

## ► Informations générales

Cours	
<b>Titre</b>	Changements de comportements alimentaires
<b>Crédits</b>	4 crédits
<b>Sigle</b>	NUT 2066
<b>Site StudiUM</b>	<a href="https://studium.umontreal.ca/course/view.php?id=226163">https://studium.umontreal.ca/course/view.php?id=226163</a>
<b>Faculté / École / Département</b>	Médecine / Nutrition
<b>Trimestre</b>	Automne
<b>Année</b>	2022
<b>Mode de formation</b>	En présentiel
<b>Déroulement du cours</b>	Horaire : Jeudi 8h30-11h30 ; Vendredi 13h00-15h00 ; Jeudi (22 déc) 13h00-15h00. Salle : D-440 Pav. Marie-Victorin et 2208 Pav. Liliane-de-Stewart (22 déc)
<b>Charge de travail hebdomadaire</b>	Assister aux cours (3 heures/semaine) et aux ateliers pratiques (2 heures/semaine)

Enseignant Responsable du cours	
<b>Nom et titre</b>	Jean-Claude Moubarac, Ph.D., Marie Marquis, Dt.P., Ph.D., Marianne Lefebvre, Dt.P., MSc, Ève Crépeau, Dt.P., MSc
<b>Coordonnées</b>	<a href="mailto:jc.moubarac@umontreal.ca">jc.moubarac@umontreal.ca</a>
<b>Disponibilités</b>	Sur rendez-vous

Description du cours	
<b>Description simple</b>	Ce cours permet aux étudiants de comprendre les bases théoriques du changement de comportement en lien avec l'alimentation. Approche théorique de consultation. Techniques d'entrevue et relation d'aide. Outils et stratégies d'intervention individuelle et de groupe. Processus décisionnel du mangeur et tendances.
<b>Description détaillée</b>	Ce cours de 4 crédits comporte des cours théoriques et des ateliers pratiques. La théorie inclut les principes d'éducation et de consultation nutritionnelle, les techniques d'entrevues motivationnelle, les théories de changements de comportements individuels et de groupes, l'analyse de l'environnement et des choix du mangeur, le processus décisionnel du manger. la diversité et les tendances en alimentation, le marketing social, et l'alimentation durable et les produits innovants du marché. Les ateliers pratiques incluent des travaux individuels et de groupes, à la maison ou en classe, des lectures et analyses critiques, ainsi que des travaux pratiques comme l'analyse d'une consultation avec un nouvel arrivant. L'évaluation comporte un examen final et des évaluations pratiques tout au long de la session.

## ► Apprentissages visés

### Objectifs généraux

L'objectif général de ce cours est d'acquérir des connaissances et de mettre en pratique la théorie et les techniques de consultation et d'intervention nutritionnelle en tenant compte du contexte et de l'environnement alimentaire des mangeurs.

### Objectifs d'apprentissage

Au terme de ce cours, l'étudiant devra pouvoir :

#### **C.1. Agir avec professionnalisme**

- 1.1 Apprécier et appliquer les exigences réglementaires, organisationnelles et professionnelles (A)
- 1.2 Reconnaître son niveau de connaissances et d'aptitudes professionnelles (A)
- 1.5 Justifier ses décisions selon les meilleures données disponibles, le contexte et la perspective de la clientèle. (A)
- 1.6 Organiser son temps et sa charge de travail selon les priorités (A)
- 1.8 Utiliser la technologie pour appuyer sa pratique (A)

#### **C.2. Communiquer à l'oral et par écrit (A)**

##### **C.3. Collaborer**

- 3.1 Établir un climat d'ouverture, de respect et de confiance (A)
- 3.2 Utiliser ses connaissances professionnelles et exercer son leadership en contexte de pratique collaborative (A)
- 3.4 Appliquer les principes de négociation et de gestion de conflits (A)
- 3.5 Fournir de la rétroaction, en rechercher et y réagir de manière appropriée (A)
- 3.6 Mettre au point des stratégies et des ressources d'apprentissage appropriées (F)
- 3.7 Offrir une formation efficace et évaluer les résultats d'apprentissage (F)

