

Modèle CCYC : ©DNE

Nom de famille (naissance) :


(Suivi s'il y a lieu, du nom d'usage)

Prénom(s) :

N° candidat : **N° d'inscription** :

(Les numéros figurent sur la convocation.)

Né(e) le : / /



RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

1.1

ÉVALUATION

CLASSE : Première Terminale Cycle terminal

VOIE : Générale Technologique Toutes voies (LV)

ENSEIGNEMENT : Enseignement scientifique alimentation -environnement

DURÉE DE L'ÉPREUVE : 2h00

Axe de programme :

- Partie 1 : thème 3 Bonnes pratiques et qualité : des démarches pour la satisfaction des clients
- Partie 2 : thème 1 Confort et santé dans les établissements d'hôtellerie-restauration

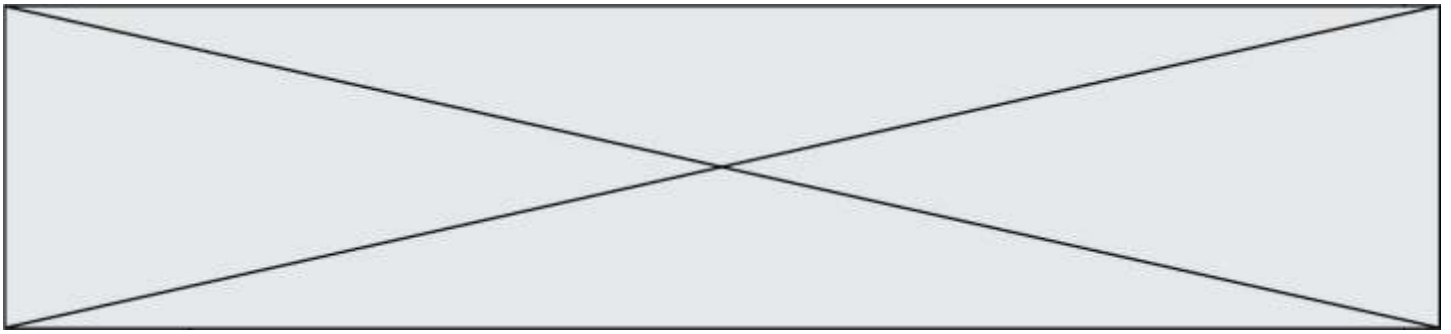
CALCULATRICE AUTORISÉE : Oui Non

DICTIONNAIRE AUTORISÉ : Oui Non

Ce sujet contient des parties à rendre par le candidat avec sa copie. De ce fait, il ne peut être dupliqué et doit être imprimé pour chaque candidat afin d'assurer ensuite sa bonne numérisation.

Ce sujet contient des pièces jointes de type audio ou vidéo qu'il faudra télécharger et diffuser le jour de l'épreuve.

Nombre total de pages : 7 pages



Partie 1 : Mobilisation des connaissances (10 points)

Thème : Un buffet de mariage à haut risque

L'établissement « les trois pattes du canard », situé à Tartas au cœur des Landes, propose dans le cadre de son activité traiteur pour un mariage de 250 personnes un buffet à volonté. Dans les plats proposés, sont notamment retrouvées :

- ✓ des cuisses de canard confites ;
- ✓ des pommes de terre rissolées à la graisse de canard.

1. Discuter la qualité nutritionnelle de la viande de canard.

Trois jours avant le mariage, l'équipe réalise la préparation des cuisses de canard et des pommes de terre. Les cuisses de canard sont mises sous vide et conservées à +3°C. Ce procédé de conservation limite en partie l'oxydation et les pertes en vitamines mais n'est toutefois pas dénué de tout risque sanitaire.

2. Expliquer l'influence de ces procédés de conservation sur la prolifération microbienne.

Dans certaines conditions, les spores de bactéries anaérobies peuvent germer et présenter un risque d'intoxication alimentaire. La mise sous vide contribue au développement des spores.


