

Nom de l'élève : .....

Classe : .....

Date : .....

# QCM 1

## Les besoins nutritionnels des individus

- 1 Quels sont les besoins nutritionnels de l'organisme humain ?**
  - ☐ Les besoins énergétiques
  - ☐ Les besoins fonctionnels
  - ☐ Les besoins plastiques
- 2 Quels sont les besoins nutritionnels essentiellement mobilisés pour une activité physique ?**
  - ☐ Les besoins énergétiques
  - ☐ Les besoins fonctionnels
  - ☐ Les besoins plastiques
- 3 Quels sont les besoins nutritionnels essentiellement mobilisés pour assurer le renouvellement des cellules de l'organisme ?**
  - ☐ Les besoins énergétiques
  - ☐ Les besoins fonctionnels
  - ☐ Les besoins plastiques
- 4 Quels sont les besoins nutritionnels essentiellement mobilisés pour l'élimination des déchets de l'organisme ?**
  - ☐ Les besoins énergétiques
  - ☐ Les besoins fonctionnels
  - ☐ Les besoins plastiques
- 5 Quels sont les besoins énergétiques conseillés par jour pour un adolescent ayant une activité moyenne ?**
  - ☐ 5 600 kJ
  - ☐ 12 800 kJ
  - ☐ 7 700 kJ
- 6 Quelle est l'unité de mesure utilisée pour évaluer les besoins et les dépenses énergétiques d'un individu ?**
  - ☐ Le kilowatt
  - ☐ Le kilojoule
  - ☐ Le kilogramme
- 7 Quels facteurs font varier les dépenses énergétiques d'un individu ?**
  - ☐ L'âge
  - ☐ Le sexe
  - ☐ La nationalité
- 8 Quelle activité physique génère la plus grande dépense énergétique ?**
  - ☐ La marche
  - ☐ La natation
  - ☐ La lecture

Nom de l'élève : .....

Classe : .....

Date : .....

# QCM 2

## L'équilibre alimentaire

### 1 Quels sont les constituants alimentaires énergétiques ?

- ☐ Les glucides
- ☐ Les protides
- ☐ Les lipides

### 2 Quels sont les constituants alimentaires les plus énergétiques ?

- ☐ Les glucides
- ☐ Les protides
- ☐ Les lipides

### 3 Combien de fruits et légumes est-il recommandé de consommer par jour ?

- ☐ 3
- ☐ 4
- ☐ 5

### 4 À quel groupe d'aliments appartiennent les légumes secs ?

- ☐ Le groupe « viandes, poissons, œufs »
- ☐ Le groupe « céréales et féculents »
- ☐ Le groupe « sucre et produits sucrés »

### 5 Quel pourcentage le petit-déjeuner doit-il représenter dans la ration alimentaire journalière ?

- ☐ 15 %
- ☐ 25 %
- ☐ 30 %

### 6 Quelle est la signification du sigle « IMC » ?

- ☐ Indice de masse cérébrale
- ☐ Indice de mouvement corporel
- ☐ Indice de masse corporelle

### 7 Quel pourcentage des apports énergétiques les glucides doivent-ils représenter sur une journée ?

- ☐ 15 %
- ☐ 30 %
- ☐ 55 %

### 8 Quel comportement permet d'éviter la surcharge pondérale ?

- ☐ Être sédentaire
- ☐ Pratiquer une activité physique
- ☐ Manger équilibré

Nom de l'élève : .....

Classe : .....

Date : .....

# QCM 3

## L'appareil digestif, la digestion et l'absorption

### 1 Quels organes font partie du tube digestif ?

- ☐ Le foie
- ☐ L'estomac
- ☐ L'intestin grêle

### 2 Quel est le nom du suc sécrété par l'estomac ?

- ☐ La bile
- ☐ Le suc gastrique
- ☐ Le suc pancréatique

### 3 Quel est le rôle de l'estomac dans la digestion ?

- ☐ Assurer la mastication des aliments
- ☐ Assurer la déglutition des aliments
- ☐ Assurer le brassage des aliments

### 4 Quels constituants alimentaires sont simplifiés par la salive ?

- ☐ Les lipides
- ☐ Les protides
- ☐ Les glucides

### 5 Quels sont les nutriments obtenus à l'issue de la digestion des lipides ?

- ☐ Les oses
- ☐ Le glycérol
- ☐ Les acides gras

### 6 Dans quel organe a lieu l'absorption intestinale ?

- ☐ Le gros intestin
- ☐ L'intestin grêle
- ☐ Le rectum

### 7 Quel est le devenir des fibres alimentaires ?

- ☐ Elles sont absorbées par les villosités intestinales
- ☐ Elles sont stockées dans l'intestin grêle
- ☐ Elles sont évacuées par l'anus

### 8 Quels nutriments passent par la voie lymphatique ?

- ☐ Les acides aminés
- ☐ Les acides gras
- ☐ Le glycérol

Nom de l'élève : .....

