



## VIE QUOTIDIENNE - PREVENTION SANTE ENVIRONNEMENT

VQPSE1 - VIE QUOTIDIENNE- PREVENTION SANTE ENVIRONNEMENT  
(temps moyen : 4h 30)

VQPSE2 - VIE QUOTIDIENNE- PREVENTION SANTE ENVIRONNEMENT  
(temps moyen : 3h)

VQPSE3 - VIE QUOTIDIENNE- PREVENTION SANTE ENVIRONNEMENT  
(temps moyen : 1h 30)

VQPSE4 - VIE QUOTIDIENNE- PREVENTION SANTE ENVIRONNEMENT  
(temps moyen : 1h 15)

VQPSE5 - VIE QUOTIDIENNE- PREVENTION SANTE ENVIRONNEMENT  
(temps moyen : 1h 20)

# SYNTHESE EN VIE QUOTIDIENNE - PREVENTION SANTE ENVIRONNEMENT (version 7.1.3)

<b>VQPSE1 - VIE QUOTIDIENNE - PREVENTION SANTE ENVIRONNEMENT (temps moyen : 4h 30)</b>		
<b>Nom complet du cours</b>	<b>Objectifs opérationnels</b>	<b>Temps en mn</b>
<b>L'individu dans son parcours professionnel</b>		
<b>VQPSE101 - Valider son expérience : la VAE</b>	Trouver la signification du sigle VAE, décoder des éléments pour en bénéficier, retrouver les règles de la VAE.	<b>15</b>
<b>VQPSE 102 - Le contrat d'apprentissage</b>	Découvrir le contrat d'apprentissage, avec les droits et obligations de chaque partie.	<b>30</b>
<b>VQPSE 103 - Rechercher un emploi : démarches.</b>	Objectifs opérationnels de ce module : Repérer au niveau local les structures d'aide à la recherche d'emploi, identifier le rôle de ces structures d'aide à l'emploi, décoder des offres d'emplois, rédiger un CV et une lettre de motivation pour une demande d'emploi, lister les éléments à prendre en compte pour préparer un entretien d'embauche.	<b>30</b>
<b>L'individu et sa santé</b>		
<b>VQPSE 201 - Rythmes biologiques : le sommeil</b>	Les rôles du sommeil, les conséquences de l'insuffisance de sommeil sur l'individu et son activité professionnelle et énoncer des attitudes personnelles favorisant la récupération.	<b>20</b>
<b>L'individu dans ses actes de consommation</b>		
<b>VQPSE 301-Gérer son budget : le crédit.</b>	Rechercher, décoder, comparer des documents commerciaux d'offres de crédit.	<b>20</b>
<b>VQPSE 302 - Gérer un budget : Eléments.</b>	Identifier les différentes recettes, repérer et classer les dépenses dans les différents postes d'un budget donné, différencier budget (équilibré, excédentaire, déficitaire) et en déduire les conséquences, connaître le vocabulaire des assurances.	<b>20</b>

# SYNTHESE EN VIE QUOTIDIENNE - PREVENTION SANTE ENVIRONNEMENT (version 7.1.3)

## VQPSE1 - VIE QUOTIDIENNE - PREVENTION SANTE ENVIRONNEMENT (suite)

Nom complet du cours	Objectifs opérationnels	Temps en mn
<b>L'individu dans ses actes de consommation (suite)</b>		
<b>VQPSE 303 - Gestion des achats : Etiquetage.</b>	Identifier les mentions obligatoires et facultatives de l'étiquetage des produits, repérer au niveau local et à l'échelle nationale les structures d'information et de défense du consommateur et identifier le rôle de chacune.	<b>15</b>
<b>VQPSE 304 - Gestion des achats : Paiement.</b>	Différencier les modes de paiement et indiquer leurs intérêts et leurs limites d'utilisation.	<b>20</b>
<b>Prévention des risques : Maîtriser les gestes et postures et respecter des règles d'hygiène, de sécurité et environnementales élémentaires</b>		
<b>VQPSE 401 - Prévention des risques : le bruit</b>	Caractériser le risque du bruit, identifier une situation dangereuse, repérer les effets sur l'organisme, proposer des mesures de prévention collective et individuelle.	<b>30</b>
<b>VQPSE 402 - Prévention des risques physiques</b>	Identifier pour le risque lié à l'activité physique une situation dangereuse, repérer les effets sur le corps humain et proposer des mesures d'aide et de prévention.	<b>20</b>
<b>L'individu et son Environnement : Contribuer à la préservation de l'environnement et aux économies d'énergie</b>		
<b>VQPSE 403 - Environnement : l'eau</b>	Analyser notre consommation d'eau au quotidien, trouver des moyens pour économiser l'eau au quotidien, comprendre le trajet de l'eau domestique et le fonctionnement d'une station d'épuration.	<b>20</b>
<b>VQPSE 404 - Les déchets ménagers.</b>	Recenser les déchets liés à l'activité d'une famille et leur tri. Indiquer les méthodes de recyclage de ces déchets. Analyser la réduction des déchets ménagers au quotidien.	<b>40</b>

