

BIENVENUE À NOS JEUNES STAGIAIRES !

Vous venez d'arriver, une nouvelle étape commence.
Croyez en vous, nous croyons en vous !

Au moindre problème,
au moindre doute,
ou simplement pour
une information,
**NOUS SOMMES LÀ
POUR VOUS AIDER !**

ENSEMBLE,
CONSTRUISONS
VOTRE AVENIR
PROFESSIONNEL !

**COURAGE, MOTIVATION, SOLIDARITÉ :
VOUS AVEZ TOUT POUR RÉUSSIR !**

NOUS SOMMES LÀ POUR VOUS ACCOMPAGNER DANS :

- VOS DÉMARCHES ADMINISTRATIVES
- VOTRE CARRIÈRE ET VOTRE ÉVOLUTION
- LE LOGEMENT
- LES AIDES ET DISPOSITIFS
- TOUTES VOS QUESTIONS DU QUOTIDIEN

N'HÉSITEZ PAS !

- ✓ Pour un problème
- ✓ Pour une info
- ✓ Pour votre avenir
- ✓ Pour en parler

VENEZ NOUS VOIR !

**NOUS VOUS SOUHAITONS
UNE ANNÉE RICHE, FORMATRICE
ET ÉPANOUISSANTE !**

**AU BOUT DU PARCOURS :
LA TITULARISATION !**
CROYEZ EN VOS RÊVES,
NOUS SERONS LÀ À VOS CÔTÉS !

**BIENVENUE DANS LA FAMILLE !
ENSEMBLE, ALLONS LOIN !**

À VOS CÔTÉS AUJOURD'HUI, POUR VOTRE AVENIR DEMAIN !

cgtdesbaumettes@gmail.com

04 88 22 92 88 / 06 18 47 42 95



Face à une dégradation continue des conditions de travail, les personnels tirent une nouvelle fois la sonnette d'alarme.

Le manque d'effectifs, la surcharge de travail et l'absence de réponses concrètes plongent les agents dans une situation de plus en plus critique.

La sécurité n'est plus assurée à la hauteur des risques encourus au quotidien.

La surpopulation pénale aggrave encore des conditions déjà fortement dégradées.

À cela s'ajoute désormais un plan de lutte contre l'absentéisme, décliné en DISP sans validation des organisations syndicales, qui ne fera qu'accentuer les écarts et fragiliser davantage les personnels.

Une fois encore, les agents se retrouvent face à des décisions imposées, déconnectées de la réalité du terrain.

Les personnels attendent des mesures concrètes : recrutements, moyens adaptés et reconnaissance.

L'épuisement est réel et la situation ne peut plus durer.



“Quand l’injustice devient une habitude, la résistance devient un devoir.”



LE 27 AVRIL MERCI A TOUS SAUF A FO !

VOTRE TRACT LOCAL EST UNE INSULTE AU PERSONNEL QU'ELLE HONTE !



FORCE Justice CP Marseille, n'a pas pour habitude de dénigrer les autres OS, mais vous doit une petite explication face à cette « comédie syndicale » du lundi 27/04/2026, ainsi qu'à la lecture de certains communiqués que vous avez tous vu passer ces derniers temps.

À aucun moment, nous ne remettons en cause les revendications. Nous sommes les premiers au CP Marseille à avoir toujours dit qu'il fallait en arriver au blocage, si nous n'avions pas les effectifs après la sortie de la promotion de stagiaires de la 223ème. Demain, allez-vous dire que c'est grâce à vous si nous allons avoir les effectifs ?

Comme vous l'avez fait, après le Mouvement de la



PETIT MESSAGE



<https://youtu.be/1LrVyCuw9Ow>



“Quand l'injustice devient une habitude, la résistance devient un devoir.”



LE 27 AVRIL MERCI A TOUS SAUF A FO Suite !

Alors là... il fallait oser.