Classe : .....

Date : .....

# QCM 4

## L'étiquetage alimentaire

### 1 Quelles sont les informations obligatoires figurant sur une étiquette de produit alimentaire ?

- ☐ La dénomination de vente
- ☐ Le prix
- ☐ La quantité nette de produit

### 2 Quels sont les produits alimentaires sur lesquels l'estampille sanitaire est obligatoire ?

- ☐ Les produits alimentaires d'origine animale
- ☐ Les produits alimentaires d'origine végétale
- ☐ Les produits alimentaires d'origine minérale

### 3 Que signifie le sigle « DLC » ?

- ☐ Date limite de congélation
- ☐ Date limite de consommation
- ☐ Durée limite de consommation

### 4 Que signifie le sigle « DLUO » ?

- ☐ Durée limite d'utilisation optimale
- ☐ Date limite d'utilisation optimale
- ☐ Durée limite d'utilisation après ouverture

### 5 Quelles sont les informations facultatives figurant sur les étiquettes alimentaires ?

- ☐ La valeur énergétique
- ☐ Le numéro de lot de fabrication
- ☐ La valeur nutritionnelle

### 6 Quels sont les signes de qualité ?

- ☐ Label Rouge
- ☐ Label Bleu
- ☐ Appellation d'origine contrôlée

### 7 Dans quel ordre les ingrédients sont-ils énumérés sur les étiquettes de produits alimentaires ?

- ☐ Ordre croissant de quantité
- ☐ Ordre décroissant de quantité
- ☐ Sans ordre

### 8 Quelle garantie offre le Label Rouge ?

- ☐ Produit de qualité supérieure
- ☐ Produit sans additif chimique de synthèse
- ☐ Produit issu d'un terroir délimité

Nom de l'élève : .....

Classe : .....

Date : .....

# QCM 5

## Les micro-organismes

**1 Quelle est la définition d'un micro-organisme ?**

- ☐ Un être vivant visible à l'œil nu
- ☐ Un être vivant invisible à l'œil nu
- ☐ Un être vivant exclusivement visible au microscope électronique

**2 Quelles sont les familles de micro-organismes ?**

- ☐ Les bactéries
- ☐ Les moustiques
- ☐ Les protozoaires

**3 Quelles sont les caractéristiques des micro-organismes ?**

- ☐ Ils sont partout
- ☐ Ils ne se reproduisent pas
- ☐ Ils sont très nombreux

**4 Quelles sont les caractéristiques des bactéries ?**

- ☐ Elles possèdent une structure cellulaire
- ☐ Elles sont plus petites que les virus
- ☐ Elles se reproduisent en se divisant

**5 Quelles sont les caractéristiques des virus ?**

- ☐ Ils se reproduisent seul
- ☐ Ils se reproduisent grâce à une cellule hôte
- ☐ Ils ont une taille moyenne de 0,000 1 mm

**6 Quelle est l'action des antibiotiques sur les virus ?**

- ☐ Ils les tuent
- ☐ Ils les empêchent de se reproduire
- ☐ Ils n'ont aucune action sur lui

**7 Quelle est l'action d'un produit bactéricide ?**

- ☐ Il accélère la reproduction de la bactérie
- ☐ Il empêche la bactérie de se reproduire
- ☐ Il tue la bactérie

**8 Quels sont les facteurs favorables à la reproduction de la plupart des bactéries ?**

- ☐ Un pH acide
- ☐ La présence d'eau
- ☐ La présence de nutriments

Nom de l'élève : .....

Classe : .....

Date : .....

# QCM 6

## Les voies de pénétration des micro-organismes dans l'organisme humain

**1 Quelle est la voie de pénétration du virus de la grippe ?**

- ☐ La voie cutanée
- ☐ La voie respiratoire
- ☐ La voie sanguine

**2 Quel micro-organisme pénètre dans le corps humain par la voie digestive ?**

- ☐ Le virus du SIDA
- ☐ La salmonelle
- ☐ Le bacille du tétanos

**3 Quel est le nom de la couche superficielle de la peau ?**

- ☐ Le derme
- ☐ L'épiderme
- ☐ L'hypoderme

**4 Quel est le rôle des poils ?**

- ☐ Réguler la température du corps
- ☐ Limiter la pénétration des micro-organismes dans le corps humain
- ☐ Évacuer la sueur

**5 Quelle couche de la peau contient les cellules adipeuses ?**

- ☐ L'épiderme
- ☐ Le derme
- ☐ L'hypoderme

**6 Quelles glandes sécrètent la sueur ?**

- ☐ Les glandes sébacées
- ☐ Les glandes sudoripares
- ☐ Les glandes salivaires

**7 Quelle couche de la peau empêche la pénétration des micro-organismes ?**

- ☐ L'épiderme
- ☐ Le derme
- ☐ L'hypoderme

**8 Quels sont les rôles des glandes sébacées ?**

- ☐ Limiter la pénétration des micro-organismes
- ☐ Sécréter le sébum
- ☐ Évacuer la sueur

Nom de l'élève : .....

