

CERTIFICAT D'APTITUDE PROFESSIONNELLE MARITIME DE CONCHYLICULTURE

CERTIFICAT D'APTITUDE PROFESSIONNELLE MARITIME DE MATELOT

PREVENTION SANTE ENVIRONNEMENT

(Durée : 1 heure)

LES REPONSES SERONT FAITES DIRECTEMENT SUR CE SUJET DANS LES EMBLEMES PREVUS A CET EFFET.

PLACER CES FEUILLES DANS LA COPIE D'EXAMEN.

Nota :

1. *Aucun document n'est autorisé.*
2. *Délits de fraude : "Tout candidat pris en flagrant délit de fraude ou convaincu de tentative de fraude sera immédiatement exclu de la salle d'examen et risque l'exclusion temporaire ou définitive de toute école et d'une ou plusieurs sessions d'examens sans préjudice de l'application des sanctions prévues par les lois et règlements en vigueur réprimant les fraudes dans les examens et concours publics".*

Tournez la page SVP

NUMERO DE PLACE :

NE RIEN INSCRIRE AU DESSUS DE CETTE LIGNE .

1^{ère} QUESTION (valeur = 4)

Alimentation et Santé.

Une alimentation équilibrée assure santé, vitalité et permet de mieux travailler en se fatiguant moins. Ne pas respecter les règles de base entraîne des conséquences plus ou moins graves sur la santé.

1. A l'aide de vos connaissances, rappeler deux règles d'une alimentation équilibrée qui respecte les besoins du corps.

.....

2. Citer 2 conséquences des erreurs alimentaires sur la santé.

.....

3. Parmi les mesures proposées, **cocher la réponse qui convient dans le tableau suivant.**

| | Attitude personnelle | Mesure collective |
|---|-----------------------------|--------------------------|
| Supprimer les distributeurs de confiseries dans les établissements scolaires. | | |
| Prendre un petit- déjeuner équilibré tous les matins. | | |
| Message télévisé : « Pour votre santé, mangez au moins 5 fruits et légumes par jour. ». | | |
| Manger un produit laitier à chaque repas. | | |
| Plan National Nutrition Santé visant à améliorer l'équilibre alimentaire des populations. | | |
| Eviter le grignotage. | | |
| Message « Pour votre santé, évitez de manger trop gras, trop sucré, trop salé. » | | |
| Plan Santé Jeunes visant la promotion des bonnes habitudes alimentaires. | | |

NUMERO DE PLACE :

NE RIEN INSCRIRE AU DESSUS DE CETTE LIGNE .

2^e QUESTION (valeur = 4)

Les conduites addictives.

Situation : David, 18 ans, vient d'obtenir son CAP de matelot. Il est embauché sur un chalutier. Les contraintes liées aux horaires de travail de nuit et la difficulté des tâches le poussent à consommer de l'héroïne pour tenir le coup. De plus, il ne refuse jamais de boire quelques bières à quai quand le travail est terminé et rentre souvent en état d'ébriété à la maison.

1. Nommer les deux substances addictives consommées par David.

.....

2. Citer une conséquence du comportement de David sur sa santé.

.....

3. Citer une conséquence du comportement de David sur sa vie sociale et professionnelle.

.....

4. Proposer à David deux mesures de prévention permettant de réduire ou supprimer ces risques.

.....

.....

NUMERO DE PLACE :

NE RIEN INSCRIRE AU DESSUS DE CETTE LIGNE .

3^e QUESTION (valeur = 4)

Prévenir les risques professionnels.

Situation :

Bertrand travaille comme comptable dans une société. Il est devant son écran d'ordinateur tous les jours. Regard bas, dos arrondi, poignets fléchis pendant 8 heures. Son travail est répétitif. Depuis plusieurs jours, il se plaint de diverses douleurs au cou, au dos et surtout au poignet. Le médecin du travail diagnostique un syndrome du canal carpien, qui fait partie des TMS, maladie professionnelle reconnue.

1. Donner la définition du sigle TMS.

.....

2. Relever dans la situation quatre facteurs à l'origine de cette maladie.

.....

3. Indiquer 2 zones du corps parmi les plus fréquemment atteintes.

.....

4. Proposer à Bertrand trois mesures pour prévenir les TMS.

.....

.....

NUMERO DE PLACE :

NE RIEN INSCRIRE AU DESSUS DE CETTE LIGNE .

4^e QUESTION (valeur = 5)

Le Budget et l'Epargne.

Bertrand décide de s'acheter un nouvel ordinateur. Coût de l'opération 1200 €. Son salaire mensuel est de 1200 €. Il perçoit également une aide au logement de 30 €/ mois. Ses dépenses mensuelles sont nombreuses :

- loyer 450 €
- alimentation 180 €
- transports 50 €
- abonnement téléphonique et internet 60 €
- entretien et hygiène 30 €
- vêtements 80 €
- loisirs 30 €
- assurances 50 €
- eau et électricité 50 €

1. Classer ces dépenses dans le tableau suivant :

| Dépenses fixes | Dépenses courantes | Dépenses d'équipement. |
|----------------|--------------------|------------------------|
| | | |

2. Calculer le total des recettes et des dépenses ainsi que le solde mensuel de Bertrand.

| | | |
|-------------------------|-------------------------|----------------|
| Recettes : | Dépenses : | |
| Total Recettes : | Total dépenses : | Solde : |

3. Indiquer si le budget de Bertrand est excédentaire ou déficitaire en justifiant la réponse.

.....

Pour payer son achat, le magasin propose à Bertrand de régler en 10 fois sans frais.

4. Indiquer si Bertrand peut assurer le remboursement de 10 mensualités de 120 €.

NUMERO DE PLACE :

NE RIEN INSCRIRE AU DESSUS DE CETTE LIGNE .

5^e QUESTION. (valeur = 3)

La recherche d'emploi.

Bertrand souhaite changer d'entreprise. Pour cela il consulte les offres d'emplois sur internet et rédige une lettre de motivation à laquelle il joint un CV.

1. Indiquer ce que signifie le terme CV et les rubriques que l'on peut y trouver.
.....

2. Indiquer le nom d'une structure d'accompagnement à la recherche d'emploi en France.
.....

3. Retrouver les différentes rubriques devant figurer dans une lettre de motivation en reportant les numéros correspondants sur le modèle ci-dessous .

1 Signature de l'expéditeur de la lettre. 2 Lieu et date de l'envoi.

3 Coordonnées de l'expéditeur. 4 Objet de la lettre et pièce jointes.

5 Nom et coordonnées du destinataire. 6 Corps de lettre manuscrite sans faute.

Bertrand RAMIREZ
8, Rue du chapitre
35000 Rennes.
Tel : 06 99 35 20 00

b.ramirez@free.fr

Rennes, le 01 Juin 2014.

Objet : Demande d'emploi.

P.J : C. V

Monsieur le Directeur,

Titulaire d'un Bac de comptabilité et de gestion, je me permets de vous contacter pour une demande d'emploi.

J'ai effectué deux périodes de formation en milieu professionnel au sein d'une société de fruits et légumes avant de travailler comme comptable dans une poissonnerie de Rennes.

Je pense posséder les compétences professionnelles requises pour intégrer votre entreprise.

Persévérant, je pense être capable de m'adapter rapidement.

Je me tiens à votre disposition pour une éventuelle rencontre afin de vous exposer mes motivations.

Je vous prie de recevoir, Monsieur le Directeur, mes salutations respectueuses.

Bertrand RAMIREZ

A
Monsieur le Directeur
Société Bonpoisson.
Boulevard de la mer.
35400 St-Malo