## SYNTHESE EN VIE QUOTIDIENNE - PREVENTION SANTE ENVIRONNEMENT (version 7.1.3)

<b>VQPSE2 - VIE QUOTIDIENNE - PREVENTION SANTE ENVIRONNEMENT (temps moyen : 3h)</b>		
Nom complet du cours	Objectifs opérationnels	Temps en mn
<b>Gérer un budget familial</b>		
<b>VQPSE 221 - Budget - 1ère partie : Le budget familial (bases)</b>	Différencier les types de budget et en déduire les conséquences. Repérer et classer les dépenses d'un budget.	<b>20</b>
<b>VQPSE 222 - Budget - 2ème partie : Budget familial (étude de cas).</b>	Etude des budgets de 4 familles : Analyser des exemples de budgets équilibrés, déficitaires, excédentaires. Adopter une attitude critique sur un budget prévisionnel.	<b>30</b>
<b>VQPSE 223 - Budget - 3ème partie : La consommation d'eau d'un ménage.</b>	La consommation en eau à la maison : Analyser et comprendre la consommation en eau d'un ménage.	<b>20</b>
<b>VQPSE 224 - BUDGET - 4ème partie: La consommation en électricité d'un ménage.</b>	La consommation en électricité dans la maison : Analyser et comprendre la consommation en énergie électrique à la maison.	<b>30</b>
<b>Gérer ses achats</b>		
<b>VQPSE 225 - ACHATS : Le paiement en espèces.</b>	Apprendre à utiliser le paiement en espèces.	<b>30</b>
<b>VQPSE 226 - ACHATS : Le paiement par chèque.</b>	Apprendre à utiliser le paiement par chèque.	<b>20</b>
<b>VQPSE 227 - ACHATS : Le paiement par carte bancaire.</b>	Apprendre à utiliser le paiement par carte bancaire.	<b>30</b>

## SYNTHESE EN VIE QUOTIDIENNE - PREVENTION SANTE ENVIRONNEMENT (version 7.1.3)

<b>VQPSE3 - VIE QUOTIDIENNE - PREVENTION SANTE ENVIRONNEMENT (temps moyen : 1h 30)</b>		
Nom complet du cours	Objectifs opérationnels	Temps en mn
<b>Lire et utiliser les informations d'un tableau à double entrée</b>		
VQPSE 321 - Lecture d'une notice sur des horaires	<b>Les horaires avec des tableaux à double entrée</b> : Apprendre à utiliser des tableaux à double entrée avec des notices sur les horaires de train, les horaires de bus, les horaires sur un planning d'emploi du temps d'un apprenti.	<b>30</b>
VQPSE 322 - Lecture d'un mode d'emploi sur les dosages et les quantités (1)	<b>Exemples dans les métiers du bâtiment (maçonnerie, peinture)</b> : Apprendre à utiliser des tableaux à double entrée : Dosages de ciment, quantitatif de peinture pour peindre un plafond, quantitatif de papier peint pour tapisser.	<b>30</b>
VQPSE 323 - Lecture d'un mode d'emploi sur les dosages et les quantités (2)	<b>Exemples au quotidien à la maison</b> : Apprendre à utiliser des tableaux à double entrée : Dosage et quantitatif de produits pour le lavage, le nettoyage et en cuisine.	<b>30</b>
<b>VQPSE4 - VIE QUOTIDIENNE - PREVENTION SANTE ENVIRONNEMENT (temps moyen : 1h 15)</b>		
<b>Lire et comprendre un document usuel professionnel (lettres, consignes, notices...).</b>		
VQPSE 421 - Lecture d'un billet de train	<b>Les transports ferroviaires</b> : Découvrir les rubriques d'un billet pour prendre le train.	<b>20</b>
VQPSE 422 - Prendre le train	<b>Les transports ferroviaires</b> : Comprendre les consignes pour prendre le train de la prise de billet à sa place dans le train.	<b>15</b>
VQPSE 423 - Prendre le métro à PARIS	<b>Les transports URBAINS</b> : Comprendre les consignes et conseils pour prendre le métro à PARIS en autonomie.	<b>20</b>
VQPSE 424 - Le plan d'une ville	<b>Les transports URBAINS</b> : Comprendre le plan d'une ville et son index des rues.	<b>20</b>

## SYNTHESE EN VIE QUOTIDIENNE - PREVENTION SANTE ENVIRONNEMENT (version 7.1.3)

<b>VQPSE5 - VIE QUOTIDIENNE - PREVENTION SANTE ENVIRONNEMENT (temps moyen : 1h 20)</b>		
Nom complet du cours	Objectifs opérationnels	
<b>Prévention des risques : - Maîtriser les gestes et postures et respecter des règles d'hygiène, de sécurité et environnementales élémentaires : Connaître et expliciter les consignes et pictogrammes de sécurité.</b>		<b>Temps en mn</b>
<b>VQPSE 521 - PREVENTION : Les panneaux d'interdiction au quotidien et en entreprise.</b>	Connaître et expliciter les consignes sur les panneaux d'interdiction.	<b>15</b>
<b>VQPSE 522 - PREVENTION : Les panneaux d'avertissement d'un risque ou d'un danger.</b>	Connaître et expliciter les consignes sur les panneaux d'avertissement de risque ou de danger au quotidien et en entreprise.	<b>15</b>
<b>VQPSE 523 - PREVENTION : Les panneaux d'obligation.</b>	Connaître et expliciter les consignes sur les panneaux d'obligation sur la sécurité au travail.	<b>15</b>
<b>VQPSE 524 - PREVENTION : Les pictogrammes de danger chimique.</b>	Connaître et expliciter les consignes sur les pictogrammes de danger chimique au quotidien et en entreprise.	<b>15</b>
<b>VQPSE 525 - PREVENTION : Les panneaux de sauvetage, de secours, de lutte contre l'incendie.</b>	Connaître et expliciter les consignes sur les panneaux de sauvetage, de secours, de lutte contre l'incendie.	<b>20</b>