#### **C.4. Offrir des soins nutritionnels (A)**

##### **C.5 Améliorer la santé nutritionnelle des populations**

- 5.1 Évaluer les besoins en matière de santé nutritionnelle d'un groupe, d'une communauté, d'une population (A)
- 5.2 Déterminer les priorités et planifier une intervention, un programme, une politique pour un groupe, une communauté, une population (A)
- 5.4 Évaluer l'intervention, le programme, la politique à chaque stade de son développement (faisabilité, processus, effets) (F)

► **Calendrier**

Séances	Contenus	Activités	Lectures et travaux	Évaluations
8 septembre 2022 Jeudi 8h30-11h30	Présentation du plan de cours Principes d'éducation en nutrition	Cours théorique : exposé magistral, plan de cours Marianne Lefebvre, Dt.P., MSc	Plan de cours, notes de cours et articles disponibles sur StudiUM	s.o.
9 septembre 2022 Vendredi 13h00-15h00	Vulgarisation scientifique en lien avec le poids	Atelier pratique Ève Crépeau, Dt.P., MSc.	<b>Cliquez ici pour entrer du texte.</b>	Évaluation (5%)
15 septembre 2022 Jeudi 8h30-11h30	Principes de consultation nutritionnelle (1)	Cours théorique : exposé magistral, lectures Ève Crépeau, Dt.P., MSc.	Notes de cours et lectures obligatoires disponibles sur StudiUM	s.o.
16 septembre 2022 Vendredi 13h00-15h00	Préjugés à l'égard du poids (1)	Atelier pratique Ève Crépeau, Dt.P., MSc.	<b>Cliquez ici pour entrer du texte.</b>	Évaluation (5%)
22 septembre 2022 Jeudi 8h30-11h30	Principes de consultation nutritionnelle (2)	Cours théorique : exposé magistral, lectures Ève Crépeau, Dt.P., MSc.	Notes de cours et lectures obligatoires disponibles sur StudiUM	s.o.
23 septembre 2022 Vendredi 13h00-15h00	Préjugés à l'égard du poids (2)	Atelier pratique Ève Crépeau, Dt.P., MSc.	<b>Cliquez ici pour entrer du texte.</b>	
29 septembre 2022 Jeudi 8h30-11h30	Principes de consultation nutritionnelle (3)	Cours théorique : exposé magistral, lectures Ève Crépeau, Dt.P., MSc.	Notes de cours et lectures obligatoires disponibles sur StudiUM	s.o.
30 septembre 2022 Vendredi 13h00-15h00	Tenue d'un journal alimentaire + changement d'habitude	Atelier pratique Ève Crépeau, Dt.P., MSc.	<b>Cliquez ici pour entrer du texte.</b>	Évaluation (5%)

6 octobre 2022 Jeudi 8h30-11h30	Entrevue motivationnelle (1)	Cours théorique : exposé magistral, lectures Gabrielle Pagé, Ph.D.	Notes de cours et lectures obligatoires disponibles sur StudiUM	s.o.
7 octobre 2022 Vendredi 13h00-15h00	Priorité d'action de 2 cas	Atelier pratique Ève Crépeau, Dt.P., MSc.	<b>Cliquez ici pour entrer du texte.</b>	s.o.
13 octobre 2022 Jeudi 8h30-11h30	Entrevue motivationnelle (2)	Cours théorique : exposé magistral, lectures Gabrielle Pagé, Ph.D.	Notes de cours et lectures obligatoires disponibles sur StudiUM	s.o.
14 octobre 2022 Vendredi 13h00-15h00	Vulgarisation d'un enseignement	Atelier pratique Ève Crépeau, Dt.P., MSc.	<b>Cliquez ici pour entrer du texte.</b>	s.o.
20 octobre 2022 Jeudi 8h30-11h30	Analyse de l'environnement et choix stratégiques pour rejoindre les mangeurs	Cours théorique : exposé magistral, lectures Marianne Lefebvre, Dt.P., MSc.	Notes de cours et lectures obligatoires disponibles sur StudiUM	s.o.
21 octobre 2022 Vendredi 13h00-15h00	Activité sur l'entrevue motivationnelle	Atelier pratique Virginie Hamel Dt.P. et Jean-Claude Moubarac, PhD	<b>Cliquez ici pour entrer du texte.</b>	s.o.

