



80%

des Belges  
veulent refaire

# la fête comme

Cette année, les francophones, wallons et bruxellois, rêvent de reprendre leurs habitudes d'avant.

Lesquelles ? C'est ce qu'a tenté de savoir notre grande enquête de Noël\*.

**TEXTE** CHRISTELLE GILQUIN  
**ENQUÊTE** LINDA SCHEERLINCK

80,5% des francophones wallons et bruxellois l'affirment : cette année, ils refêteront Noël et Nouvel An comme avant. C'est-à-dire **avec la famille, les cadeaux sous le sapin, les illuminations, les marchés de Noël, le champagne au réveillon, le cougnon au petit-déjeuner** (voire l'inverse!)... Même si 19,5% sont encore frileux et qu'on espère de toutes nos forces avoir la liberté cette année de faire la fête comme on le souhaite, a priori, les « fêtekes » de l'an dernier, basta, c'est terminé ! « D'après ce que j'ai pu voir dans mon cabinet, constate Sally Das, psychologue, **le fait d'avoir dû fêter Noël et Nouvel An en petit comité a été une véritable catastrophe pour les Belges.** Ils ont très mal vécu d'avoir été privés de leurs proches, de ne pas pouvoir les embrasser. Même s'ils en comprenaient la raison, cela a été un véritable déchirement. »





→ **1. QUAND LES BELGES COMMENCENT-ILS À PENSER À NOËL ?**

**Début décembre pour 40,8% des Belges francophones.** Et même en novembre pour 1 sur 4. 15% se la jouent dernière minute, tandis que 12% anticipent déjà en septembre et en octobre. Normal: les magasins installent parfois les articles de Noël à ce moment-là. « J'ai l'impression que c'est de plus en plus tôt, constate Alexandra Balikdjian, Mais est-ce parce que les Belges ont envie de se préparer plus tôt, ou est-ce parce que les magasins se lancent tôt que les Belges anticipent leurs achats? » Une enquête des magasins Action a montré que 32% des Belges préfèrent commencer les préparatifs le plus tôt possible. **Pour quelle raison? Tout simplement parce que cela les rend heureux!**

**2. QUAND FAISONS-NOUS LE PLUS LA FÊTE ?**

1. Réveillon de Noël (58,6%)
2. Réveillon du Nouvel An (46,2%)
3. Jour de Noël (39,8%)
4. Jour de l'an (26,4%)

**Les réveillons ont la cote! Surtout celui de Noël qui semble être le point culminant des fêtes de fin d'année.** « C'est

le moment le plus ancré dans la tradition judéo-chrétienne, commente Alexandra Balikdjian. Même si, avec les familles élargies et recomposées, Noël peut s'étendre sur de plus longues périodes. Il n'est pas rare de le fêter le 24 avec le noyau familial, le 25 avec les parents et grands-parents, le 26 avec les enfants de retour de chez leur père... » À noter que **Noël est souvent familial, tandis que le Nouvel An laisse davantage place aux amis** (10% des Belges francophones fêtent Noël avec des amis, mais ils sont 33,5% à le faire au Nouvel An).

**3. LE SAPIN : NATUREL OU ARTIFICIEL ?**

**Artificiel pour 48% des Wallons, naturel pour 32% d'entre eux.** Une solution écologique? « Le sapin artificiel est une solution écologique si on en a déjà un et qu'on le garde longtemps, précise Aurélie Melchior, chargée d'expertise chez Econconso. S'il est fabriqué en plastique en Asie et acheminé jusque chez nous, son prix en CO<sub>2</sub> est lourd. Le sapin naturel, lui, est écologique s'il est belge (on a de la chance: la Belgique est le 2<sup>e</sup> producteur d'Europe!) et bio

ou issu de l'agroécologie (label Véritable et écoresponsable, FSC ou PEFC). Évitez de le choisir avec une motte de terre (cela épuise les sols) ou de le floquer (il serait impossible à récupérer dans les déchets verts). **Reste que le sapin le plus écologique est celui qu'on bricole avec des chutes de bois ou qu'on dessine sur un mur!** » Notez que le sapin de Noël est installé après la Saint-Nicolas pour 74,3% des Belges francophones (même si selon la tradition judéo-chrétienne, la bonne date est le dernier dimanche de novembre, au début de l'Avent). Côté déco, 38,5% des Wallons réutilisent les mêmes pièces chaque Noël, 43,5% en rachètent quelques nouvelles chaque année et 25% osent quelques illuminations à l'extérieur de leur maison.

**4. QUEL EST LE BUDGET MOYEN POUR LE REPAS ?**

**40€ par personne.** Entre les incontournables champagne, huîtres et foie gras, la facture monte vite! Et ce, alors que la tendance est de cuisiner soi-même lors des fêtes (surtout à Noël, restos et traiteurs étant plus populaires lors du Nouvel An). « Les fêtes constituent

un budget énorme, reconnaît Alexandra Balikdjian. **J'ai en tête 300-350€ par personne, cadeaux compris.** C'est également pour cette raison que les préparatifs sont souvent anticipés, afin de ne pas avoir toutes les dépenses en même temps. » « Noël est une belle fête, souligne Aurélie Melchior, **mais ce n'est pas une fête à faible impact écologique!** Mieux vaut ne consommer ces mets de luxe qu'à ce moment-là de l'année, en choisir une version durable ou locale (il existe de très bons mousseux belges en lieu et place du champagne), faire un maximum soi-même (la bûche et les zakouskis) et prévoir de moins grandes quantités afin d'éviter un terrible gaspillage alimentaire. »

**Le top 10 des produits incontournables des fêtes de fin d'année**

1. La bûche (63,9%)
2. Le champagne (60,9%)
3. Le cougou (53,6%)
4. Le foie gras (52,6%)
5. Les zakouskis (50,3%)
6. Le saumon fumé (32%)
7. La dinde (27,3%)
8. Les huîtres (27,1%)
9. La raclette (24,7%)
10. Les coquilles St-Jacques (24,1%).