3. Schématiser pour cette situation la sporulation d'une bactérie anaérobie.

Dans les 4h qui suivent la consommation du buffet, 24 personnes présentent de fortes douleurs abdominales et des vomissements violents.

4. Justifier le diagnostic de toxi-infection alimentaire collective.

La Direction Départementale de la Protection des Populations de Mont de Marsan mène une investigation. Son enquête permet de mettre en évidence un dysfonctionnement de la maîtrise des températures et du temps de présentation lors du buffet. L'analyse microbiologique des cuisses de canard identifie l'agent *Clostridium perfringens* comme étant à l'origine de l'intoxication. La présence de cette bactérie est fréquemment liée aux contaminations fécales et telluriques¹.

¹ Contaminations liées à la terre

Modèle CCYC : ©DNE																					
Nom de famille (naissance) : <small>(Suivi s'il y a lieu, du nom d'usage)</small>																					
Prénom(s) :																					
N° candidat :											N° d'inscription :										
 Liberté - Égalité - Fraternité RÉPUBLIQUE FRANÇAISE	<small>(Les numéros figurent sur la convocation.)</small>																				
Né(e) le :			/			/															

1.1

5. Identifier les causes possibles de la contamination en utilisant la méthode des 5M.

6. Associer une mesure préventive à chacune des causes de contamination.

7. Proposer une mesure préventive empêchant la prolifération du *Clostridium Perfringens*.

Partie 2 – Exploitation de documents (10 points)

Thème : Le sommeil, un allié pour la santé

A l'occasion de la journée internationale du sommeil qui se déroulera le 14 mars 202X l'Hôtel « Au bonheur de vivre » souhaite mettre l'accent sur ce sujet de santé pour ses salariés et sa clientèle. En effet, certains clients se confient régulièrement auprès du personnel et disent souffrir d'une mauvaise qualité du sommeil lors nuitées à l'hôtel, particulièrement lors de leur première nuitée. Ce phénomène est un phénomène connu, sous le terme « l'effet de la première nuit ».

Le responsable de l'hôtel se renseigne sur ce sujet et découvre qu'une étude a été menée. Les résultats de cette étude indiquent que lorsque des clients dorment pour la première fois dans un endroit inconnu, il est observé dans l'hémisphère gauche de leur cerveau une activité supérieure à la normale qui les garde dans un état d'alerte, même une fois les yeux fermés.

1. Présenter les impacts sur la santé d'un sommeil de mauvaise qualité.

2. Proposer des paramètres d'ambiance sur lesquels le responsable de l'hôtel peut agir pour favoriser le sommeil.

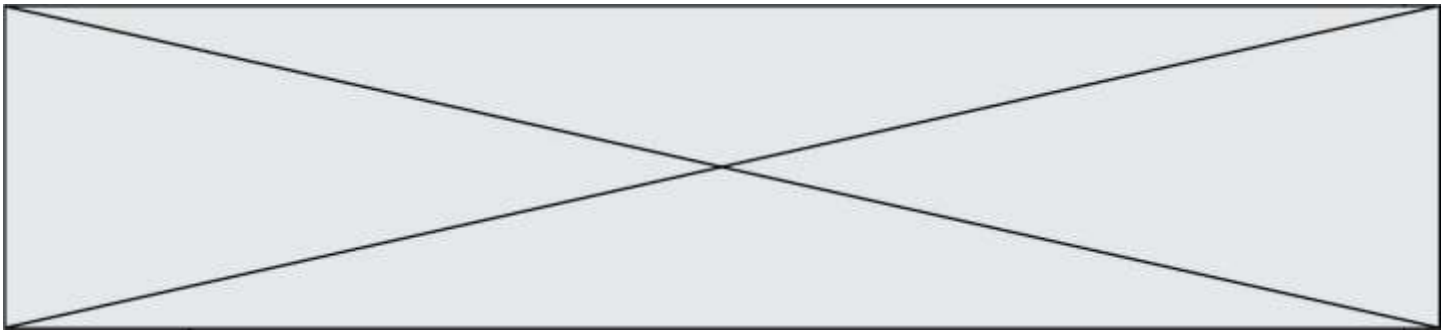
L'alimentation peut aussi influencer la qualité du sommeil. Aussi, le restaurant de l'hôtel décide de proposer, sur sa carte, pour les repas du soir des menus favorables à l'endormissement.