Ceux qui hier encore freinaient les mobilisations, ceux qui expliquaient qu'il ne fallait surtout pas bouger, ceux qui regardaient les collègues se battre en restant bien au chaud... les voilà aujourd'hui en première ligne, reçus avant tout le monde, à venir expliquer au ministre exactement ce que la CGT dénonce depuis des années.

Non mais sérieusement ?

À un moment, il faut arrêter de prendre les agents pour des naïfs. On ne peut pas saboter les mouvements, critiquer les luttes, et ensuite venir récupérer le travail une fois que la pression est montée.

Pendant que certains faisaient de la figuration, d'autres étaient sur le terrain.

Pendant que certains attendaient les invitations ministérielles, d'autres prenaient des risques en se mobilisant.

Et aujourd'hui, il faudrait applaudir ?

La réalité est simple : sans mobilisation, rien ne bouge. Rien.

Les discussions ouvertes aujourd'hui ne sont pas le fruit du hasard ni de belles paroles, mais bien celui d'un ras-le-bol général, de la saturation du système et de la colère des personnels.

Mais voilà le scénario : on passe avant les autres, on sort de la réunion, on parle "d'avancées", on vend du vent... alors que concrètement ?

- Pas de plan massif de recrutement
- Pas de réponse immédiate à la surpopulation
- Pas de paiement réel des heures
- Pas de changement structurel
- Juste de la communication.

Et pendant ce temps-là, les agents continuent de subir.

- Toujours plus de charge.
- Toujours moins de moyens.
- Toujours plus de fatigue.

La vérité dérange, mais elle est là : certains courent après les photos, les réunions, les annonces...

La CGT, elle, court après des résultats.

Alors oui, ça pique. Mais c'est la réalité.

Parce qu'au final, il y a deux types d'organisations :
celles qui accompagnent
et celles qui se battent

Et les agents, eux, savent très bien faire la différence.



UHSA... ou Unité Hospitalière Artisanale ?”

Mais où va-t-on ?

Comment accepter qu’une société qui fournit un système informatique aussi essentiel ne soit plus payée pendant des années ? Dans quel autre secteur cela serait toléré ? Certainement pas dans une structure où la sécurité est en jeu au quotidien.

À l’UHSA, les conséquences sont déjà visibles. Des équipements pourtant récents sont défectueux, des systèmes indispensables ne fonctionnent plus correctement, et ce sont encore une fois les agents qui doivent compenser, tant bien que mal, les manques et les défaillances.

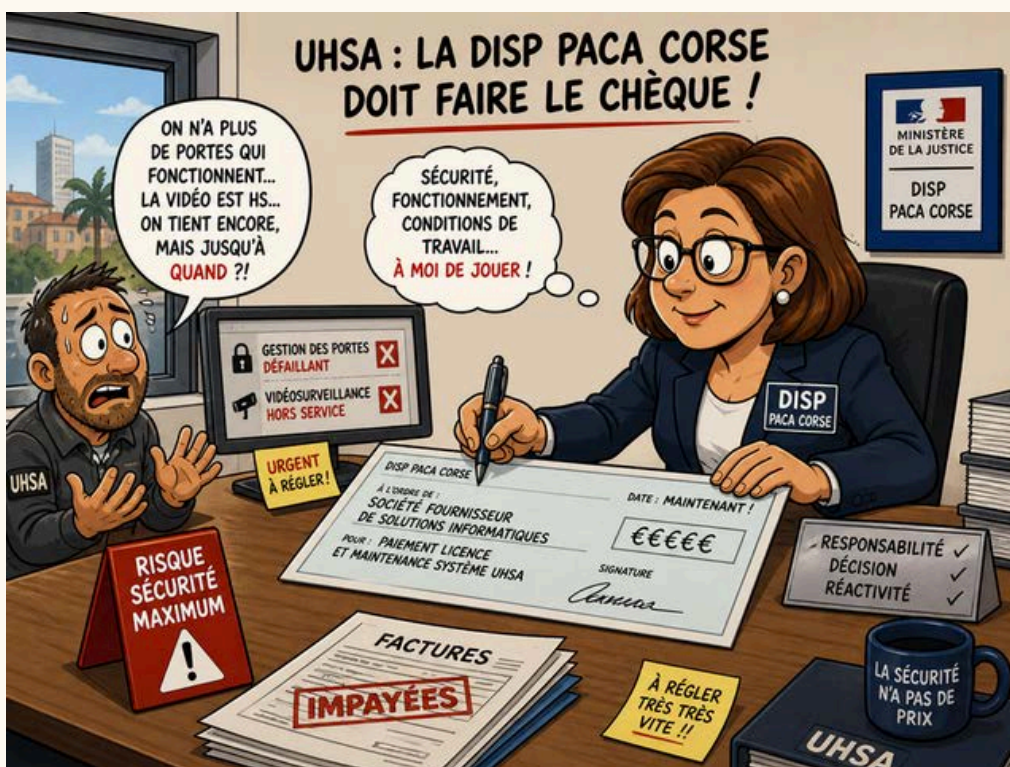
On parle ici de gestion des accès, de sécurité, de maîtrise des flux... des éléments fondamentaux dans un établissement comme celui-ci. Et pourtant, faute de suivi et de paiement, tout un système est laissé à l’abandon.

