

3^e JOURNÉE FRANCOPHONE DE MÉDECINE CULINAIRE

JFMC 2026 — Québec

« Le goût du soin, le soin du goût »

18 — 20 novembre 2026 · Québec, Canada

Document préliminaire · 7 juin 2026

École hôtelière de la Capitale · Université Laval

Mercredi 18 novembre 2026 — Soirée pré-congrès · Grand public · Université Laval, 19h00–21h30

La santé des femmes par l'alimentation : ce que la médecine n'a pas toujours eu le temps de vous dire

Jeudi 19 novembre 2026

Journée scientifique complète

De la science aux sens : le plaisir comme acte de soin

Animation à confirmer

8h00 – 8h20 20 min **Accueil — Inscription**8h20 – 8h30 10 min **Mots de bienvenue et déroulement de la journée**
Animation à confirmer

CONFÉRENCE PLÉNIÈRE D'OUVERTURE — VERS UNE NOUVELLE MÉDECINE

8h30 – 9h00 30 min *La Médecine culinaire, chaînon manquant entre santé et médecine : la constellation des sept piliers*
Michel Lucas
Professeur titulaire, Département de médecine sociale et préventive, Faculté de médecine, Université Laval

BLOC 1 — MÉMOIRE, MATIÈRE ET CULTURE CULINAIRE

9h00 – 10h00 60 min *Matières et manières culinaires à l'épreuve du temps*
Christophe Lavelle
Chercheur, CNRS et Muséum national d'Histoire naturelle*POTLUCK : Plonger dans les cultures populaires alimentaires du Québec. Entre création et pensée critique. Qu'est-ce que ça nourrit?***Alexander Cruz**
Stratège sénior en innovation et marketing agroalimentaire, École B10h00 – 10h15 15 min **Questions & échanges avec la salle**10h00 – 10h10 15 min **Pause — dégustation — Kiosques partenaires**

BLOC 2 — ALTÉRATIONS SENSORIELLES ET PLAISIR DE MANGER

10h15 – 11h15 60 min *Altérations sensorielles et plaisir de manger en situation de cancer*
Agnès Giboreau
Directrice du Centre de recherche, Institut LYFE (anciennement Institut Paul Bocuse)*Anosmie et 4T : quand l'odorat n'est plus, on développe d'autres compétences***Johannes Frasnelli**
Professeur titulaire, Département d'anatomie, UQTR11h15 – 11h30 15 min **Questions & échanges avec la salle**

BLOC 3 — COMMUNICATION ET DÉTERMINANTS COMPORTEMENTAUX

11h30 – 12h30 60 min *La prescription sociale*
Catherine Paquet
Professeure agrégée et directrice du Département de marketing, Faculté des sciences de l'administration, Université Laval*Le goût de changer. Communication persuasive et médecine culinaire***Christian Desilets**
Professeur agrégé, directeur du Département d'information et de communication, Faculté des lettres et des sciences humaines, Université Laval12h30 – 12h45 15 min **Questions & échanges avec la salle**12h45 – 14h00 75 min **Dîner — Kiosques partenaires**

BLOC 4 — PRÉVENTION CARDIOMÉTABOLIQUE ET NOUVEAUTÉS EN MÉDECINE CULINAIRE

14h00 – 14h15	15 min	<i>Médecine culinaire en dentisterie</i> Aimée Dawson Dentiste, professeure titulaire, Faculté de médecine dentaire, Université Laval
14h15 – 15h00	45 min	<i>Rémission du prédiabète et du DT2 : données actuelles, stratégies et perspectives cliniques</i> Josep Iglesias-Grau Cardiologue, Centre ÉPIC, Institut de cardiologie de Montréal · Dép. de médecine et de nutrition, Faculté de médecine, Université de Montréal
15h00 – 15h15	15 min	Questions & échanges avec la salle

BLOC 5 — ATELIERS CULINAIRES, DÉGUSTATION ET RÉSEAUTAGE

15h15 – 15h30	15 min	Déplacement vers les cuisines
15h30 – 17h30	120 min	Ateliers culinaires <i>1 technique · 1 préparation · 1 dressage</i> Chefs formateurs : Éric Villain, Jean Vachon, Olivier Naud, Franck Martinez, Benoît Lebel
17h30 – 19h30	120 min	Réseautage et dégustation des préparations — Kiosques partenaires

Vendredi 20 novembre 2026

Demi-journée scientifique

De la terre à l'assiette : soigner ce qui nous nourrit

Animation à confirmer

8h00 – 8h20	20 min	Accueil — Inscription
8h30 – 8h45	15 min	Conférence d'ouverture <i>La nutrition humaine : données, défis et angles morts</i> Michel Lucas Professeur titulaire, Département de médecine sociale et préventive, Faculté de médecine, Université Laval

BLOC 6 — SYSTÈMES AGROINDUSTRIELS ET DÉFI ALIMENTAIRE

8h45 – 9h45	60 min	<i>L'industrie des engrais et des pesticides : ce que le système cache</i> Louis Robert Agronome <i>Défi alimentaire et écologique : repenser les fondements</i> Samuel Rebulard Ingénieur agronome, professeur agrégé, Université Paris-Saclay
9h45 – 10h00	15 min	Questions & échanges avec la salle
10h00 – 10h15	15 min	Pause — dégustation — Kiosques partenaires

BLOC 7 — DU CORPS À LA PLANÈTE : LA SANTÉ DU VIVANT

10h15 – 11h15	60 min	<i>Maladies cardiovasculaires, obésité, autochtones</i> Conférencier·ière — à confirmer <i>Alimentation riche en végétaux, ultra-transformation et longévité</i> Anne-Julie Tessier Professeure adjointe, Département de nutrition, Faculté de médecine, Université de Montréal · Centre ÉPIC, Institut de cardiologie de Montréal · Harvard T.H. Chan School of Public Health
11h15 – 11h30	15 min	Questions & échanges avec la salle

BLOC 8 — DONNER L'ÉLAN

11h30 – 12h30	60 min	<i>Donner des outils et mettre les jeunes en action</i> Conférencier·ière — à confirmer <i>La médecine par le mode de vie (Lifestyle MD) : vers une société canadienne pour des médecins-coachs</i> Ariane Ouellet-Décoste & Catherine Bouchard A. Ouellet-Décoste : médecine par le mode de vie, Institut de cardiologie de Montréal, directrice médicale de Coral · C. Bouchard : médecine de famille, santé intégrative, Clinique médicale de Sillery, Maison Michel Sarrazin
12h30 – 13h00	30 min	Et maintenant ? Regards croisés et bilan de la journée
13h00 – 13h05	~5 min	<i>Mot de clôture et perspectives JFMC 2027</i> Michel Lucas Professeur titulaire, Département de médecine sociale et préventive, Faculté de médecine, Université Laval
13h05		Dîner — Boîtes à lunch