3. Argumenter le choix d'aliments à privilégier lors du repas du soir.

En 2024, 17,2% des salariés en hôtellerie ont travaillé de nuit. Le travail de nuit cause un manque de sommeil qui représente un risque professionnel d'accident du travail.

4. Analyser les circonstances de ce risque professionnel d'accident du travail dans le secteur de l'hôtellerie restauration.

5. Proposer des exemples de situations correspondant à chacune de ces circonstances d'accidents du travail dans le secteur de l'hôtellerie-restauration.



Barème :

	Partie 1	Partie 2
C1	5 points	
C2		4 points
C3	4 points	5 points
Expression écrite	1 point	1 point
Total	10 points	10 points

Liste des annexes :

ANNEXE 1 : Dette de sommeil : le danger veille !

Source : **Institut National du sommeil et de la vigilance**, *Dette de sommeil : le danger veille ! 2018*. [Image en ligne], Disponible à l'adresse : www.institut-sommeil-vigilance.org, consulté le 16 octobre 2025.

ANNEXE 2 : Sommeil : comment bien dormir à l'hôtel ?

Source : **Margoulies M.**, *Sommeil : comment bien dormir à l'hôtel*, National Géographique 2025, [en ligne] Disponible à l'adresse : <https://www.nationalgeographic.fr>. Consulté le 16/10/2025.

ANNEXE 3 : Sommeil et Alimentation. Bien se nourrir pour bien dormir.

Source : **Institut National du sommeil et de la vigilance**, *Sommeil et Alimentation. Bien se nourrir pour bien dormir*, [En ligne] Disponible à l'adresse : www.institut-sommeil-vigilance.org, consulté le 16 octobre 2025.

ANNEXE 4 : Circonstances des accidents du travail dans le secteur des services, commerces et industries de l'alimentation.

Source : **Direction des risques professionnels**, *Synthèse année 2023 Services, commerces et industries de l'alimentation*. 2023, page 30, [En ligne] Disponible à l'adresse : www.assurance-maladie.ameli.fr, consulté le 16 octobre 2025.

Modèle CCYC : ©DNE

Nom de famille (naissance) :


(Suivi s'il y a lieu, du nom d'usage)

Prénom(s) :

N° candidat : N° d'inscription :

(Les numéros figurent sur la convocation.)

Né(e) le : / /

 Liberté - Égalité - Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

1.1

ANNEXE 1 : DETTE DE SOMMEIL : LE DANGER VEILLE !

A TERME, NE PAS RESPECTER SON RYTHME ET SON BESOIN DE SOMMEIL ALTÈRE LA QUALITÉ DE VIE

- La prise de poids est favorisée par une durée de sommeil inférieure à 6h par 24h
- La somnolence au volant est la 1^{re} cause d'accidents mortels sur autoroutes
- Au travail, au moins 1 nuisance liée à des troubles du sommeil, se fait ressentir pour 56% des Français
- Le volume de matière grise est diminué, chez l'adolescent, par une durée de sommeil inférieure à 7h



UNE DETTE DE SOMMEIL CHRONIQUE PEUT ÊTRE ENGENDRÉE PAR UNE PATHOLOGIE NON TRAITÉE TELLE QUE L'APNÉE DU SOMMEIL

LES SIGNES ÉVOCATEURS

- Vous ronflez
- Vous vous arrêtez de respirer pendant votre sommeil
- Vous avez fréquemment envie d'uriner la nuit
- Vous avez le sentiment d'un sommeil non récupérateur
- Vous somnolez la journée
- Vous souffrez de troubles de la mémoire et de la concentration
- Vous êtes irritable
- Vous avez des troubles de la libido