Il ne s’agit plus d’un simple problème administratif, mais bien d’un risque réel pour la sécurité des personnels et de l’établissement. Jusqu’à quand va-t-on continuer à fonctionner en mode dégradé ?

Jusqu’à quand les agents devront-ils compenser des défaillances qui ne sont pas les leurs ?

Espérons que le chèque sera débloqué très rapidement. Car à ce rythme, c’est tout un UHSA qui risque de se retrouver à l’arrêt... et avec lui, des conditions de travail encore plus dégradées et une sécurité toujours plus fragilisée.

Il est temps de réagir.



EN BREF

Structure : 8 ans

Portes défectueuses

Vidéosurveillance HS

Sécurité fragilisée



Parloir familles : des changements, mais les moyens doivent suivre

la cgt
BAUMETTES

RESTRUCTURATION DU PARLOIR FAMILLES : IL ÉTAIT TEMPS !

Le chantier est lancé, mais les défis sont immenses. Encadrement et personnels doivent faire preuve de courage et de détermination pour remettre de l'ordre dans un système à bout de souffle.

Le chantier est lancé, mais les défis sont immenses. Encadrement et personnels doivent faire preuve de courage et de détermination pour remettre de l'ordre dans un système à bout de souffle.

“ Quand il n’y a plus de cadre, ce n’est pas le désordre qui s’installe... c’est l’épuisement des agents qui prend le relais. ”

CHANTIER EN COURS

DU COURAGE ET DES MOYENS



AMIANTE À LA SAS : UNE SITUATION QUI NE PEUT PLUS ATTENDRE

L'amiante à la SAS... aurait-on fini par oublier ce problème ?

Un audit a été demandé au niveau de la DISP. La réponse est tombée : ce serait à l'établissement de s'en charger.

Très bien. Mais aujourd'hui, une question demeure : où en est-on réellement ?

Se renvoyer la responsabilité ne fera pas disparaître le risque.

Pendant ce temps, les personnels continuent de travailler dans l'incertitude.

Et demain ?

Si des agents développent des pathologies liées à l'amiante, qui prendra ses responsabilités ?

Face à cette situation, nous refusons l'inaction. Nous demandons des réponses claires, des mesures concrètes et une véritable prise en compte du risque.

Nous exigeons également que des certificats soient établis pour tous les personnels ayant travaillé ou travaillant encore sur cette structure.

Parce que sur un sujet aussi grave, il n'y a pas de place pour l'approximation.

“L'amiante ne discute pas... elle frappe. Le silence, lui, rend complice.”



« Fontaine, je ne boirai pas de ton eau... »
 À Marseille, le soleil ne fait jamais défaut.
 La chaleur, elle, s'installe, s'impose... et parfois écrase.
 Étés brûlants, locaux surchauffés, conditions déjà
 difficiles — et pourtant, une chose élémentaire manque
 encore : l'accès à l'eau.