3 novembre 2022 Jeudi 8h30-11h30	Le processus décisionnel du mangeur et les dimensions sociales et psychologiques de l'étude du mangeur	Cours théorique : exposé magistral, lectures Marianne Lefebvre, Dt.P., MSc.	Notes de cours et lectures obligatoires disponibles sur StudiUM	s.o.
4 novembre 2022 Vendredi 13h00-15h00	Analyse d'une consultation avec un nouvel arrivant	Atelier pratique Marianne Lefebvre, Dt.P., MSc.	Travail à remettre : écrit individuel	5%
10 novembre 2022 Jeudi 8h30-11h30	Diversité et tendances alimentaires	Cours théorique : exposé magistral, lectures Marianne Lefebvre, Dt.P., MSc.	Notes de cours et lectures obligatoires disponibles sur StudiUM	s.o.
11 novembre 2022 Vendredi 13h00-15h00	Analyse d'un menu institutionnel et adaptation culturelle	Atelier pratique Marianne Lefebvre, Dt.P., MSc.	Travail à remettre : écrit en équipe	Évaluation (5%)
17 novembre 2022 Jeudi 8h30-11h30	Le marketing social	Cours théorique : exposé magistral, lectures Jean-Claude Moubarac, Ph.D.	Notes de cours et lectures obligatoires disponibles sur StudiUM	s.o.
18 novembre 2022 Vendredi 13h00-15h00	Présentation critique d'une ressource en éducation nutritionnelle	Atelier pratique Marianne Lefebvre, Dt.P., MSc.	Travail à remettre : écrit en groupe	Évaluation (10%)
24 novembre 2022 Jeudi 8h30-11h30	L'alimentation durable et les produits naturels de santé	Cours théorique : exposé magistral, lectures Marianne Lefebvre, Dt.P., MSc.	Notes de cours et lectures obligatoires disponibles sur StudiUM	s.o.

25 novembre 2022 Vendredi 13h00-15h00	Analyse critique de l'offre dans une épicerie ethnique	Atelier pratique Marianne Lefebvre, Dt.P., MSc.	<b>Cliquez ici pour entrer du texte.</b>	Évaluation (5%)
1 décembre 2022 Jeudi 8h30-11h30	Modèle théorique de changement de comportement (1)	Cours théorique : exposé magistral, lectures Marie Marquis, Dt.P., Ph.D.	Notes de cours et lectures obligatoires disponibles sur StudiUM	
2 décembre 2022 Vendredi 13h00-15h00	À déterminer	Atelier pratique : étude de cas (groupe) Marie Marquis, Dt.P., Ph.D.		Évaluation (5%)
8 décembre 2022 Jeudi 8h30-11h30	Modèle théorique de changement de comportement (2)	Cours théorique : exposé magistral, lectures Marie Marquis, Dt.P., Ph.D.	Notes de cours et lectures obligatoires disponibles sur StudiUM	
9 décembre 2022 Vendredi 13h00-15h00	À déterminer	Atelier pratique : étude de cas (groupe) Marie Marquis, Dt.P., Ph.D.		Évaluation (10%)
15 décembre 2022 Jeudi 8h30-11h30	Modèle théorique de changement de comportement (3)	Cours théorique : exposé magistral, lectures Marie Marquis, Dt.P., Ph.D.	Notes de cours et lectures obligatoires disponibles sur StudiUM <b>Cliquez ici pour entrer du texte.</b>	
16 décembre 2022 Vendredi 13h00-15h00	À déterminer	Atelier pratique : étude de cas (groupe) Marie Marquis, Dt.P., Ph.D.		Évaluation (10%)
22 décembre 2022 Jeudi 13h00-15h00		Évaluation Marianne Lefebvre, Dt.P., MSc.		Examen final (40%)

**Attention !** Exceptionnellement, des modifications au plan de cours pourraient être apportées en cours de trimestre. Veuillez-vous référer à l'[article 28 du Règlement pédagogique des études supérieures et postdoctorales](#).

