



**COLLÈGE
MONTMORENCY**

Service de l'organisation
et du cheminement scolaires

**Enseignement régulier
Cours de formation complémentaire**

120 503 MO – Nutrition passeport santé

Domaine 2 : Culture scientifique et technologique

Objectif : 000X = Expliquer la nature générale et quelques-uns des enjeux actuels de la science et de la technologie.

Pondération : 3 - 0 - 3

Description :

Découvrez comment une alimentation équilibrée peut améliorer votre santé! Explorez les dernières avancées et les tendances actuelles, telles que les suppléments, la nutrition sportive et l'alimentation durable. Ce cours vous offre les clés pour comprendre les principes fondamentaux de la nutrition, l'impact des nutriments sur la prévention des maladies et comment faire des choix alimentaires éclairés. Inscrivez-vous dès maintenant et prenez en main votre santé!