Dans certains bâtiments, aucun point d'eau à
 disposition du personnel.

Rien. Pas une fontaine, pas un robinet accessible.
 Alors oui, cette vieille phrase résonne autrement :

« Fontaine, je ne boirai pas de ton eau... »

Mais ici, ce n'est pas un choix.

C'est une contrainte. Une aberration. Une négligence.
 Comment accepter qu'en 2026, dans une administration
 publique, des agents doivent composer avec la chaleur
 sans accès direct à l'eau ?

Comment parler de conditions de travail dignes quand
 un besoin aussi fondamental n'est pas assuré ?

Installer des fontaines à eau, ce n'est pas un confort.

Ce n'est pas un privilège.

C'est une nécessité vitale.

Pour la santé.

Pour la sécurité.

Pour le respect des personnels.

Nous ne demandons pas l'impossible.

Nous demandons l'évidence.

Il est temps que cela change.

Il est temps d'agir.

Parce que travailler sous pression ne doit jamais vouloir
 dire travailler sans eau.



LA CÉGETTE

L'expression syndicale CGT au travail dans !



UNE SITUATION DEVENUE INGÉRABLE.

Le parking du personnel, pourtant indispensable, est trop souvent inaccessible.



RÉSULTAT :

les agents doivent se garer à l'extérieur, dans des conditions peu sécurisées.



Faute de places dans la rue, certains véhicules ont même été verbalisés, voire enlevés par la fourrière.



IL NE S'AGIT PAS D'UN DÉTAIL, MAIS DE CONDITIONS DE TRAVAIL.



UN ACCÈS FIABLE ET SÉCURISÉ AU PARKING DU PERSONNEL DEVRAIT ÊTRE GARANTI, TOUT SIMPLEMENT !



AGIR POUR DE MEILLEURES CONDITIONS DE TRAVAIL, C'EST RESPECTER CEUX QUI FONT FONCTIONNER LA PRISON !

LA CGT

L'expression syndicale CGT est avant de tous !

**la
cgt**
DES BAUMETTES

ÉDITO
LA CGT DES
BAUMETTES

DÉLINQUANCE ADMINISTRATIVE :

QUAND L'ADMINISTRATION PÉNITENTIAIRE

ABANDONNE LES VICTIMES
D'ACCIDENTS DU TRAVAIL !

TROP DE DÉLAIS,
TROP DE SILENCE,
TROP D'ABANDON !

LES RETARDS DE REMBOURSEMENT DES ACCIDENTS DU TRAVAIL (AT) : UN SCANDALE ORGANISÉ !

- ➔ Les déclarations s'accumulent, les dossiers s'empilent, et les remboursements ne viennent pas.
- ➔ Les professionnels de santé ne sont plus payés dans des délais raisonnables.
- ➔ Ils refusent désormais d'avancer les frais et reportent la charge sur les salariés.

COMMENT ACCEPTER QUE DES TRAVAILLEURS, DÉJÀ FRAGILISÉS PAR UN ACCIDENT, SE VOIENT CONTRAINTS DE PAYER DE LEUR POCHE DES SOINS QUI DEVRAIENT ÊTRE PRIS EN CHARGE SANS DÉLAI ?



CES DYSFONCTIONNEMENTS
NE SONT PAS ANODINS :
ILS RÉVÈLENT L'EFFONDREMENT
D'UN SYSTÈME CENSÉ
PROTÉGER LES TRAVAILLEURS !

DES CONSÉQUENCES DRAMATIQUES !



POUR LES SALARIÉS

- Des frais médicaux à avancer, parfois impossibles à assumer.
- Des soins retardés, parfois abandonnés.
- Un sentiment d'abandon total.



POUR LES PROFESSIONNELS DE SANTÉ

- Une charge administrative insupportable.
- Des dossiers en souffrance.
- Des agents à bout.
- Refus de prendre en charge les patients en AT.

