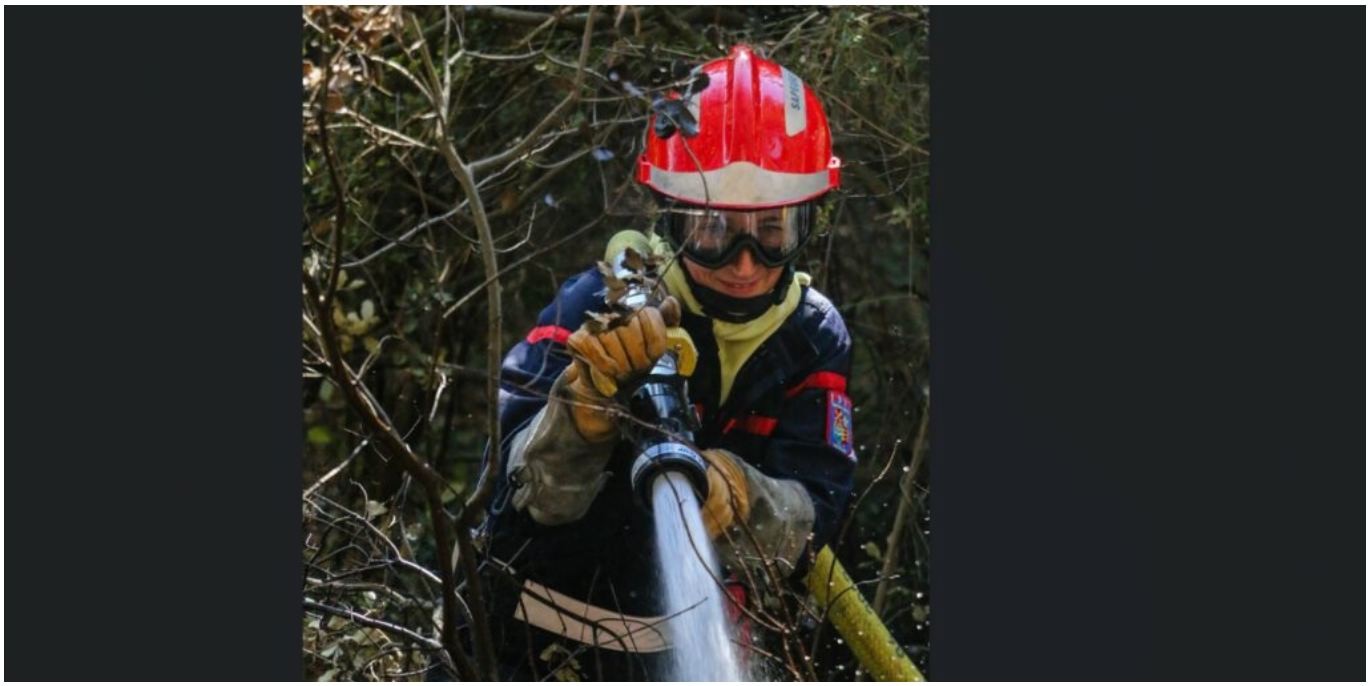
Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 9 novembre 2026

L’interview, Lise Trincaretto, Responsable prévision opérations du Centre de Secours Principal d’Avignon



L’association Soroptimist International Avignon organise une soirée ‘Femmes d’action, femmes d’exception’, qui se déroulera, sur réservation Jeudi 19 septembre 2024 à 18h au Novotel Avignon centre. Le capitaine Lise Trincaretto, du Service départemental d’incendie et de secours de Vaucluse fait partie des invitées de la soirée aux côtés de Caroline Clausse ingénieure navigante d’essais ; Christine Gord directrice de la Banque de France de Vaucluse, Céline Lacaux, mathématicienne et chercheure à l’Université d’Avignon et Géraldine Parodi, scaphandrière et Présidente de Spero Mare qui exerce dans le BTP sous-marin. Réservation ici. L’Echo du mardi vous propose, en avant-première, d’aller à la rencontre de ces femmes d’exception.

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 9 novembre 2026

Lise Trincaretto est capitaine de sapeur-pompier professionnel, responsable du service prévision opérations au Centre de Secours Principal d'Avignon. Si, au début de sa carrière elle s'est épanouie au sein des collectivités territoriales, plus précisément dans le développement territorial et touristique de Maubeuge (59) et de l'intercommunalité de Maubeuge, c'est en tant que capitaine des pompiers professionnels qu'elle a enfin pu donner libre cours à sa

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 9 novembre 2026

vocation.