Classe : .....

Date : .....

# QCM 7

## Les mécanismes de défense de l'organisme : les défenses non spécifiques

### 1 Quel est le rôle du sang ?

- ☐ Transporter les substances nutritives à toutes les cellules du corps humain
- ☐ Digérer les agents infectieux
- ☐ Transporter les gaz respiratoires

### 2 Quelles sont les cellules qui entrent dans la composition du sang ?

- ☐ Le plasma
- ☐ Les globules blancs
- ☐ Les plaquettes

### 3 Quelles sont les cellules de défense de l'organisme ?

- ☐ Les polynucléaires
- ☐ Les macrophages
- ☐ Les lymphocytes B

### 4 Quelle est la définition de la contamination ?

- ☐ La prolifération des micro-organismes dans le corps humain
- ☐ La pénétration des micro-organismes dans le corps humain
- ☐ La réponse de l'organisme à une invasion microbienne

### 5 Quels sont les signes de la réaction inflammatoire ?

- ☐ La pâleur
- ☐ La rougeur
- ☐ Le gonflement

### 6 Que permet la phagocytose ?

- ☐ La destruction des antigènes par certains globules blancs
- ☐ La dilatation des vaisseaux sanguins
- ☐ La multiplication des globules blancs

### 7 Quels sont les globules blancs responsables de la phagocytose ?

- ☐ Les macrophages
- ☐ Les lymphocytes
- ☐ Les polynucléaires

### 8 Quelle étape correspond à l'infection généralisée de l'organisme ?

- ☐ La leucémie
- ☐ La septicémie
- ☐ L'adénite

Nom de l'élève : .....

Classe : .....

Date : .....

# QCM 8

## Les mécanismes de défense de l'organisme : les défenses spécifiques

### 1 Quelle est la définition d'un antigène ?

- ☐ Une cellule phagocyte
- ☐ Une substance étrangère à l'organisme
- ☐ Une cellule du foie

### 2 Quels sont les antigènes ?

- ☐ Les bactéries
- ☐ Les allergènes
- ☐ Les macrophages

### 3 Quelles sont les cellules de défense de l'organisme qui interviennent pour lutter contre les bactéries après l'échec de la phagocytose ?

- ☐ Les polynucléaires
- ☐ Les lymphocytes B
- ☐ Les macrophages

### 4 Quel est le rôle des lymphocytes mémoire ?

- ☐ Réagir plus rapidement en cas de nouvelle rencontre avec l'antigène
- ☐ Neutraliser les micro-organismes en cas de nouvelle rencontre avec l'antigène
- ☐ Prévenir les polynucléaires en cas de nouvelle rencontre avec l'antigène

### 5 Quelles cellules fabriquent les anticorps ?

- ☐ Les polynucléaires
- ☐ Les lymphocytes B mémoire
- ☐ Les lymphocytes B sécréteurs

### 6 Quel est le rôle des anticorps ?

- ☐ Neutraliser les micro-organismes en se fixant sur ses antigènes
- ☐ Fabriquer une substance pour agglutiner les antigènes
- ☐ Repérer les antigènes pour avertir les lymphocytes B mémoire

### 7 Quelle est la particularité des anticorps ?

- ☐ Ils ont tous la même forme pour neutraliser tous les virus
- ☐ Ils sont spécifiques d'un antigène donné
- ☐ Ils ont une forme identique pour neutraliser toutes les bactéries

### 8 Quelles cellules de défense de l'organisme assurent la phagocytose du complexe antigène-anticorps ?

- ☐ Les lymphocytes B sécréteurs
- ☐ Les lymphocytes B mémoire
- ☐ Les macrophages



Nom de l'élève : .....

Classe : .....

Date : .....