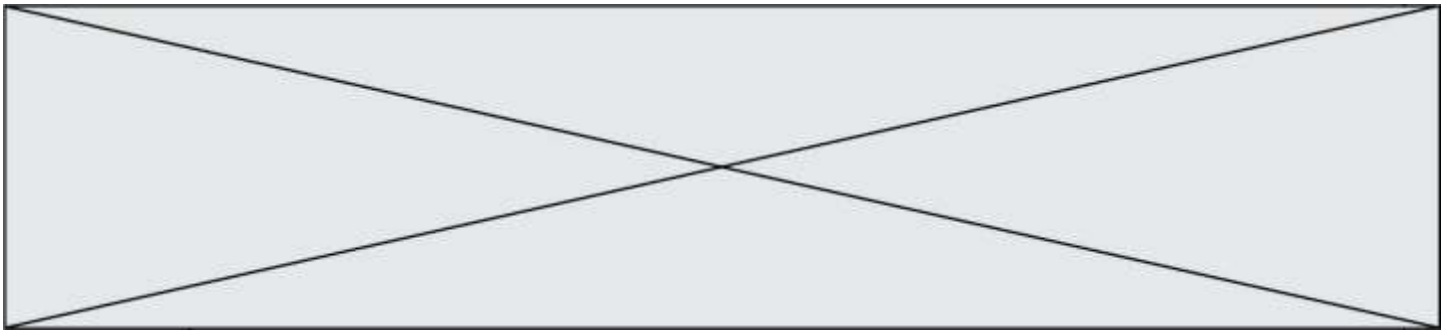
Parlez-en à votre médecin

INSTITUT NATIONAL DU SOMMEIL ET DE LA VIGILANCE

www.institut-sommeil-vigilance.org

avec le soutien de 

Source : Institut National du sommeil et de la vigilance. *Dettes de sommeil : le danger veille !*, 2018, [Image en ligne] Disponible à l'adresse : <https://institut-sommeil-vigilance.org>, consulté le 16 octobre 2025.



ANNEXE 2 : SOMMEIL : COMMENT BIEN DORMIR A L'HOTEL ?

Que vous voyagiez pour le travail ou les loisirs, il peut être difficile à croire que les hôtels sont faits pour dormir. Entre les lits inconfortables, la climatisation bruyante, les portes qui claquent et les clients peu discrets des chambres voisines, bien se reposer loin de la maison n'est pas toujours chose aisée.

Le docteur Rebecca Robbins, professeure assistante de médecine à l'école de médecine de Harvard et scientifique associée du Brigham and Women's Hospital de Boston, connaît l'importance du sommeil. Ses recherches visant à encourager les changements de comportements à des fins d'amélioration du sommeil et du rythme circadien, c'est tout naturellement qu'elle s'est intéressée au sommeil dans les hôtels.

Source_: **Margoulies M.** *Sommeil : Comment bien dormir à l'hôtel.* National Géographique 2025 [en ligne] Disponible à l'adresse : <https://www.nationalgeographic.fr>, Consulté le 16/10/2025.

ANNEXE 3 : SOMMEIL ET ALIMENTATION. BIEN SE NOURRIR POUR BIEN DORMIR.

[...] Manger des sucres lents le soir permet également de faciliter la production de la sérotonine indispensable à la sécrétion de la mélatonine, hormone qui apporte l'information à l'organisme qu'il fait nuit et qu'il est temps de dormir, contribuant ainsi au contrôle de la rythmicité. [...]

Manger du sucre ne suffit pas pour produire de la mélatonine, il nous faut aussi ingérer du tryptophane, un acide aminé que le corps ne sait pas fabriquer.

