Ce document a été mis en ligne par l'organisme FormaV®.

Toute reproduction, représentation ou diffusion, même partielle, sans autorisation préalable, est strictement interdite.

Pour consulter tous nos sujets d'annales et corrigés du CAP PSR, veuillez visiter :
cappsr.fr/annales-sujets-et-corriges

CAP PSR

CAP - Épreuve ponctuelle de Prévention Santé Environnement

Session 2023 • Code sujet : **Sujet 24 T** • Durée : **Durée non indiquée dans cette édition**

Sommaire

Cliquez sur une partie pour y accéder directement

1. Sommeil, conduites addictives et risques majeurs (10 questions) **Page 3**

2. Risques professionnels liés au travail au froid et rôle du SST (9 questions) **Page 6**

3. Ce qu'il faut retenir & Questions fréquentes (FAQ) (Synthèse & Q&A Examen) **Page 9**

Sujet officiel (PDF) : https://cappsr.fr/assets/annales/cap-psr/Prévention-santé-environnement/2023/CAP PSR - Prévention-santé-environnement - Session 2023 - 1-Sujet.pdf

1. Sommeil, conduites addictives et risques majeurs

La première partie mobilise des situations de prévention concernant le sommeil et les conduites addictives chez les adolescents. Elle aborde également l'identification des risques majeurs à partir d'un DDRM et les conduites à tenir en cas d'événement majeur.

Question Q1.1. Expliquer comment limiter les conséquences d'un manque de sommeil chez un adolescent.

Le manque de sommeil peut être limité en agissant sur les habitudes de vie. L'adolescent peut réduire l'usage des écrans avant le coucher, pratiquer une activité physique dans la journée et conserver des horaires de sommeil réguliers. Le cadre familial peut aussi fixer des règles concernant les écrans, même si le barème précise qu'aucune prescription familiale n'est donnée dans la situation.

> ✓ **RÉPONSE À RETENIR**
>
> Limiter les écrans avant le coucher et garder des horaires de sommeil réguliers.

Question Q1.2. À partir des éléments présentés, identifier les causes du manque de sommeil et son effet sur la durée de sommeil de l'adolescent.

Élément	Réponse
Causes liées aux habitudes de vie	Usage des écrans avant le coucher ; manque d'activité physique
Cadre familial	Aucune prescription concernant les écrans
Effet constaté	L'adolescent dort moins de sept heures par nuit

Les deux habitudes de vie sont les causes à relever, et la durée inférieure à sept heures est l'effet attendu.

> ✓ **RÉPONSE À RETENIR**
>
> Écrans avant le coucher et manque d'activité physique ; moins de sept heures de sommeil par nuit.

Question Q1.3. Donner deux arguments en faveur d'une quantité suffisante de sommeil.

Une quantité suffisante de sommeil permet la récupération de la fatigue physique et de la fatigue mentale. Ce sont deux arguments distincts recevables. On peut aussi citer la prévention des répercussions négatives sur la vie sociale ou scolaire. Il faut préciser le type de fatigue pour que l'argument sur la récupération soit complet.

> ✓ **RÉPONSE À RETENIR**
>
> Le sommeil permet de récupérer de la fatigue physique et de la fatigue mentale.

Question Q1.4. Proposer deux comportements favorisant la qualité du sommeil.

Deux comportements possibles sont d'éviter les écrans juste avant de s'endormir et de ne pas prendre de boissons excitantes le soir. Le barème accepte aussi un rituel du soir, des horaires de coucher réguliers, un dîner non copieux ou une chambre réglée à 19 °C. Les réponses doivent décrire des actions, par exemple « éviter les boissons excitantes », et non nommer seulement un élément.

> ✓ **RÉPONSE À RETENIR**
>
> Éviter les écrans avant de dormir et les boissons excitantes le soir.

Question Q1.5. Nommer le phénomène désigné par « addiction » ou « dépendance ».