# QCM 9

## La lutte antimicrobienne

**1 Quelle est la composition d'un vaccin ?**

- ☐ Des micro-organismes tués
- ☐ Des micro-organismes vivants
- ☐ Des micro-organismes atténués artificiellement en laboratoire

**2 Quel est le rôle du vaccin ?**

- ☐ Curatif
- ☐ Préventif
- ☐ Laxatif

**3 Quel est l'intérêt des injections de rappel d'un vaccin ?**

- ☐ Stimuler les macrophages
- ☐ Stimuler les polynucléaires
- ☐ Stimuler les lymphocytes B mémoire pour fabriquer à nouveau des anticorps

**4 Quels sont les vaccins obligatoires en France ?**

- ☐ Le vaccin contre la poliomyélite
- ☐ Le vaccin contre le tétanos
- ☐ Le vaccin contre la rougeole

**5 Quelles sont les caractéristiques du sérum ?**

- ☐ Il a un effet immédiat
- ☐ Il a un effet durable dans le temps
- ☐ Il est spécifique

**6 Quels sont les rôles d'un antibiotique ?**

- ☐ Bactéricide
- ☐ Virucide
- ☐ Bactériostatique

**7 Quels sont les risques liés à une utilisation abusive des antibiotiques ?**

- ☐ Une résistance accrue des bactéries
- ☐ Une résistance moindre des bactéries
- ☐ Des maladies plus difficiles à soigner

**8 Quelle est la définition de l'asepsie ?**

- ☐ Méthode curative qui consiste à détruire les micro-organismes
- ☐ Méthode préventive qui vise à protéger l'organisme de toute contamination microbienne
- ☐ Méthode à la fois préventive et curative

Nom de l'élève : .....

Classe : .....

Date : .....

# QCM 10

## Le dispositif de prise en charge médicale

### 1 Qu'est-ce que le principe de solidarité ?

- ☐ Chaque salarié et chaque employeur versent une cotisation qui sert à couvrir les risques sociaux
- ☐ Chaque assuré cotise pour sa famille
- ☐ Chaque assuré cotise pour les retraités

### 2 Quel est le rôle de la Sécurité sociale ?

- ☐ Trouver un logement aux assurés sociaux
- ☐ Assurer la protection sociale
- ☐ Informer sur les risques au travail

### 3 Que signifie le sigle « CPAM » ?

- ☐ Caisse particulière aux médecins
- ☐ Caisse primaire d'assurance maladie
- ☐ Centre pour animaux malades

### 4 Quels sont les risques couverts par la CNAM ?

- ☐ La maladie
- ☐ L'accident du travail
- ☐ La perte d'emploi

### 5 Quelles personnes peuvent bénéficier de la CMU de base ?

- ☐ Les bénéficiaires du RSA
- ☐ Les personnes qui ne répondent pas aux critères d'ouverture des droits à la Sécurité sociale et qui résident en France de façon légale
- ☐ Les femmes enceintes

### 6 Quel est le rôle de la carte vitale ?

- ☐ Payer sa consultation
- ☐ Fournir les données médicales utiles en cas d'urgence
- ☐ Permettre au médecin d'avoir accès au dossier médical personnel du patient

### 7 Qui finance la Sécurité sociale ?

- ☐ Uniquement les employeurs par leurs cotisations
- ☐ Uniquement les salariés par leurs cotisations
- ☐ Les salariés, les employeurs par leurs cotisations et l'État

### 8 Quelle est la mission d'une mutuelle ?

- ☐ Se substituer à la Sécurité sociale
- ☐ Rembourser le montant des frais médicaux restant à la charge de l'assuré
- ☐ Verser une indemnité en cas de perte d'emploi

Nom de l'élève : .....

Classe : .....

Date : .....

# QCM 11

## Les appareils génitaux

### 1 Quelles sont les principales modifications liées à la puberté chez les garçons ?

- ☐ La pilosité
- ☐ L'élargissement du bassin
- ☐ L'acné

### 2 Quelles sont les principales modifications liées à la puberté chez les filles ?

- ☐ L'acné
- ☐ Le développement des seins
- ☐ L'apparition des premières règles

### 3 Quelle est la définition de la puberté ?

- ☐ Période de la vie où la femme cesse d'avoir ses règles
- ☐ Période de la vie où l'homme ne fabrique pas de spermatozoïdes
- ☐ Période de la vie où l'individu passe de l'état enfant à l'état adulte

### 4 Quels sont les organes reproducteurs féminins ?

- ☐ Les ovaires
- ☐ Le vagin
- ☐ L'utérus

### 5 Quels sont les organes reproducteurs masculins ?

- ☐ L'urètre
- ☐ Les testicules
- ☐ Les vésicules séminales

### 6 Quel est le rôle de l'utérus ?

- ☐ Assurer l'accouplement
- ☐ Héberger l'embryon puis le fœtus
- ☐ Produire des ovules

### 7 Quel est le rôle des testicules ?

- ☐ Fabriquer le sperme
- ☐ Fabriquer les spermatozoïdes
- ☐ Permettre l'évacuation du sperme hors des voies génitales

### 8 À quel moment du cycle se produit l'ovulation ?

- ☐ 7 jours après le premier jour des règles
- ☐ 14 jours après le premier jour des règles
- ☐ 28 jours après le premier jour des règles

Nom de l'élève : .....