«Mes parents étaient tous deux médecins,
maman anesthésiste-réanimateur et papa chirurgien en traumatologie à l'hôpital public… Après les cours j'allais à l'hôpital et attendais mes parents dans le sas -Service d'accès aux soins- des urgences. De là, j'observais le ballet des pompiers. J'étais fascinée par la relation qu'ils entretenaient avec les victimes, le soin qu'ils apportaient à les stabiliser au mieux avant que ceux-ci ne soient pris en charge par une équipe –dont ma mère- qui était le plus souvent affectée aux urgences**.»**

«Alors que j'avais grandi avec des médecins
mon père, ma mère et leurs amis, ce sont les pompiers qui m'impressionnaient le plus. Ils étaient en première ligne sur les feux et les accidents. Ce sont eux qui me racontaient, petit à petit, ce qu'ils faisaient. Et, sans que je ne m'en rende vraiment compte, cela m'a forgée et façonnée. Puis j'ai obtenu un bac scientifique et dit à mes parents que je voulais devenir pompier.»

«Là ça a été un refus catégorique.
Ils m'ont demandé de passer un bac +5, comme tout le monde dans la famille. Je suis partie un an à Berlin, c'était 4 ans après la chute du mur. J'avais, au préalable, rencontré dans le Nord où nous vivions, des berlinois lors d'un festival de musique, de théâtre, de rue… que j'avais trouvé très sympas. J'ai adoré cette ville cosmopolite où j'ai été professeure defrançais, où j'ai travaillé sur des chantiers… Lorsque je suis rentrée, j'étais parfaitement bilingue allemand et anglais.»

«Du coup j'ai fait une maîtrise de langues appliquées allemand et anglais
ce qui m'a passionné ? Les matières appliquées européennes comme l'économie, les maths, les statistiques, la compta, la gestion, le marketing, la communication, le Droit civil, public, européen, le droit de douanes. C'était au moment du **traité de Maastricht**. Alors que mes parents m'avaient opposé le fait de ne pas apprendre un métier, je devenais polyvalente dans tous les secteurs et, finalement, très rapidement employable. Venant d'un bac scientifique, je poursuivais mes études avec facilité et je remarquais que les majors de promo étaient, eux aussi, issus d'un cursus mathématique. Je me disais que les maths ouvraient décidément toutes les portes.»

«Je suis entrée dans une entreprise d'import-export de carrelages à Maubeuge,
tout d'abord comme assistante commerciale puis aux statistiques et j'ai adoré mon métier. C'est là que le maire de Maubeuge est venu me chercher pour me proposer le développement touristique de la Ville via l'Office de tourisme. Il a dit au directeur en place : 'Il me faut quelqu'un qui ait un peu de trempe, un peu intelligent. Prends là elle, parce qu'elle n'a pas peur de mettre les mains dans le cambouis. C'est là qu'a commencé ma carrière de fonctionnaire et croisé à nouveau les pompiers, très présents sur le Festival de Maubeuge. J'y suis restée 11 ans. Ensuite ? J'ai travaillé dans la formation, notamment en recrutement, puis j'ai postulé à l'Office de tourisme de Vaison-la-Romaine-Ventoux où j'ai travaillé au développement du tourisme du territoire. Là encore ça a été passionnant.»

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 9 novembre 2026

Lise Trincaretto DR

Puis arrive le Bataclan

«13 novembre 2015, c'est la date des attentats de Daech et du Bataclan. Je suis très patriote et j'adore mon pays. En toute modestie, c'est le plus beau pays du monde. Rien n'égale son système social, sa culture, la diversité de ses paysages, sa gastronomie et ses vins. On y fait de belles et bonnes choses. Alors, l'attaque du Bataclan… Je l'ai très mal vécu et je continue à être ulcérée par la lâcheté des attentats qui tuent des innocents. J'ai été comme stupéfaite, bloquée… mais mes enfants étaient encore trop petits pour que je devienne pompier volontaire. Je me suis rapprochée de l'armée de l'air à Orange qui m'a acceptée dans la réserve citoyenne. Et puis, un jour, mes amis pompiers m'ont dit, ça y est, tes enfants sont grands, fais pompier volontaire. Ce que j'ai fait à Vaison-la-Romaine.»