Le phénomène se nomme addiction ou dépendance. Ces deux termes sont explicitement acceptés par le barème. Il suffit ici de nommer le phénomène désigné dans la question ; aucun développement supplémentaire n'est nécessaire pour obtenir la réponse attendue.

> ✓ **RÉPONSE À RETENIR**
>
> Addiction ou dépendance.

Question Q1.6. Parmi les six affirmations proposées, repérer les informations exactes concernant la vente d'alcool et de stupéfiants, le statut du cannabis et les peines encourues.

Cocher les affirmations exactes indiquées par le barème : vente d'alcool interdite aux mineurs de moins de 18 ans ; cannabis illicite en France ; peines encourues uniquement financières ; faire boire un mineur jusqu'à l'ivresse constitue un délit. Les affirmations selon lesquelles la vente de stupéfiants est interdite uniquement aux mineurs et le cannabis est illicite uniquement pour les mineurs sont à écarter. Il y a quatre affirmations exactes parmi les six proposées.

> ✓ **RÉPONSE À RETENIR**
>
> Cocher les affirmations 1, 4, 5 et 6.

Question Q1.7. Relever deux éléments justifiant que le séisme constitue un risque majeur, en faisant apparaître sa faible fréquence et la gravité de ses conséquences.

Pour montrer le caractère majeur du risque, il faut associer une faible fréquence à une forte gravité. La faible fréquence est indiquée par la formule « un événement rarissime dans nos régions ». La gravité est illustrée par les conséquences du séisme : 135 bâtiments globalement touchés et 170 personnes à reloger. Les deux éléments doivent être présents pour répondre complètement.

✓ RÉPONSE À RETENIR

Événement rarissime dans la région ; 135 bâtiments touchés et 170 personnes à reloger.

Question Q1.8. Citer les autres risques majeurs visibles dans le DDRM.

Le DDRM mentionne comme autres risques majeurs visibles les risques de tempête, d'inondation, d'incendie, les risques littoraux et les mouvements de terrain. Ces cinq catégories sont celles relevées dans la grille. Le pluriel « risques littoraux » reprend l'intitulé du barème.

✓ RÉPONSE À RETENIR

Tempête, inondation, incendie, risques littoraux et mouvements de terrain.

Question Q1.9. Indiquer deux conduites à tenir en cas d'événement majeur, parmi celles proposées ou toute autre conduite cohérente.

Deux conduites à tenir possibles sont de se mettre à l'abri et d'écouter la radio. Le barème accepte également de ne pas aller chercher les enfants à l'école, de ne pas téléphoner et de fermer les portes, les fenêtres et les aérations. Il faut retenir des actions adaptées à la situation et aux consignes des autorités.

✓ RÉPONSE À RETENIR

Se mettre à l'abri et écouter la radio.

Question Q1.9 bis. Justifier les conduites à tenir en reliant chaque justification à la conduite concernée.

Chaque justification doit être reliée à la conduite correspondante :

- Ne pas aller chercher les enfants à l'école : ils y sont en sécurité et les routes restent libres pour les secours.
- Ne pas téléphoner : les lignes restent disponibles pour les secours.
- Fermer portes, fenêtres et aérations : cela limite l'entrée de polluants.
- Écouter la radio : cela permet d'attendre et de suivre les consignes des autorités.
- Se mettre à l'abri : cela permet de se protéger.

✓ RÉPONSE À RETENIR

Ne pas téléphoner pour libérer les lignes des secours ; se mettre à l'abri pour se protéger.

2. Risques professionnels liés au travail au froid et rôle du SST

La situation professionnelle concerne Elsa, préparatrice de commandes dans un entrepôt bruyant dont la température est proche de zéro degré. L'évaluation porte sur l'analyse de son activité, les risques liés au froid, le choix de gants adaptés et l'intervention du SST auprès d'une victime blessée avec un cutter.

Situation professionnelle

Question Q2.1.1. À partir de la situation de travail, relever les informations concernant l'individu, les tâches, le matériel et le milieu.