Classe : .....

Date : .....

# QCM 12

## La fécondation et la nidation

### 1 Quels organes fabriquent les cellules reproductrices ?

- ☐ Les testicules
- ☐ Les vésicules séminales
- ☐ Les ovaires

### 2 Quelle est la définition de la fécondation ?

- ☐ La maturation d'un ovule
- ☐ L'union d'un spermatozoïde et d'un ovule
- ☐ La sortie de l'ovule hors de l'ovaire

### 3 Quelle est la définition de la nidation ?

- ☐ La fabrication des spermatozoïdes
- ☐ L'union d'un spermatozoïde et d'un ovule
- ☐ L'implantation de l'embryon dans la paroi de l'utérus

### 4 Quelle est la durée de vie d'un ovule ?

- ☐ 12 à 24 heures
- ☐ 24 à 48 heures
- ☐ 48 à 72 heures

### 5 Quelle est la durée de vie d'un spermatozoïde dans les voies génitales de la femme ?

- ☐ 1 à 2 jours
- ☐ 2 à 3 jours
- ☐ 4 à 6 jours

### 6 Quelles conditions rendent possibles l'implantation de l'œuf dans la muqueuse utérine ?

- ☐ L'épaississement de la couche superficielle de la paroi de l'utérus
- ☐ La présence de la glaire cervicale au niveau du col de l'utérus
- ☐ La vascularisation de la couche superficielle de la paroi de l'utérus

### 7 Combien de jours après la fécondation la cellule œuf s'implante-t-elle dans l'utérus ?

- ☐ 3 jours
- ☐ 5 jours
- ☐ 7 jours

### 8 Quelle est la fréquence de fabrication des spermatozoïdes ?

- ☐ Une fois par semaine
- ☐ Une fois par mois
- ☐ En permanence

# QCM 13

## La contraception et les structures d'accueil et d'information

Nom de l'élève : .....

Classe : .....

Date : .....

### 1 Quelle est la définition de la contraception ?

- ☐ Les moyens employés pour éviter de façon temporaire et réversible une grossesse
- ☐ Les moyens pour se protéger contre les infections sexuellement transmissibles
- ☐ Les moyens pour provoquer une infécondité permanente chez la femme

### 2 Quelle méthode contraceptive a une action mécanique ?

- ☐ La pilule
- ☐ Le préservatif
- ☐ L'implant

### 3 Quels sont les rôles de la pilule ?

- ☐ Bloquer l'ovulation
- ☐ Empêcher l'épaississement de la couche superficielle de la paroi utérine
- ☐ Rendre la glaire cervicale perméable aux spermatozoïdes

### 4 Quel est le rôle du préservatif ?

- ☐ Empêcher le sperme d'aller dans le vagin
- ☐ Bloquer l'ovulation
- ☐ Empêcher la nidation

### 5 Quel est le délai maximum pour prendre la pilule du lendemain délivrée sans ordonnance ?

- ☐ 24 heures
- ☐ 48 heures
- ☐ 72 heures

### 6 Quels sont les modes d'action de la pilule du lendemain ?

- ☐ Tuer les spermatozoïdes
- ☐ Éviter l'ovulation
- ☐ Éviter la nidation

### 7 Qu'est-ce qui différencie les deux types de pilules du lendemain ?

- ☐ Leur durée d'efficacité par rapport à la date du rapport sexuel mal ou non protégé
- ☐ Leur obtention avec ou sans ordonnance
- ☐ Leur mode d'action

### 8 Où trouve-t-on les centres de planification et d'éducation familiale ?

- ☐ Dans toutes les communes
- ☐ Dans tous les départements
- ☐ Dans toutes les préfectures

Nom de l'élève : .....

Classe : .....

Date : .....