«Comment passe-t-on d'un Office du tourisme et du développement économique à) capitaine des pompiers ?

«Je crois que ça a toujours été mon profil car je suis plutôt très dynamique et sportive. Si ma première carrière dans la Fonction publique me correspondait très bien, être pompier était un rêve d'enfant. Je deviens donc pompier volontaire à Vaison-la-Romaine et d'un seul coup je me sens légère. Comme si l'on m'avait ôté un immense poids, peut-être celui de la frustration ? Je pouvais enfin faire ce que je désirais depuis le tout début de ma vie.»

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 9 novembre 2026

Comment avez-vous acquis toutes les connaissances requises pour exercer ce métier ?
«Mon meilleur ami était adjudant-chef chez les pompiers à Carpentras. Pour des raisons règlementaires dues à une réforme, il devait passer le concours de lieutenant. Moi j'étais pompier volontaire depuis un an. Il me dit : puisque je passe le concours de lieutenant tu passes le concours de capitaine. Il a eu son concours de lieutenant et moi j'ai raté mon concours de capitaine que j'ai réussi la seconde fois. Ma faille ? Si je possédais la culture générale et territoriale, je n'avais pas encore assez acquis la culture pompier. Egalement, je n'aurais jamais réussi ce concours si je n'étais pas passée par le volontariat. Et je dois beaucoup aux officiers du Sdis 84 (Service départemental d'incendie et de secours du Vaucluse) qui m'ont aidée à acquérir les attendus du concours.»

«**J'ai été recrutée au bout de deux ans au Sdis 84, à Avignon,**qui est la meilleure école qui soit, parce que c'est le centre principal de secours qui régule une importante activité opérationnelle. Je m'y occupe de la prévision des opérations : c'est toute la préparation en amont de l'intervention. Des exemples ? C'est vérifier que l'eau arrive bien aux poteaux, leur implantation et leur accessibilité depuis nos engins. C'est aussi la vérification des bâtiments avec les accès de secours, les normes évacuation, les terrasses en ville, le déroulement de manifestations de toutes sortes en milieu urbain ou rural…»

«**Il y a les opérations**
qui préparent à l'intervention humaine, l'utilisation des matériels, les manœuvres d'entrainement qui permettent de prendre connaissance des moyens dont nous disposons sur place, et comment agir pour, par exemple, pour éviter la propagation d'un feu, découvrir et comprendre la conformations de sites, la prévention des risques. L'un des bâtiments exemplaires, en matière de sécurité, est par exemple l'**Ikéa de Sorgues**. Egalement, cet été, nous nous sommes entrainés sur le site du Palais des papes. Je m'occupe de tout ce qui est statistiques, de la gestion du matériel technique dans son utilisation. Ce que j'apprécie le plus ? Que l'on soit très en lien les uns avec les autres, tous s'entraidant. Le Sdis 84 procède au recrutement pour de grands dispositifs, via la création d'équipes en fonction des disponibilités, pour envoyer des renforts en Corse et, en ce moment, en Grèce.»

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 9 novembre 2026

Lise Trincaretto entourée de ses collègues lors d'un exercice, cet été, au Palais des papes

Bientôt

«J'ai passé, cette année, tous les diplômes de chef d'agrès (engins : ambulance et CFM camion de feu de forêt, feu urbains et secours routiers) avant de bientôt intégrer l'Ecole nationale supérieure des officiers de sapeurs pompiers –L'ENSOSP– . Ces formations m'ont vraiment permis d'entrer dans l'opérationnel. Ainsi j'exercerai, au terme de ma formation d'un an, en tant que chef de groupe, sur les interventions dimensionnantes, ce sont des opérations comportant plusieurs agrès déjà disposés à entrer en action. Mon métier sera de m'assurer d'une mise en œuvre cohérente et de prendre en charge la radio et les contacts avec les élus. Là ? Je m'apprête, dès novembre, à intégrer la formation de lieutenant.»

«**Comment j'ai surmonté les épreuves ?**J'ai du caractère et je suis pugnace, en cela, si l'on ne m'ouvre pas la porte, je suis capable de passer par la fenêtre ou le toit s'il le faut. J'ai tendance à être très 'rentre-dedans'. Il a fallu que j'apprenne à être plus modérée et patiente, ce qui ne sont pas mes premières vertus. Je suis passée du temps long, administratif lorsque je travaillais pour les Collectivités territoriales avec une échelle hiérarchique et une attente de la décision au Sdis 84 où la réactivité est extrêmement forte avec une résolution des problèmes, obstacles presque instantanée. Résultat ? Je suis heureuse. A la caserne on m'apostrophe en disant : 'Tiens, la plus heureuse !»