Élément	Informations relevées
Individu	Elsa, préparatrice de commandes, employée depuis 2 ans, titulaire d'un CAP EPC
Tâches	2 tâches parmi : identifier le contenu des caisses, compléter les caisses, vérifier leur poids, placer les caisses sur les palettes
Matériel	Caisses réfrigérées préparées, lecteur de code-barres, balance
Milieu	Entrepôt bruyant, température ambiante proche de 0 °C

La situation demande de relever les caractéristiques de l'individu, des tâches, du matériel et du milieu.

> ✓ **RÉPONSE À RETENIR**
>
> Elsa, préparatrice de commandes depuis 2 ans, CAP EPC ; 2 tâches parmi les 4 citées ; caisses réfrigérées, lecteur de code-barres, balance ; entrepôt bruyant à température proche de 0 °C.

Familles de risques

Question Q2.1.2. Identifier les familles de risques présentes parmi les propositions.

La situation mentionne le froid et le bruit. Les caisses doivent aussi être manipulées et déplacées, ce qui implique une charge physique de travail. Aucun élément ne signale ici un risque chimique ou biologique.

> ✓ **RÉPONSE À RETENIR**
>
> Risques liés aux ambiances thermiques, au bruit et à la charge physique de travail.

Accident du travail

Question Q2.1.3. Expliquer le risque d'accident du travail en reliant les effets du froid sur les doigts à une conséquence possible lors de la manipulation d'objets ou d'outils.

Au froid, les doigts peuvent devenir engourdis et douloureux. Elsa risque alors de moins bien saisir les objets ou les outils et de les lâcher, ce qui peut provoquer un accident du travail.

> ✓ **RÉPONSE À RETENIR**
>
> Doigts engourdis et douloureux : risque de lâcher un objet ou de gêner la manipulation d'un outil.

Équipement de protection

Question Q2.1.4. Choisir la paire de gants adaptée à la situation.

Choisir les gants n° 2 : ils sont adaptés au travail dans un environnement froid et aux contacts avec des produits alimentaires.

> ✓ **RÉPONSE À RETENIR**
>
> Gants n° 2.

Question Q2.1.5. Justifier le choix des gants avec deux arguments liés aux conditions de travail et aux contacts alimentaires.

Les gants n° 2 conviennent car ils sont isolants et permettent de travailler à basse température. Ils sont également certifiés et adaptés aux contacts alimentaires.

> ✓ **RÉPONSE À RETENIR**
>
> Gants isolants pour le froid et certifiés pour les contacts alimentaires.

Intervention du SST

Question Q2.2.1. Indiquer comment protéger la victime en retirant ou en écartant le cutter qu'elle tient dans la main.

Retirer ou écarter le cutter tenu dans la main de la victime afin de supprimer le danger immédiat, sans s'exposer soi-même.

> ✓ **RÉPONSE À RETENIR**
>
> Retirer ou écarter le cutter tenu par la victime.

Question Q2.2.2. Justifier cette mesure de protection en précisant le risque de suraccident ou d'aggravation évité.

Éloigner le cutter permet d'éviter qu'une autre personne se blesse et limite le risque de suraccident ou d'aggravation de la situation.

> ✓ **RÉPONSE À RETENIR**
>
> Éviter un suraccident et l'aggravation de la situation.

Question Q2.2.3. Citer trois actions complémentaires à effectuer auprès de la victime.

1. Couvrir la victime.
2. La rassurer.
3. La surveiller.

> ✓ **RÉPONSE À RETENIR**
>
> Couvrir, rassurer et surveiller la victime.

Prévention

Question Q2.2.4. Indiquer le rôle du SST en matière de prévention dans l'entreprise.

Le SST participe à la prévention : il repère les situations à risque, transmet à sa hiérarchie ses observations et préconisations, et veille à l'entretien du matériel de secours, notamment de la trousse de secours.

> ✓ **RÉPONSE À RETENIR**
>
> Repérer les risques, les signaler à la hiérarchie avec des préconisations et veiller au matériel de secours.