SOUS-EFFECTIFS
CHRONIQUES =
SYSTÈME
EN DÉFÀILLANCE

LA SANTÉ N'EST PAS UNE VARIABLE D'AJUSTEMENT !



- ✓ Les personnels et les soignants ne sont pas des pions dans un jeu bureaucratique.
- ✓ La santé est un droit, pas un privilège.
- ✓ Assez d'indifférence, assez de mépris !

LA CGT DES BAUMETTES EXIGE :



DES REMBOURSEMENTS
RAPIDES ET FIABLES.



UNE PRISE EN CHARGE
SANS AVANCE DE FRAIS.



UN RECRUTEMENT MASSIF
DANS LES SERVICES
ADMINISTRATIFS !

DERRIÈRE CHAQUE DOSSIER,
IL Y A UN COLLÈGUE !

- ✓ ASSEZ DE DÉLAIS !
- ✓ ASSEZ D'ABANDON !
- ✓ ASSEZ DE MÉPRIS !

LA CGT DES BAUMETTES
SE BAT POUR DES CONDITIONS
DE TRAVAIL DIGNES ET UN SERVICE
PUBLIC QUI PROTÈGE SES AGENTS !





DOSSIER SPECIAL
GUIDE LE LA MOBILITE

la cgt
Pénitentiaire

DEMANDER SA MOBILITÉ C'EST BIEN, LA COMPRENDRE, C'EST MIEUX !

Pour comprendre et garantir vos droits, **Le CGT Pénitentiaire** décrypte pour vous. **DOSSIER**

Uniformes
Ben ♡

Retrouvez notre nouveau guide complet en scannant ce QR Code ! Et aussi sur notre site !

MOBILITÉ CEA
GUIDE 2025

www.cgtpenitentiaire.com





PLANNING DES BRIGADIERS CHEFS

Encore une fois, les plannings parlent d'eux-mêmes... et le constat est difficile à ignorer. Des disparités persistent entre brigadiers-chefs, avec des charges de travail qui varient fortement d'un agent à l'autre, sans véritable cohérence. À fonctions égales, comment expliquer de telles différences dans l'organisation du travail ? Où est l'équité ?

Ce qui pourrait passer pour une simple impression devient, à la lecture des plannings, une réalité bien concrète. Certains enchaînent les contraintes quand d'autres bénéficient de conditions plus souples. À la longue, ces écarts alimentent fatigue, incompréhension et sentiment d'injustice. Un planning n'est pas qu'un outil de gestion, c'est aussi un marqueur de respect et de reconnaissance envers les agents. Il est difficile d'accepter que cette équité, pourtant essentielle au bon fonctionnement des équipes, ne soit pas pleinement respectée. Il devient urgent de revoir cette organisation pour garantir une répartition plus juste et cohérente. À travail égal, chacun doit pouvoir bénéficier de conditions équitables. Il est temps que cela devienne une réalité.