# QCM 14

## La gestion de l'eau

**1 Quels sont les étapes du cycle de l'eau ?**

- ☐ La condensation
- ☐ Les précipitations
- ☐ L'évaporation

**2 Quelle est la dernière étape du traitement de l'eau pour la rendre potable ?**

- ☐ La décantation
- ☐ La chloration
- ☐ La floculation

**3 Quelles sont les étapes du circuit de l'approvisionnement en eau avant sa distribution ?**

- ☐ Le pompage
- ☐ Les traitements
- ☐ Le stockage

**4 Quelle est la définition des eaux usées ?**

- ☐ Eaux des rivières
- ☐ Eaux modifiées par des produits
- ☐ Eaux altérées par l'activité humaine

**5 Où sont acheminées les eaux usées ?**

- ☐ Dans une station biologique
- ☐ Dans une station d'épuration
- ☐ Dans une usine de décontamination

**6 Où sont rejetées les eaux usées après avoir été traitées dans la station d'épuration ?**

- ☐ Dans les égouts
- ☐ Dans les rivières
- ☐ Dans les fleuves

**7 Quels sont les différents éléments du coût de l'eau potable ?**

- ☐ Les taxes et les redevances des organismes publics
- ☐ La distribution de l'eau potable
- ☐ La collecte et le traitement des eaux usées

**8 À quoi correspondent les coûts fixes sur la facture d'eau ?**

- ☐ La consommation réelle en eau
- ☐ Les différents abonnements
- ☐ L'ensemble de la consommation en eau et des abonnements

# QCM 15

## La préservation de la qualité de l'eau

Nom de l'élève : .....

Classe : .....

Date : .....

**1 Quels sont les polluants domestiques d'origine organique ?**

- ☐ La peinture
- ☐ Les cheveux
- ☐ L'urine

**2 Quels sont les polluants domestiques d'origine chimique ?**

- ☐ Les produits ménagers
- ☐ Les shampoings
- ☐ L'huile de tournesol

**3 Quelle est la signification du logo « Écolabel » ?**

- ☐ Produit ayant des qualités supérieures (aux autres produits)
- ☐ Produit ayant des composants biologiques
- ☐ Produit ayant un impact limité sur l'environnement

**4 Quelle est la première source de consommation d'eau dans les activités de la vie quotidienne ?**

- ☐ L'entretien du linge
- ☐ L'entretien de la vaisselle
- ☐ L'hygiène corporelle

**5 Quel geste d'hygiène consomme le plus d'eau dans une salle de bain ?**

- ☐ Se doucher
- ☐ Prendre un bain
- ☐ Se brosser les dents

**6 Quelles sont les mesures pour préserver la qualité de l'eau ?**

- ☐ Respecter le dosage indiqué sur les produits d'entretien
- ☐ Récupérer l'eau de pluie
- ☐ Vider les eaux usées dans les canalisations

**7 Quel geste doit être effectué pour éviter la pollution de l'eau ?**

- ☐ Vider les médicaments sous forme liquide dans l'évier
- ☐ Déposer les restes de peinture à la déchetterie
- ☐ Jeter les huiles de vidange dans les égouts

**8 Quelles sont les mesures individuelles d'économie d'eau ?**

- ☐ Préférer les produits biologiques et recyclables
- ☐ Réparer au plus vite les fuites d'eau
- ☐ Préférer la douche au bain

# QCM 16

## Les accidents de la vie courante

**Prévenir les risques de la vie courante :  
pourquoi ? comment ?**

Nom de l'élève : .....

Classe : .....

Date : .....

- 1 Quelles sont les différentes catégories d'accidents de la vie courante ?**
  - ☐ Les accidents de la circulation
  - ☐ Les accidents domestiques
  - ☐ Les accidents scolaires
- 2 Quelles sont les personnes les plus exposées aux accidents de la vie courante ?**
  - ☐ Les enfants
  - ☐ Les adultes
  - ☐ Les personnes âgées
- 3 Où surviennent le plus souvent les accidents de la vie courante ?**
  - ☐ Sur les aires de sport et de jeux
  - ☐ Dans l'habitat
  - ☐ Dans les établissements scolaires
- 4 Quel est le nombre de décès, par an, survenu à la suite d'un accident de la vie courante ?**
  - ☐ 1 900
  - ☐ 19 000
  - ☐ 190 000
- 5 Quels sont les différents accidents domestiques ?**
  - ☐ Les accidents dans le jardin
  - ☐ Les accidents dans la maison
  - ☐ Les accidents dans les salles de sport
- 6 Quelle est la définition d'un danger ?**
  - ☐ Situation dans laquelle une personne est exposée à un risque
  - ☐ Lésion et/ou atteinte à la santé
  - ☐ Cause capable de provoquer une lésion et/ou une atteinte à la santé
- 7 Quelle est la définition d'un dommage ?**
  - ☐ Situation dans laquelle une personne est en présence d'un danger
  - ☐ Lésion et/ou atteinte à la santé
  - ☐ Combinaison de la gravité et de la probabilité d'apparition d'une lésion
- 8 Quels sont les principaux dommages liés à une intoxication par absorption d'un produit d'entretien ?**
  - ☐ Des contusions
  - ☐ Des troubles digestifs
  - ☐ Des brûlures internes



# QCM 17

## Les mesures de prévention

**Prévenir les risques de la vie courante :  
pourquoi ? comment ?**

Nom de l'élève : .....

