CAP Ébéniste

CORRIGÉ D'UN SUJET D'ENTRAÎNEMENT (NON OFFICIEL)

Proposition de corrigé rédigée par FormaV avec l'aide d'outils d'intelligence artificielle, pour un sujet d'entraînement FormaV. Ce n'est pas un document officiel de l'examen ; il peut contenir des erreurs.

Les sujets officiels des sessions passées et nos sujets d'entraînement sont classés sur https://capebeniste.fr/annales-sujets-et-corriges

Document mis en ligne par FormaV®. Reproduction ou diffusion sans autorisation interdite.

CAP Ébéniste

CAP Ébéniste - Épreuve EP3 : Évaluation de la Prévention-Santé-Environnement (PSE)

Édition 2026 • Code sujet : FV-ENT-EBEN-EP3 • Durée : **1 heure** • Coefficient : **1**

Sommaire

Cliquez sur une partie pour y accéder directement

1. Santé et consommation : sommeil et choix d'une boisson (5 questions) **Page 3**

2. Milieu professionnel et prévention des risques à l'atelier (4 questions) **Page 6**

3. Ce qu'il faut retenir & Questions fréquentes (FAQ) (Synthèse & Q&A Examen) **Page 8**

Sujet associé **(PDF) :** https://capebeniste.fr/assets/annales/cap-ebeniste/Prévention-Santé-Environnement (PSE)/2026/CAP Ébéniste - Prévention-Santé-Environnement (PSE) - Session 2026 - 1-Sujet.pdf

FormaV - document d'entraînement non officiel

1. Santé et consommation : sommeil et choix d'une boisson

Léo, apprenti de 17 ans à l'atelier Bois & Ligne, est souvent fatigué le matin et prend parfois une boisson énergisante. Les documents présentent ses durées de sommeil, les besoins d'un adolescent et les informations sur les boissons proposées.

Santé et consommation

Question 1.1. Comparez la durée de sommeil habituelle de Léo aux besoins de sommeil indiqués dans le DT 1. Précisez l'écart entre sa durée habituelle et la limite minimale indiquée.

Les cinq durées totalisent **1 935 minutes**, soit une moyenne de **387 minutes = 6 h 27** par nuit. Le besoin indiqué pour les 13-18 ans est de 8 à 10 heures par 24 heures. En comparant cette moyenne à la limite minimale de 8 heures, Léo dort moins que le minimum recommandé. Il lui manque **93 minutes**, soit **1 h 33**, en moyenne par nuit.

> ✓ **RÉPONSE À RETENIR**
>
> Moyenne : 6 h 27 par nuit. Écart sous le minimum de 8 h : 1 h 33.

Question 1.2. Relevez deux conséquences possibles d'un manque de sommeil sur la santé ou la vie quotidienne, parmi celles indiquées dans le DT 1.

Le DT 1 indique trois conséquences possibles d'un sommeil insuffisant : la fatigue, une baisse de la vigilance et des difficultés de concentration. Deux réponses attendues sont la fatigue et la baisse de vigilance. La première est déjà observée chez Léo le matin. La seconde peut nuire à son attention dans les activités quotidiennes. Les difficultés de concentration constituent également une réponse acceptable selon le document.

> ✓ **RÉPONSE À RETENIR**
>
> Fatigue et baisse de la vigilance.

Question 1.3. À partir de l'étiquette reproduite dans le DT 1, relevez la quantité de caféine contenue dans une canette et identifiez la population pour laquelle la mise en garde s'applique.

La canette contient **250 mL** et l'étiquette indique **32 mg de caféine pour 100 mL**. On calcule la quantité pour toute la canette : 32 × 250 ÷ 100 = **80 mg de caféine**. La mise en garde portée sur l'étiquette concerne les enfants et les femmes enceintes ou allaitantes. Il faut relever ces populations telles qu'elles sont citées, sans confondre la quantité par canette avec celle indiquée pour 100 mL.

> ✓ **RÉPONSE À RETENIR**
>
> Une canette contient 80 mg de caféine. Mise en garde : enfants, femmes enceintes ou allaitantes.