	NP	NP	RH	RH	QH2	QH2	RH	RH	RH	CA	CA	CA	CA	CA	CA	CA	NP	NP	RH	RH	QH5	QH5	QH5	RH	RH	NP	NP	RH	RH
	RH	RH	RH	RH	QH1	QH1	RH	RH	RH	QH4	QH4	RH	RH	QH4	QH4	QH4	RH	RH	QH5	QH5	RH	RH	RH	QH4	QH4	RH	RH	QH5	QH5
2	QH2	QH2	RH	RH	NP	NP	RH	RH	RH	QH5	QH5	RH	RH	QH2	QH2	QH2	RH	RH	RH	RH	RH	RH	RH	NP	NP	RH	RH	QH2	QH2
3	RH	RH	QH1	QH1	RH	RH	NP	NP	NP	RH	RH	QH2	QH2	RH	RH	RH	NP	NP	RH	RH	QH1	QH1	QH1	RH	RH	QH5	QH5	RH	RH
4	RH	RH	QH2	QH2	RH	RH	QH1	QH1	QH1	RH	RH	NP	NP	RH	RH	RH	QH2	QH2	RH	RH	NP	NP	NP	RH	RH	QH2	QH2	RH	RH
4	QH4	QH4	RH	RH	QH4	QH4	RH	RH	RH	CA	CA	CA	CA	CA	CA	CA	QH4	QH4	RH	RH	QH2	QH2	QH2	RH	RH	NP	NP	RH	RH
5	RH	RH	QH4	QH4	RH	RH	QH4	QH4	QH4	RH	RH	QH4	QH4	RH	RH	RH	QH4	QH4	RH	RH	QH4	QH4	QH4	RH	RH	QH4	QH4	RH	RH
6	RH	RH	NP	NP	RH	RH	QH2	QH2	QH2	RH	RH	NP	NP	RH	RH	RH	ACO	DER	MAF	PAF	RH	RH	RH	NP	NP	RH	RH	QH4	QH4
7	QH1	QH1	détente	RH	RH	RH	RH	RH	RH	NP	NP	RH	RH	QH1	QH1	QH1	RH	RH	NP	NP	RH	RH	RH	CA	CA	CA	CA	CA	CA
8	QH5	QH5	RH	RH	NP	NP	RH	RH	RH	QH1	QH1	RH	RH	NP	NP	NP	RH	RH	QH1	QH1	RH	RH	RH	QH5	QH5	RH	RH	QH1	QH1
9	NP	NP	RH	RH	RH	RH	RH	RH	RH	QH2	QH2	RH	RH	NP	NP	NP	RH	RH	QH2	QH2	RH	RH	RH	QH2	QH2	RH	RH	NP	NP
10	RH	RH	NP	NP	RH	RH	NP	NP	NP	RH	RH	QH1	QH1	RH	RH	RH	QH1	QH1	RH	RH	NP	NP	NP	RH	RH	QH1	QH1	RH	RH
11	RH	RH	QH5	QH5	RH	RH	QH5	QH5	QH5	RH	RH	QH5	QH5	RH	RH	RH	QH5	QH5	RH	RH	QH5	QH5	QH5	RH	RH	QH5	QH5	RH	RH





PLANNING AGENT

Ce planning n'est pas simplement discutable... il est dangereux. À sa lecture, une réalité saute aux yeux : l'enchaînement des horaires, le manque de récupération et l'absence de cohérence exposent directement l'agent à une fatigue chronique. Et dans nos métiers, la fatigue n'est jamais anodine.

Dans l'administration pénitentiaire, une majorité d'agents déclarent une fatigue importante liée aux rythmes de travail, avec des conséquences directes sur la santé, notamment sur le sommeil et l'équilibre psychologique. Malgré cela, des plannings comme celui-ci continuent d'être mis en place, avec des journées longues, des reprises rapides et des alternances incohérentes qui augmentent mécaniquement les risques d'erreur, les pertes de vigilance et les tensions.

Il faut le dire clairement : un agent fatigué, c'est un établissement en danger. La sécurité ne repose pas uniquement sur des procédures ou des dispositifs, mais avant tout sur des personnels capables d'assurer leurs missions dans des conditions normales. Lorsque la fatigue s'installe, c'est toute la chaîne de sécurité qui se fragilise.

À cela s'ajoutent des risques psychosociaux bien réels : stress, irritabilité, épuisement, perte de repères. Ces situations ne sont pas isolées, elles deviennent progressivement la norme. Ce type de planning ne relève pas d'une simple erreur d'organisation, mais bien d'une prise de risque inutile et d'un manque évident de prévention.

On ne peut pas exiger des agents qu'ils soient irréprochables tout en les plaçant dans des conditions qui les épuisent. Il est urgent de remettre du bon sens dans l'organisation du travail, de respecter les temps de récupération et de garantir des conditions compatibles avec les exigences du métier.