Le tryptophane est présent dans presque toutes les protéines alimentaires et permet la fabrication de la sérotonine dans le cerveau. La sérotonine nous aide à réguler notre humeur et nous prépare au sommeil. Pour que la sérotonine puisse être synthétisée, la concentration en tryptophane dans l'organisme doit être plus élevée que celle des autres acides aminés. Il vaut mieux toutefois privilégier une origine non animale dont la digestion est réputée produire plus de chaleur.

Les aliments riches en tryptophanes sont :

- les œufs ;
- les noix, amandes et noisettes ;
- les produits laitiers ;
- certaines céréales et féculents : avoine, soja, maïs, seigle, sésame, riz, quinoa ;
- les légumes secs : lentilles, pois chiches, haricots secs...
- la viande et le poisson ;
- la banane ;
- le chocolat (mais attention à la caféine qu'il contient).

Modèle CCYC : ©DNE

Nom de famille (naissance) :

(Suivi s'il y a lieu, du nom d'usage)

Prénom(s) :

N° candidat : N° d'inscription :

(Les numéros figurent sur la convocation.)

Né(e) le : / /

Liberté - Égalité - Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

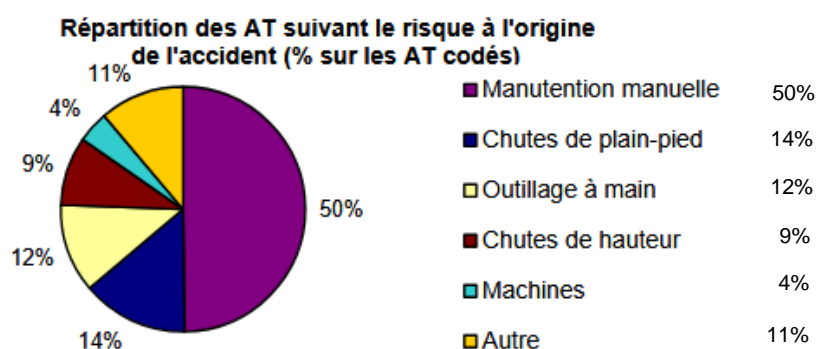
1.1

Un régime trop gras modifie la sensibilité de l'organisme à une hormone l'orexine (ou hypocrétine) qui stimule l'éveil et participe à l'envie de manger. En journée, une consommation trop importante d'aliments gras favorise la somnolence. Consommés le soir, les aliments gras, difficiles à digérer, entraînent une fragmentation du sommeil. Les aliments sucrés favorisent l'endormissement, l'augmentation du glucose dans l'hypothalamus pourrait être à l'origine de cet effet. Les neurones responsables de l'endormissement localisés dans cette zone du cerveau possèdent des propriétés moléculaires leur permettant de moduler leur activité électrique en fonction de la concentration de glucose ambiante. Ce mécanisme permettrait au cerveau de réguler les états d'éveil et de sommeil en fonction de l'apport énergétique cérébral disponible. Le soir on peut donc miser sur les tisanes sucrées ou les petits gâteaux mais attention à la barre chocolatée l'après-midi car contrairement à l'argument publicitaire, elle ne vous réveillera pas pour le reste de la journée ! [...]

Source : **Institut National du sommeil et de la vigilance**, *Sommeil et Alimentation. Bien se nourrir pour bien dormir*, [En ligne] Disponible à l'adresse : www.institut-sommeil-vigilance.org, consulté le 16 octobre 2025.

ANNEXE 4 : CIRCONSTANCES DES RISQUES PROFESSIONNELS D'ACCIDENTS DU TRAVAIL DANS LE SECTEUR DES SERVICES, COMMERCES ET INDUSTRIES DE L'ALIMENTATION

Circonstances des accidents du travail



Source : **Direction des risques professionnels**, *Synthèse année 2023 Services, commerces et industries de l'alimentation. 2023*, page 30. [En ligne] Disponible à l'adresse : www.assurance-maladie.ameli.fr, consulté le 16 octobre 2025