FormaV - document d'entraînement non officiel

Question 1.4. **Complétez le DR 1 en proposant trois actions concrètes que Léo peut mettre en place pour améliorer son sommeil et réduire sa fatigue. Accompagnez chaque action d'une justification en lien avec les informations du DT 1.**

Action proposée	Justification
Se coucher plus tôt pour dormir au moins 8 heures.	Sa moyenne est de 6 h 27, sous le minimum indiqué pour son âge.
Garder une heure de coucher régulière.	Une routine peut l'aider à atteindre les 8 à 10 heures recommandées.
Avancer ses activités du soir pour ne pas retarder le coucher.	Un sommeil insuffisant peut contribuer à la fatigue et aux difficultés de concentration.

Le DT 1 établit que Léo ne dort pas assez au regard du besoin minimal et relie le sommeil insuffisant à sa fatigue ainsi qu'aux difficultés de concentration. Les propositions visent donc à augmenter son temps de sommeil et à organiser ses soirées pour atteindre le repère de 8 à 10 heures. Elles ne consistent pas à compenser le manque de sommeil par une boisson énergisante.

DR 1 complété : actions et justifications

Action proposée	Justification
Coucher plus tôt	Viser au moins 8 h
Garder un horaire régulier	Atteindre les 8 à 10 h
Avancer les activités du soir	Limiter fatigue et difficultés de concentration

✓ **RÉPONSE À RETENIR**

Se coucher plus tôt, maintenir une heure de coucher régulière et avancer les activités du soir pour viser 8 à 10 heures de sommeil.

Question 1.5. **Léo hésite entre une canette de boisson énergisante et une bouteille d'eau pour accompagner son petit-déjeuner. À l'aide du DT 1, indiquez le choix le plus favorable à sa santé et justifiez-le par deux informations précises tirées du document. Proposez également une autre action de consommation responsable concernant la boisson énergisante.**

Boisson	Informations du DT 1
Eau, 500 mL	Ni caféine ni sucres ajoutés.
Boisson énergisante, 250 mL	80 mg de caféine et 27,5 g de sucres.

L'eau est le choix le plus favorable selon les informations disponibles : elle ne contient ni caféine ni sucres ajoutés. À l'inverse, la canette apporte de la caféine et des sucres, soit 80 mg et 27,5 g pour son volume. Pour une autre action responsable, Léo peut trier la canette dans la filière de recyclage si elle a été consommée. Cette

FormaV - document d'entraînement non officiel

action concerne la gestion de l’emballage et ne remplace pas le choix de boisson.

✓ RÉPONSE À RETENIR

Choisir l’eau, sans caféine ni sucres ajoutés. Si une canette est consommée, la trier dans la filière de recyclage.

FormaV - document d'entraînement non officiel

2. Milieu professionnel et prévention des risques à l'atelier

À l'atelier Bois & Ligne, Léo participe au ponçage d'un meuble puis à une opération de découpe. Les documents décrivent les risques liés aux poussières de bois et au bruit, les mesures de prévention et les consignes d'assistance en cas d'accident grave.

Milieu professionnel et prévention des risques

Question 2.1. Identifiez deux risques présents dans la situation de travail décrite dans le DT 2. Pour chacun, indiquez un dommage possible pour la santé de Léo.

Risque	Dommage possible
Inhalation de poussières de bois au ponçage	Irritation ou atteinte des voies respiratoires
Exposition au bruit pendant la découpe	Baisse de l'audition

Ces risques sont liés aux poussières visibles et à l'absence de protection auditive constatées dans l'atelier.

> ✓ **RÉPONSE À RETENIR**
>
> Poussières de bois : atteinte des voies respiratoires. Bruit : baisse de l'audition.

Question 2.2. Expliquez comment les poussières de bois peuvent atteindre l'organisme de Léo pendant le ponçage ou le nettoyage décrit dans le DT 2.

Sans captage, les poussières produites au ponçage peuvent rester dans l'air. La soufflette les disperse et les remet en suspension. Léo peut alors les respirer : elles pénètrent dans son organisme par les voies respiratoires.

> ✓ **RÉPONSE À RETENIR**
>
> Les poussières en suspension sont inhalées et pénètrent dans l'organisme par les voies respiratoires.

Question 2.3. Proposez deux mesures de prévention adaptées aux risques observés. Pour chaque mesure, précisez le risque qu'elle permet de réduire.

Deux mesures adaptées aux risques observés :

- Raccorder et mettre en marche le captage à la source avant le ponçage pour réduire l'inhalation de poussières de bois.
- Porter des protections auditives adaptées pendant la découpe pour réduire l'exposition au bruit.