Au fond, la question reste entière : combien de temps encore la sécurité des établissements reposera-t-elle sur des agents à bout de souffle ?

mai 2026

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
				1 C59 MVT4 10h30	2 RH 0h00	3 RH 0h00
4 	5 C55 PIC3 11h30	6 C55 PRO1 11h30	7 RH 0h00	8 C68 MVPCC2 11h30	9 C55 PIC3 11h30	10 C60 2QH3 10h30
11 RH 0h00	12 RH 0h00	13 C60 2QH3 10h30	14 C60 4QH2. 10h30	15 C59 MVT3 10h30	16 C60 2QH4 10h30	17 RH 0h00
18 C55 PIC3 11h30	19 C60 2QH3 10h30	20 RH 0h00	21 C55 PIC5 11h30	22 C56 ACT1 11h30	23 C55 PIC3 11h30	24 C55 PIC3 11h30
25 RH 0h00	26 C55 PRO4 11h30	27 NPU N3B2 12h15	28 N* N7B2 5h15	29 DN* 7h00	30 RH 0h00	31 RH 0h00



C'EST ARRIVÉ ! 🎉

Préparez vos vacances moins cher !

Demandez votre numéro d'affilié pour bénéficier de réductions sur vos prochaines vacances avec la CGT Pénitentiaire.

PREPAREZ VOS VACANCES MOINS CHER!

Avantages EXCLUSIFS pour le PERSONNEL !

VOYAGES INCROYABLES

BILLETERIE PRÉFÉRENTIELLE

LOCATIONS DE VACANCES

RÉDUCTIONS sur VOYAGES, BILLETERIE, LOCATIONS...

- ✔ Voyages
- ✔ Billets & Attractions
- ✔ Locations vacances

Avec la **CGT PÉNITENTIAIRE**, pour bénéficier d'**OFFRES EXCEPTIONNELLES**

✉ Contactez-nous sur cgtpenitpaca@gmail.com



pénitentiaire
**la
cgt**

GRÂCE À NOTRE
PARTENARIAT!

TLC
vacances

CGT PÉNITENTIAIRE & TLC VACANCES

DES VACANCES À PRIX NÉGOCIÉS POUR LE PERSONNEL PÉNITENTIAIRE

OFFRES SPÉCIALES ÉTÉ 2026

Partez l'esprit libre, profitez à fond!

-15%*
SUR 1 SEMAINE

-20%*
SUR 2 SEMAINES

* Offres valables du 04 juillet
au 29 août 2026 inclus
Sous réserve de disponibilité
et non rétroactive.



PLUS DE 20 DESTINATIONS
en France et en Espagne

Vendée • Bretagne • Sud • Montagne
Espagne et bien plus encore !



RÉSERVEZ DÈS MAINTENANT !

02 35 21 69 63



TARIFS NÉGOCIÉS
grâce au partenariat
CGT Pénitentiaire &
TLC Vacances



DEMANDEZ VOTRE CODE PARTENAIRE
sur cgtdesbaumettes@gmail.com
ou 04 88 22 92 88

LES
LONGS
SÉJOURS
2026

POUR 3 SEMAINES

520€*

Le séjour
en mobil-home ou chalet
4/6 personnes

POUR 4 SEMAINES

620€*

Le séjour
en mobil-home ou chalet
4/6 personnes

POUR 5 SEMAINES

760€*

Le séjour
en mobil-home ou chalet
4/6 personnes



SÉJOURS SÉCURISÉS
et encadrés



POUR VOUS
ET VOS PROCHES



EN FRANCE
ET EN ESPAGNE



PLUS DE 20 ANS
D'EXPÉRIENCE

Descriptifs, photos, disponibilités et inscriptions sur

www.tlcvacances.fr

RECETTE DU MOIS



RECETTE DU MOIS



PÂTES À LA CRÈME ET AU POULET

INGRÉDIENTS
(POUR 4 PERSONNES)

