course 30 min + 4 × 8 pompes + 4 × 20 s de gainage | Repos | ★ Footing de 30 min |
| Jour 6 | Repos | ★ Footing de 3 × 8 min avec 3 min de repos | Repos |
| Jour 7 | Repos | Repos | ★★ 4 × 25 squats + 4 × 20 pompes + 2 × 30 s de gainage lateral/côté + 4 × 45 s de gainage |
| Jour 8 | ★★ Alternance marche et course 30 min + 4 × 10 pompes + 4 × 30 s de gainage | ★★ 4 × 20 squats + 4 × 15 pompes + 2 × 20 s de gainage lateral/côté + 4 × 30 s de gainage | ★ 6 × (2 min de course + 2 min de footing lent) |

| | Débutant | Intermédiaire | Sportif |
|---------|--|---|---|
| Jour 9 | Repos | Repos | Repos |
| Jour 10 | ★★ 4 × 15 squats + 4 × 12 pompes + 2 × 20 s de gainage lateral/côté + 2 × 30 s de gainage | ★★ Courses de 150 m, 150 m, 200 m, 200 m, avec un repos de 2 min entre chaque course. Après un repos de 5 min, enchaî- nez avec une série identique | ★★ Courses de 150 m, 150 m, 200 m, 200 m, avec un repos de 2 min entre chaque course. Après un repos de 5 min, enchaînez avec deux séries identiques |

Exercices



Squats



Pompes



Gainage



Saut vertical



Culture générale

Introduction : le XIX^e siècle

Pour mieux comprendre et mémoriser le xx^e siècle en France et en Europe, il est indispensable de se saisir des événements clefs de l'histoire du XIX^e siècle, marqué par la révolution industrielle.

La révolution industrielle est une période riche en évolutions scientifiques, techniques et sociétales.

Des découvertes techniques et scientifiques

Au cours de la révolution industrielle, de nombreuses découvertes ont vu le jour. On notera la mise au point de la machine à vapeur et donc l'avènement du chemin de fer et la mécanisation dans les usines et l'agriculture. La découverte du courant électrique et l'invention de l'ampoule (Edison) permettent le début de l'éclairage public et privé. À souligner aussi, la découverte du vaccin contre la rage (Pasteur 1881), l'invention de la photographie, du téléphone, de l'automobile et de la cinématographie (Frères Lumière) et les débuts de l'aviation (Louis Blériot traverse la Manche en 1909).

Les conséquences sociétales

Les conséquences sociétales de cette révolution industrielle furent multiples :

- **exode rural** avec l'apparition des centres industriels : la taille des villes augmente, de nouveaux quartiers naissent à leur périphérie. C'est la naissance des banlieues. On assiste à la mise en place de tramways et du métro ;
- **croissance de la population** grâce aux progrès de la médecine ;