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 9 novembre 2026

Les compétences et les qualités requises pour exercer mon métier ?
«J'ai envie de dire écouter et entendre car écouter c'est bien mais entendre c'est mieux. Voilà pour la base. Après ? Pratiquer les trois essentiels comme posséder un bon esprit d'analyse et de synthèse et savoir être disponible tant pour le service qu'entre collègues parce que je suis dans l'opérationnel et que lorsque les gars partent, il leur faut donc des réponses rapides.»

Mentor, épreuves, quel a été mon cheminement ?
«Je remercie vraiment mon chef de salle qui est une personne extraordinaire et qui sera, sans doute, un de mes mentors pour toute ma carrière. Il m'avait prévenue : C'est simple, tu arrives, t'es pas pompier, t'es une femme et tu n'es plus toute jeune (48 ans), donc tu vas te faire tester et c'est normal. Ce que je veux que tu travailles ? Ton intégration parce que si tu n'es pas intégrée tu vas vivre un enfer. Il faut que tu t'intègres.»

«**Un an après je suis intégrée.**
Quand il m'arrive de faire des bourdes, mes collègues m'aident, me donnent les ficelles du métier. Ils le font avec beaucoup de diplomatie et de bienveillance. Il ne me disent pas : 'Lise t'es en train de faire de la 'mouise'. Ils me disent : 'tu vois, par expérience, tu y arriveras mieux en faisant comme ça…' Puis ils continuent : 'Tu sais il y a des gens tu leur dis et ils n'en n'ont rien à fiche mais toi tu nous écoutes et tu tiens compte de ce qu'on te dit'. Alors je leur réponds qu'ils sont là depuis le début et qu'ils me soutiennent, alors c'est normal. Moi je viens du monde du management et eux du commandement. Ici on obéit à ton N+1 et point barre.»

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 9 novembre 2026

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 9 novembre 2026

Lise Trincaretto Copyright Service communication SDIS 84

Les obstacles qui ne s'effacent pas ?
«Je suis assez perfectionniste sinon, devant l'adversité ? C'est simple, je serre les dents et je regarde toujours devant. Est-ce que le regard des autres est important ? Pas du tout. C'est la sagesse de l'âge. Et, justement, je suis à cet âge où je donne le meilleur de moi-même dans ce que je fais au quotidien. Je fais tout à 2000% ou je ne fais pas. Après, on ne peut pas plaire à tout le monde.»

«**Quels sont les avantages et les inconvénients à être une femme dans un milieu d'hommes ?**
Chez les pompiers il n'y a ni hommes ni femmes mais… des pompiers. C'est vraiment ce que je ressens. Il y a bien des hommes chevaleresques et bienveillants qui vont saisir à ma place ce qui est lourd. Mais si je suis pompier c'est que je suis aussi capable de soulever ce qui est lourd.»

Le mot de la fin ?
«Aucun regret et encore de belles aventures à venir, je pense, au sein des sapeurs-pompiers. Chaque jour qui passe, je me dis que j'ai bien fait et même si j'ai adoré ma carrière d'avant, je continue à regarder devant, à apprendre et c'est super. Si je devais donner un conseil à une personne souhaitant entrer dans le métier ? Travaille et ne lâche rien.»

Les partenaires de cette deuxième édition de la soirée Femmes d'action, femmes d'exception
Le Novotel Avignon centre, la Chambre de commerce et d'industrie de Vaucluse, l'Agence Chamade d'Avignon, Les Femmes chefs d'entreprises Vaucluse (FCE) et les Femmes Vignes Rhône et l'Echo du mardi.

Le programme de la soirée
18h – 18h30 : Accueil ; 18h30 – 19h : Mot de la présidente – présentation de la bourse Envie d'entreprendre Avignon ; 19h – 21h30 : Interventions des invitées puis échanges avec la salle. 21h30 – 22h30 : Moment convivial et d'échanges autour de planches de charcuterie, fromage et dessert.

Les infos pratiques
Jeudi 19 septembre à partir de 18h. Soirée Femmes d'action, Femmes d'exception 2e édition. Soroptimist International Avignon. Novotel Avignon centre. Inscription obligatoire 25€ ici.