- 400 g de pâtes (penne ou tagliatelles)
- 2 filets de poulet
- 20 cl de crème fraîche
- 1 oignon
- 1 gousse d'ail
- 50 g de parmesan râpé
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- Sel, poivre
- (Optionnel : champignons ou lardons)



PRÊT EN 30 MIN



PRÉPARATION

- 1 Faites cuire les pâtes dans une grande casserole d'eau salée selon le temps indiqué sur le paquet. Égouttez et réservez.
- 2 Coupez le poulet en petits morceaux. Émincez l'oignon et hachez l'ail.
- 3 Dans une poêle, faites revenir l'oignon avec l'huile d'olive pendant quelques minutes.
- 4 Ajoutez le poulet et faites-le dorer jusqu'à ce qu'il soit bien cuit.
- 5 Incorporez l'ail (et les champignons ou lardons si vous en mettez), puis laissez cuire encore 2 à 3 minutes.
- 6 Versez la crème fraîche, salez, poivrez et laissez mijoter à feu doux quelques minutes.
- 7 Ajoutez les pâtes dans la poêle, mélangez bien pour les enrober de sauce.
- 8 Servez chaud avec du parmesan râpé.

ASTUCE DU CHEF

Ajoutez un peu de persil frais ou une pointe de moutarde pour relever la sauce !



RÉSULTAT :

Un plat simple, rapide et efficace, parfait après une grosse journée !



BON APPÉTIT À TOUS !



la cgt CGT
DES BAUMETTES
Ensemble, on va plus loin !



BON APPÉTIT À TOUS !
CGT DES BAUMETTES

Même en cuisine, on assure ! :-)



LES MOTS CROISÉS DU MOIS – LA CEGETTE

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	S	U	R	P	O	P	U	L	A
2	E	G
3	C	.	D	R	O	I	T	S	E
4	U	N
5	R	E	S	P	E	C	T	.	T
6	I	S
7	T	.	S	E	C	U	R	I	T
8	E
9	.	F	A	T	I	G	U	E	.

▶ DÉFINITIONS

▼ Horizontal

Trop de détenus pour pas assez de places

Ce que les agents défendent

Ce que chacun mérite au travail

Élément essentiel dans les établissements

État fréquent des agents

▲ Vertical

Ce que l'on perd quand les conditions se dégradent

Ce que réclament les personnels

Manque chronique dans les établissements

Résultat d'un mauvais planning

Ce qui doit être garanti à tous

RÉPONSES

👉 À retrouver dans la prochaine Cegette... ou sur le terrain 😊

RAPPEL IMPORTANT – DES PERSONNELS



RAPPEL IMPORTANT

QUELLE QUE SOIT VOTRE SITUATION,



VOUS N'ÊTES PAS SEULS.



UNE AIDE JURIDIQUE À VOTRE DISPOSITION

La CGT des Baumettes met à disposition des agents un cabinet d'avocats pour vous accompagner et vous défendre.

**OUVERT À TOUS LES PERSONNELS,
QUE VOUS SOYEZ SYNDIQUÉS CGT OU NON.**

Notre objectif :
mettre tous les moyens en œuvre pour que
vous soyez défendus et respectés dans vos droits.



CONTACT CGT

✉ cgtdesbaumettes@gmail.com

☎ **04 88 22 92 88**

NE RESTEZ PAS SEULS.
UN PROBLÈME IGNORÉ S'AGGRAVE.
UN DROIT DÉFENDU SE GAGNE.

Cabinet

KARAA

36 Cours Lieutaud
13001 Marseille

☎ **09 86 53 14 12**

⚖️ 1 avocat
DROIT PUBLIC

⚖️ 1 avocat
DROIT SYNDICAL

⚖️ 1 avocat
DROIT PÉNAL

⚖️ 1 avocat
DROIT PRIVÉ



**FAIRE REMONTER VOS
QUESTIONS SUR :
cgtdesbaumettes@gmail.com
ou 04 88 22 92 88**



**L'assistant de prévention se fera un plaisir de
répondre a vos questions et la direction de viser
vos observations !**