> ✓ **RÉPONSE À RETENIR**
>
> Captage à la source au ponçage et protections auditives adaptées pendant la découpe.

FormaV - document d'entraînement non officiel

Question 2.4. **Pendant une opération de découpe, un salarié se blesse gravement à la main et saigne abondamment. En vous appuyant sur les consignes du DT 2, décrivez dans l'ordre les actions à réaliser pour protéger la zone, alerter les secours et porter assistance sans vous mettre en danger.**

1. Protéger la zone uniquement si cela peut être fait sans danger. Arrêter ou faire arrêter la machine si l'accès à la commande est sûr.
2. Appeler le 112 ou le 15 et indiquer l'adresse de l'atelier, la nature de l'accident et le nombre de victimes.
3. En attendant les secours, une personne formée aux premiers secours peut exercer une compression directe sur la plaie, avec une protection adaptée. Ne pas se mettre en danger et ne pas retirer un objet enfoncé.

> **✓ RÉPONSE À RETENIR**
>
> Sécuriser sans danger, alerter le 112 ou le 15 avec les informations requises, puis faire comprimer la plaie par une personne formée et protégée.

FormaV - document d'entraînement non officiel

Ce qu'il faut retenir de ce sujet (Édition 2026)

Bilan de l'épreuve : Cette épreuve EP3 de PSE du CAP Ébéniste, Édition 2026 (26-CAP-EBEN-EP3), dure 1 heure et a le coefficient 1. Sur 20 points, elle étudie le sommeil adolescent et le choix d'une boisson (12 points), puis la prévention des risques dans un atelier d'ébénisterie (8 points). Elle évalue l'exploitation des ressources, l'identification des risques, le choix de mesures préventives et la conduite à tenir en cas d'accident grave.

Notions-clés, formules & règles à maîtriser

- Pour un adolescent de 13 à 18 ans, le besoin de sommeil indiqué est de 8 à 10 heures par 24 heures.
- Un manque de sommeil peut contribuer à la fatigue, à une baisse de vigilance et à des difficultés de concentration.
- Une canette de 250 mL à 32 mg de caféine pour 100 mL contient 80 mg de caféine.
- Au ponçage, raccorder le captage à la source et nettoyer les poussières avec l'aspirateur prévu, jamais avec une soufflette.

Points de vigilance & attentes du jury

- Comparez les durées de sommeil au besoin minimal et indiquez clairement l'écart demandé.
- Justifiez le choix de boisson et les propositions avec des informations précises du DT 1.
- Reliez chaque risque professionnel à un dommage possible et chaque mesure préventive au risque visé.
- En cas d'accident grave, respectez l'ordre des consignes et ne vous exposez pas au danger.

Questions fréquentes sur cette épreuve (Q&A Examen)

Q : Comment calculer la quantité de caféine contenue dans la canette ?

La canette contient 250 mL et la boisson apporte 32 mg de caféine pour 100 mL. Multipliez 32 par 2,5 : la canette contient donc 80 mg de caféine.

Q : Quelles mesures le sujet indique-t-il contre les poussières de bois ?

Avant le ponçage, raccorder et mettre en marche le captage à la source. Pour le nettoyage, ne pas utiliser de soufflette : employer l'aspirateur prévu dans l'atelier afin d'éviter la dispersion des poussières.

Q : Comment organiser son temps et ses réponses pendant cette épreuve ?

L'épreuve dure une heure et comprend deux parties indépendantes, notées sur 12 et 8 points. Répartissez votre temps selon ces poids, répondez sur le sujet et complétez le DR 1, qui doit être rendu avec la copie.

Q : Quels critères de réponse et de notation faut-il garder à l'esprit ?

Répondez à chaque élément demandé en vous appuyant sur les DT 1 et DT 2. La qualité de la rédaction et l'emploi d'un vocabulaire adapté sont pris en compte. Complétez et rendez le DR 1 avec la copie.

Sujet associé **associé (PDF) :** https://capebeniste.fr/assets/annales/cap-ebeniste/Prévention-Santé-Environnement (PSE)/2026/CAP Ébéniste - Prévention-Santé-Environnement (PSE) - Session 2026 - 1-Sujet.pdf

Ressources CAP Ébéniste : Toutes les annales & corrigés • Fiches de révision complètes • Simulateur de notes d'examen

FormaV - document d'entraînement non officiel

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.