## ► Évaluations

Moyens	Critères	Dates	Pondérations
Travail individuel-Vulgarisation scientifique en lien avec le poids	Respect des consignes et de l'échéance, justesse des réponses, qualité de la langue	9 septembre 2022- Ève Crépeau	5 %
Travail individuel- Préjugés à l'égard du poids	Respect des consignes et de l'échéance, justesse des réponses, qualité de la langue	16 septembre 2022- Ève Crépeau	5 %
Travail individuel- Tenue d'un journal alimentaire	Respect des consignes et de l'échéance, justesse des réponses, qualité de la langue	30 septembre 2022- Ève Crépeau	5 %
Travail individuel	Respect des consignes et de l'échéance, justesse des réponses, qualité de la langue	4 novembre 2022- Marianne Lefebvre	5 %
Travail en équipe	Respect des consignes et de l'échéance, justesse des réponses, qualité de la langue	11 novembre 2022- Marianne Lefebvre	5 %
Travail en équipe	Respect des consignes et de l'échéance, justesse des réponses, qualité de la langue	18 novembre 2022 Marianne Lefebvre	5 %
Travail en équipe	Respect des consignes et de l'échéance, justesse des réponses, qualité de la langue	25 novembre 2022 Marianne Lefebvre	5 %
Étude de cas	Respect des consignes et de l'échéance, justesse des réponses, qualité de la langue	2 décembre 2022 - Marie Marquis	5%
Étude de cas	Respect des consignes et de l'échéance, justesse des réponses, qualité de la langue	9 décembre 2022-Marie Marquis	10 %
Étude de cas	Respect des consignes et de l'échéance, justesse des réponses, qualité de la langue	16 décembre 2022-Marie Marquis	10 %
Examen final	Examen portant sur la matière des cours 1 à 15.	22 décembre 2022	40 %

**Attention !** Exceptionnellement, des modifications au plan de cours pourraient être apportées en cours de trimestre. Veuillez vous référer à l'[article 28 du Règlement pédagogique des études supérieures et postdoctorales](#).

### Consignes et règles pour les évaluations

**Absence à un examen** Si vous êtes absent à un examen, vous devez obligatoirement motiver votre absence, et ce, le plus tôt possible par téléphone ou par courriel. Vous devez ensuite remettre les pièces justificatives au professeur responsable dans les 8 jours suivant l'absence. Les articles 29, 30 et 31 du [Règlement pédagogique des études supérieures et postdoctorales](#) précisent les informations.



<b>Dépôts des travaux</b>	Les travaux sont remis à l'enseignant ou selon les directives.
<b>Matériel autorisé</b>	Seuls crayons, stylos et effaces sont permis lors des examens. Au besoin, des calculatrices ou autre matériel seront fournis. Il est interdit de manger durant les examens, seule une boisson est autorisée.
<b>Langue</b>	Sauf exception justifiée par la nature du programme ou du cours, les travaux et les examens sont présentés en français. Toutefois, durant une période d'adaptation définie par le doyen ou l'autorité compétente, celui-ci peut autoriser un étudiant dont la langue maternelle ou la langue d'usage n'est pas le français et qui en fait la demande à présenter des travaux et des examens en anglais. Quelle que soit la langue utilisée, la qualité de la langue compte parmi les critères d'évaluation.
<b>Qualité de la langue</b>	L'évaluation tient compte de la qualité de la langue et de la capacité à utiliser la terminologie et le style propres à la discipline ou au champ d'études, voire à la profession.
<b>Seuil de réussite exigé</b>	La note de passage pour un cours est C.

## ► Rappels

<b>Dates importantes</b>	
<b>Modification de l'inscription</b>	Si vous souhaitez modifier votre inscription ou abandonner un ou plusieurs cours, veuillez consulter les informations à ce <a href="#">lien</a> .
<b>Date limite d'abandon</b>	Dans le cas où l'horaire du cours ne suit pas la période habituelle, le délai prescrit est indiqué à <a href="#">l'horaire du cours</a> .
<b>Évaluation de l'enseignement</b>	En vertu de la politique universitaire, l'évaluation de l'enseignant responsable sera faite en ligne via le site <a href="https://umontreal.omnivox.ca">https://umontreal.omnivox.ca</a> selon la procédure établie et à la période communiquée par le TGDE aux cycles supérieurs.