Classe : .....

Date : .....

**1 Quelle est la définition de la prévention ?**

- ☐ Situation dans laquelle une personne est en présence d'un danger
- ☐ Ensemble des mesures à prendre afin d'éviter qu'un accident ne survienne
- ☐ Cause capable de provoquer une lésion ou une atteinte à la santé

**2 Quels sont les principes de la prévention intrinsèque ?**

- ☐ Suppression du danger
- ☐ Réduction du danger
- ☐ Information sur le danger

**3 Quels sont les exemples de mesures de prévention intrinsèque ?**

- ☐ Étiquetage des produits dangereux
- ☐ Suppression des substances dangereuses dans certains produits
- ☐ Bouchons de sécurité sur les bouteilles de produits dangereux

**4 Quels sont les exemples de mesures de protection individuelle ?**

- ☐ Casques
- ☐ Cache-prises
- ☐ Genouillères

**5 À quel niveau de prévention correspond l'installation de barrières de sécurité ?**

- ☐ Niveau 1 : la prévention intrinsèque
- ☐ Niveau 2 : la protection collective et individuelle
- ☐ Niveau 3 : l'information et la formation

**6 À quel niveau de prévention correspond le remplacement d'un produit dangereux par un produit moins dangereux ?**

- ☐ Niveau 1 : la prévention intrinsèque
- ☐ Niveau 2 : la protection collective et individuelle
- ☐ Niveau 3 : l'information et la formation

**7 Quels sont les exemples de mesures de prévention de niveau 3 (l'information et la formation) ?**

- ☐ Suppression de substances dangereuses
- ☐ Étiquetage des produits dangereux
- ☐ Surveillance des enfants

**8 Quel est le niveau de prévention le plus efficace ?**

- ☐ Niveau 1 : la prévention intrinsèque
- ☐ Niveau 2 : la protection collective et individuelle
- ☐ Niveau 3 : l'information et la formation

# QCM 18

## Les assurances

**Prévenir les risques de la vie courante :  
pourquoi ? comment ?**

Nom de l'élève : .....

Classe : .....

Date : .....

**1 Quels sont les différents types de responsabilité individuelle ?**

- ☐ La responsabilité collective
- ☐ La responsabilité civile
- ☐ La responsabilité pénale

**2 Quelles sont les caractéristiques de la responsabilité civile ?**

- ☐ Obligation de se conformer aux dispositions du règlement intérieur
- ☐ Obligation légale de répondre de ses actes lors d'une infraction à la loi
- ☐ Obligation légale de réparer les dommages occasionnés à une tierce personne

**3 Quelle est la définition de la responsabilité pénale ?**

- ☐ Obligation pénale de réparer les dommages occasionnés par les personnes dont on a la charge
- ☐ Obligation légale de réparer les dommages occasionnés à une tierce personne
- ☐ Obligation légale de répondre de ses actes lors d'une infraction à la loi

**4 Quels sont les rôles de l'assurance responsabilité civile ?**

- ☐ Prendre en charge les dommages causés à soi-même ou à ses proches
- ☐ Prendre en charge les dommages causés par ses enfants à autrui
- ☐ Prendre en charge les dommages causés par ses animaux à autrui

**5 Quel document définit la responsabilité pénale ?**

- ☐ Le Code de la route
- ☐ Le Code pénal
- ☐ Le Code civil

**6 Quelle est la garantie obligatoire à souscrire pour un véhicule à moteur ?**

- ☐ La garantie « tous risques »
- ☐ La garantie « au tiers » ou « responsabilité civile »
- ☐ La garantie « bris d'éléments vitrés »

**7 Quels sont les dommages couverts par l'assurance « responsabilité civile » ?**

- ☐ Les dommages du véhicule de la victime
- ☐ Les dommages du véhicule de l'assuré
- ☐ Les dommages corporels de la victime

**8 Sur quel document l'assuré peut-il identifier les garanties souscrites ?**

- ☐ La notice d'assurance
- ☐ Le contrat d'assurance
- ☐ Le dossier d'assurance

Nom de l'élève : .....

Classe : .....

Date : .....

