



SOMMAIRE

AVANT-PROPOS	5
 1 L'INDIVIDU RESPONSABLE DE SON CAPITAL SANTÉ	 7
CHAPITRE 1 LE SYSTÈME DE SANTÉ	9
CHAPITRE 2 LE SOMMEIL	21
CHAPITRE 3 L'ACTIVITÉ PHYSIQUE	29
CHAPITRE 4 LES ADDICTIONS	37
CHAPITRE 5 LA SEXUALITÉ, LA CONTRACEPTION	47
CHAPITRE 6 PRÉVENIR LES INFECTIONS SEXUELLEMENT TRANSMISSIBLES	61
CHAPITRE 7 L'ALIMENTATION ADAPTÉE À SON ACTIVITÉ	71
 2 L'INDIVIDU RESPONSABLE DANS SON ENVIRONNEMENT	 81
CHAPITRE 1 LES RESSOURCES EN EAU DE LA TERRE	83
CHAPITRE 2 LE RISQUE MAJEUR	97
CHAPITRE 3 LES RESSOURCES EN ÉNERGIE	107
CHAPITRE 4 LE BRUIT AU QUOTIDIEN	119
 3 L'INDIVIDU DANS SON MILIEU PROFESSIONNEL, IMPLIQUÉ DANS LA PRÉVENTION DES RISQUES	 133
CHAPITRE 1 LES DIFFÉRENTS CONTRATS DE TRAVAIL	135
CHAPITRE 2 LES ENJEUX DE LA SANTÉ ET SÉCURITÉ AU TRAVAIL, ACIDENTS DU TRAVAIL ET MALADIES PROFESSIONNELLES	143
CHAPITRE 3 LA DÉMARCHE D'ANALYSE ET DE PRÉVENTION DES RISQUES PROFESSIONNELS	155
CHAPITRE 4 LE RISQUE DE CHUTE	169
CHAPITRE 5 LE RISQUE MÉCANIQUE	177
CHAPITRE 6 LE RISQUE CHIMIQUE	187
CHAPITRE 7 LE RISQUE BIOLOGIQUE	197
CHAPITRE 8 LE RISQUE ÉLECTRIQUE	209

CHAPITRE 9 LE RISQUE LIÉ À L'ENVIRONNEMENT DE TRAVAIL	217
CHAPITRE 10 LE RISQUE D'INCENDIE	231
CHAPITRE 11 LE RISQUE LIÉ À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE DU MÉTIER	239
CHAPITRE 12 LE RISQUE LIÉ À LA CHARGE MENTALE	249
CHAPITRE 13 LES ACTEURS ET LE ORGANISMES DE PRÉVENTION	257
CHAPITRE 14 LE SUIVI MÉDICAL DES SALARIÉS ET LA VACCINATION	265
CHAPITRE 15 LA GESTION DES SITUATIONS D'URGENCE	277

4 L'INDIVIDU CONSOMMATEUR AVERTI **285**

CHAPITRE 1 L'ASSURANCE	287
CHAPITRE 2 LE BUDGET	295
CHAPITRE 3 LES ACHATS	305

5 CORRIGÉS **317**