Ce qu'il faut retenir de ce sujet (Session 2023)

Bilan de l'épreuve : Cette épreuve ponctuelle de Prévention Santé Environnement du CAP, repérée Sujet 24 T, comporte une première partie de 12 points portant sur au moins deux thématiques A, B ou D, avec la thématique A obligatoire, puis une seconde partie de 8 points sur la thématique C. La session, la durée et le coefficient ne sont pas indiqués. Les compétences évaluées incluent l'analyse, la prévention, l'argumentation et la communication.

Notions-clés, formules & règles à maîtriser

- Un sommeil suffisant favorise la récupération physique et mentale et limite les répercussions négatives sur la vie sociale et scolaire.
- Un risque majeur se caractérise par une faible fréquence et une forte gravité des conséquences.
- Le froid peut engourdir et rendre les doigts douloureux, gêner les manipulations ou provoquer le lâcher d'objets.
- Le SST intervient auprès de la victime et contribue à la prévention en signalant les situations à risque.

Points de vigilance & attentes du jury

- Relier clairement les causes d'une situation aux effets et aux conséquences attendues.
- Pour un risque majeur, faire apparaître les deux critères : faible fréquence et forte gravité.
- Formuler les conduites à tenir comme des actions et relier chaque justification à l'action concernée.
- Justifier le choix d'un équipement en reliant ses caractéristiques aux contraintes concrètes de l'activité.

Questions fréquentes sur cette épreuve (Q&A Examen)

Q : Comment justifier qu'un événement constitue un risque majeur ?

Il faut montrer que l'événement est peu fréquent et qu'il peut avoir des conséquences graves. Appuyez-vous sur les informations du document pour illustrer séparément ces deux critères.

Q : Comment relier le travail au froid à un risque d'accident ?

Expliquez que le froid peut engourdir et rendre douloureux les doigts. Cette gêne peut compliquer la manipulation d'outils ou d'objets et conduire à en lâcher un.

Q : Quel est le barème des deux parties et la durée de l'épreuve ?

La première partie vaut 12 points et la seconde 8 points. Les pages fournies ne précisent ni la durée officielle de l'épreuve, ni la session, ni le coefficient.

Q : Quels éléments faut-il donner pour justifier le choix des gants ?

Reliez le choix aux conditions de travail au froid et aux contacts alimentaires. La grille attend des gants isolants, permettant de travailler à basse température, et adaptés aux contacts alimentaires.

Sujet officiel associé (PDF) : https://cappsr.fr/assets/annales/cap-psr/Prévention-santé-environnement/2023/CAP PSR - Prévention-santé-environnement - Session 2023 - 1-Sujet.pdf
Ressources CAP Production et Service en Restaurations : Toutes les annales & corrigés • Fiches de révision complètes • Simulateur de notes d'examen

Copyright © 2027 FormaV®. Tous droits réservés.

FormaV® est une marque déposée auprès de l'INPI sous le numéro 5227897.

Ce document a été élaboré par FormaV® avec le plus grand soin afin d'accompagner chaque apprenant vers la réussite de ses examens. Son contenu (textes, graphiques, méthodologies, tableaux, exercices, concepts, mises en forme) constitue une œuvre protégée par le droit d'auteur.

Toute copie, partage, reproduction, diffusion ou mise à disposition, même partielle, gratuite ou payante, est strictement interdite sans accord préalable et écrit de FormaV®, conformément aux articles L.111-1 et suivants du Code de la propriété intellectuelle. Dans une logique anti-plagiat, FormaV® se réserve le droit de vérifier toute utilisation illicite, y compris sur les plateformes en ligne ou sites tiers.

En utilisant ce document, vous vous engagez à respecter ces règles et à préserver l'intégrité du travail fourni. La consultation de ce document est strictement personnelle.

Merci de respecter le travail accompli afin de permettre la création continue de ressources pédagogiques fiables et accessibles.