# QCM 19

## Les différents statuts de formation et les contrats

### 1 Quelle est la formation correspondant au premier programme d'études ?

- ☐ La formation continue
- ☐ La formation à distance
- ☐ La formation initiale

### 2 Quel public est concerné par la formation initiale ?

- ☐ Les jeunes de 16 à 22 ans
- ☐ Les jeunes de 16 à 25 ans
- ☐ Les jeunes de 18 à 25 ans

### 3 Quels sont les différents statuts possibles en formation initiale ?

- ☐ Salarié
- ☐ Social
- ☐ Scolaire

### 4 Quel public est concerné par la formation continue ?

- ☐ Les chercheurs d'emploi
- ☐ Tout public sorti du système scolaire
- ☐ Les jeunes de 16 à 26 ans sortis du système scolaire

### 5 Quel public est concerné par l'apprentissage ?

- ☐ Les adultes
- ☐ Les jeunes de 16 à 25 ans
- ☐ Les jeunes de 20 à 25 ans

### 6 Quel est le document signé avec l'entreprise dans le cadre d'une formation initiale par alternance ?

- ☐ Contrat de professionnalisation
- ☐ Contrat d'apprentissage
- ☐ Contrat professionnel

### 7 Quelle est la signification du sigle « CFA » ?

- ☐ Centre de formation par alternance
- ☐ Certificat de formation des apprentis
- ☐ Centre de formation d'apprentis

### 8 Quelles sont les obligations d'un apprenti ?

- ☐ Bénéficier d'un salaire
- ☐ Travailler pour l'employeur
- ☐ Respecter le règlement intérieur de l'entreprise et du CFA

# QCM 20

## Les structures et les moyens d'information

**Construire son projet professionnel : comment ?**

Nom de l'élève : .....

Classe : .....

Date : .....

**1 Quels sont les différents organismes d'information et d'aide à la recherche de formation ?**

- ☐ Le Point Information jeunesse
- ☐ La Caisse d'allocations familiales
- ☐ Le Centre d'information et d'orientation

**2 Quelle est la signification du sigle « ML » ?**

- ☐ Milieu local
- ☐ Mission libre
- ☐ Mission locale

**3 Quel public est accueilli par le Centre d'information et d'orientation ?**

- ☐ Les jeunes de 16 à 25 ans uniquement
- ☐ Tout public
- ☐ Les demandeurs d'emploi uniquement

**4 Quels sigles contiennent le mot « information » ?**

- ☐ CDI
- ☐ CIDJ
- ☐ CIO

**5 Quelle est la signification de la dernière lettre du sigle « CMA » ?**

- ☐ Adulte
- ☐ Artiste
- ☐ Artisanat

**6 Quel organisme propose des informations sur les formations ?**

- ☐ L'Onisep
- ☐ La CPAM
- ☐ La CAF

**7 Quelles personnes du lycée peuvent aider à la recherche d'information sur une formation ?**

- ☐ Le/la COP
- ☐ Le/la documentaliste
- ☐ Le/la professeur(e) principal(e)

**8 Quelles sont les différentes informations données sur le site de l'Onisep ?**

- ☐ Des adresses des lieux de formation
- ☐ Des fiches métiers
- ☐ Des offres d'emploi

**Construire son projet professionnel : comment ?**

Nom de l'élève : .....

Classe : .....

Date : .....

# QCM 21

## Les techniques de recherche de stage et d'emploi

- 1 Quels sont les moyens de communication permettant de prendre contact avec une entreprise ?**
  - ☐ Le courrier postal ou électronique
  - ☐ Les réseaux sociaux
  - ☐ Le téléphone
- 2 Quelles sont les règles à respecter lors d'une demande de rendez-vous pour effectuer un stage ?**
  - ☐ Utiliser un langage familier
  - ☐ Connaître ses dates de stage
  - ☐ Connaître ses disponibilités
- 3 Quel est le contenu d'une lettre de candidature ?**
  - ☐ L'objet de la lettre
  - ☐ L'accroche, la motivation
  - ☐ Le parcours scolaire et professionnel
- 4 Quelles sont les règles à respecter dans la présentation d'une lettre de candidature ?**
  - ☐ Elle doit être manuscrite
  - ☐ Elle doit être datée
  - ☐ Elle doit être signée
- 5 Quelle est la signification du sigle « CV » ?**
  - ☐ Contrat d'assurance vie
  - ☐ Curriculum vitae
  - ☐ Carte de visite
- 6 Quel est le rôle du CV ?**
  - ☐ Faire part de ses motivations
  - ☐ Retracer son parcours scolaire et professionnel
  - ☐ Solliciter un rendez-vous
- 7 Quelles sont les caractéristiques du CV ?**
  - ☐ Dactylographié
  - ☐ Manuscrit
  - ☐ Sans faute d'orthographe
- 8 Quels sont les arguments à exposer lors d'un entretien professionnel ?**
  - ☐ Ses motivations financières
  - ☐ Ses qualités personnelles et professionnelles
  - ☐ Sa connaissance de l'entreprise