<b>Utilisation des technologies en classe</b>	
<b>Enregistrement des cours</b>	Les étudiants désirant enregistrer une prestation d'enseignement doivent obtenir l'autorisation écrite de chaque personne qui enseigne dans le cours en utilisant le <a href="#">formulaire</a> prévu à cet effet. La permission d'enregistrer NE donne PAS la permission de diffuser l'information.
<b>Prise de notes et activités d'apprentissage avec ordinateurs, tablettes ou téléphones intelligents</b>	L'utilisation des technologies en classe est permise. Ceci ne doit pas interférer avec le fonctionnement en classe. <a href="http://cpu.umontreal.ca/numerique/documentation/EU23_R3.pdf">http://cpu.umontreal.ca/numerique/documentation/EU23_R3.pdf</a>

## ► Cadres réglementaires et politiques institutionnelles

<b>Règlements et politiques</b>	
---------------------------------	--

Apprenez à connaître les règlements et les politiques qui encadrent la vie universitaire d'un étudiant.

## Règlement des études

Consultez le règlement qui encadre les études.

[Règlement pédagogique des études supérieures et postdoctorales](#)

## Politique-cadre sur l'intégration des étudiants en situation de handicap

Ressources disponibles les mieux adaptées à votre situation auprès du Bureau de soutien aux étudiants en situation de handicap (BSESH) et des accommodements aux examens spécifiques à notre faculté. Consulter le site du BSESH pour bien comprendre vos responsabilités.

[https://secretariatgeneral.umontreal.ca/public/secretariatgeneral/documents/doc\\_officiels/reglements/administration/adm10\\_25-politique-cadre\\_integration\\_etudiants\\_situation\\_handicap.pdf](https://secretariatgeneral.umontreal.ca/public/secretariatgeneral/documents/doc_officiels/reglements/administration/adm10_25-politique-cadre_integration_etudiants_situation_handicap.pdf)  
<http://www.bsesh.umontreal.ca/accommodement/index.htm>

## Intégrité, fraude et plagiat

Problèmes liés à la gestion du temps, ignorance des droits d'auteur, crainte de l'échec, désir d'égaliser les chances de réussite des autres – aucune de ces raisons n'est suffisante pour justifier la fraude ou le plagiat. Qu'il soit pratiqué intentionnellement, par insouciance ou par négligence, le plagiat peut entraîner un échec, la suspension, l'exclusion du programme, voire même un renvoi de l'université. Il peut aussi avoir des conséquences directes sur la vie professionnelle future. Plagier ne vaut donc pas la peine !

Le plagiat ne se limite pas à copier-coller ou à regarder la copie d'un collègue. Il existe diverses formes de manquement à l'intégrité, de fraude et de plagiat. En voici quelques exemples :

- Dans les travaux : *Copier un texte trouvé sur Internet sans le mettre entre guillemets et sans citer sa source ; Soumettre le même travail dans deux cours (autoplagiat) ; Inventer des faits ou des sources d'information ; Obtenir de l'aide non autorisée pour réaliser un travail.*
- Lors des examens : *Utiliser des sources d'information non autorisées pendant l'examen ; Regarder les réponses d'une autre personne pendant l'examen ; S'identifier faussement comme un étudiant du cours.*

Règlement disciplinaire sur le plagiat ou la fraude

<http://www.integrite.umontreal.ca/reglementation/officiels.html>

Site Intégrité

<http://integrite.umontreal.ca/>

## ► Ressources

### Ressources obligatoires

#### Documents

Disponibles sur studiUM

#### Ouvrages en réserve à la bibliothèque

Cliquez ici pour entrer du texte.

**Équipement  
(matériel)**

Cliquez ici pour entrer du texte.

## Ressources complémentaires

**Documents**

Cliquez ici pour entrer du texte.

**Sites Internet**

Cliquez ici pour entrer du texte.

**Guides**

Cliquez ici pour entrer du texte.

**Autres**

Cliquez ici pour entrer du texte.

**Bibliothécaire**

<http://guides.bib.umontreal.ca/disciplines/106-Nutrition>

## Soutien à la réussite

De nombreuses activités et ressources sont offertes à l'Université de Montréal pour faire de votre vie étudiante une expérience enrichissante et agréable. La plupart d'entre elles sont gratuites. Explorez les liens ci-dessous pour en savoir plus.

Centre de communication écrite

<http://cce.umontreal.ca/>

Centre étudiant de soutien à la réussite

<http://cesar.umontreal.ca/>

Citer ses sources – styles et logiciels (guide)

<http://www.bib.umontreal.ca/LGB/>

Services du réseau des bibliothèques de l'UdeM

<http://www.bib.umontreal.ca/services/default.htm>

Soutien aux étudiants en situation de handicap

<http://bsesh.umontreal.ca/>