## 5. COMBIEN DE CADEAUX OFFRE-T-ON ?

**6,5 cadeaux en moyenne, d'une valeur moyenne de 32€ chacun**

(soit un budget total de 208€!). Et on en reçoit... 3,4! Ce qui étonne Alexandra Balikjian. « **La réciprocité est très importante dans la tradition des cadeaux**, explique-t-elle. Si j'offre un cadeau, j'attends implicitement qu'on m'en offre aussi. Sans doute ce déséquilibre vient-il des enfants qui reçoivent des cadeaux, mais n'en offrent pas forcément. » La formule « Tout le monde offre un cadeau à tout le monde » a toujours la cote (62,9%), tandis que les cadeaux-cacahuètes (26,3%) commencent à s'imposer.

**Ce qui n'est pas encore le cas des cadeaux plus écologiques, comme des cadeaux faits maison ou de seconde main.** « Avec Noël, on est vraiment dans la surconsommation, regrette Aurélie Melchior. Pourquoi ne pas privilégier les « bons pour... » (une soirée de baby-sitting à de jeunes parents, par exemple, ou une activité à faire ensemble)? Les chèques-cadeaux (n°1 des cadeaux préférés des femmes, ndlr) ne sont pas une mauvaise solution, puisqu'ils évitent les cadeaux revendus dès le lendemain

des fêtes. À condition qu'ils soient utilisables de préférence dans un commerce local. »

## 6. QUELS SONT LES CADEAUX PRÉFÉRÉS DES FEMMES/ DES HOMMES ?

**Très genrés, les cadeaux!** Ainsi, les bouteilles de vin ou d'alcool sont appréciées par 39% des hommes et seulement 18% des femmes. Les livres et bons-cadeaux sont davantage plébiscités par les femmes (les livres font plaisir à 45% des femmes et 33,5% des hommes, les bons-cadeaux, à 44,9% des femmes et 31% des hommes). Et assez logiquement, les bijoux, objets de déco et produits de beauté sont quasi exclusivement des cadeaux féminins!

### Top 10 des cadeaux féminins

1. Bons-cadeaux
2. Livres
3. Parfum
4. Bijoux
5. Produits de beauté
6. Objets de déco/vêtements
7. Billets de spectacle
8. Vins/champagne
9. Argent
10. Chocolats.

### Top 10 des cadeaux masculins

1. Vins/champagne
2. Livres

3. Bons-cadeaux
4. Parfum
5. Vêtements/produits gourmets
6. Argent
7. Billets de spectacle
8. Produits high-tech
9. Chocolats
10. Jeux.

## 7. QUELLE EST LA BONNE RÉOLUTION LA PLUS FREQUENTE ?

**Perdre du poids!** (47,3%) Suivie par vivre plus sainement (38%), faire plus de sport (35,6%), être plus zen (34,3%) et dépenser mieux (20%). « **Elles sont directement inspirées par la culpabilité liée aux fêtes**, constate Sally Das, parce qu'on a trop dépensé, trop mangé, trop bu... » Les bonnes résolutions ne sont en réalité pas fréquentes: **66,7% n'en prennent jamais ou rarement, seuls 18,4% en ont fait une habitude annuelle.** En effet, à quoi bon en prendre si c'est pour ne pas les tenir? « Les bonnes résolutions sont assez symboliques d'un début d'année, ajoute Sally Das, et ont pour objectif de modifier ce qui ne va pas dans sa vie. **Mais un changement de comportement ne se fait pas en un claquement de doigts.** C'est difficile à mettre en œuvre dans l'organisation du quotidien, raisons pour lesquelles on les abandonne généralement rapidement. »

## 8. NOS VOISINS DU NORD ONT-ILS DES HABITUDES DIFFÉRENTES ?

**Oui!** Côté cadeaux, ils les offrent lors du réveillon et le jour de Noël, bien sûr, mais également (et bien plus que les Wallons) le jour de l'An (29% des Flamands, 9% des Wallons) ainsi que la veille (19,4% contre 9,4% des Wallons). Même si 44% d'entre eux (63% des Wallons) optent pour la formule: tout le monde offre un cadeau à tout le monde, ils sont davantage partisans des

cadeaux-cacahuètes ou des cadeaux limités aux enfants. Côté repas, ils recourent un peu plus aux traiteurs que les Wallons et, surtout, ils sont plus nombreux à trouver qu'il n'y a pas de mets incontournables à Noël. Ainsi, **le cougnou, le foie gras et la raclette se retrouvent bien plus sur les tables wallonnes que sur les menus flamands lors des fêtes.**

## 9. ACHETEZ-VOUS UNE NOUVELLE TENUE POUR LES FÊTES ?

**Un quart des francophones le font** (34,7% des femmes, 13% des hommes). Ce que regrette Aurélie Melchior. « Je pense **que la plupart le font par envie de nouveauté**, et non pas parce qu'ils ont vraiment besoin de se rhabiller. Il y a toujours bien une tenue dans sa garde-robe qu'on peut accessoriser, et éviter ainsi d'acheter un nouveau vêtement dont la production a un impact important sur l'environnement (consommation d'eau, de CO<sub>2</sub> et impact social). Et s'il faut vraiment une nouvelle tenue, pensez seconde main ou location! »

## 10. LES FILMS DE NOËL ONT-ILS LA COTE ?

**Carrément!** 55,9% des francophones en sont fans et en regardent pendant la période des fêtes de fin d'année (et même avant, car ils commencent en général à être diffusés dès début novembre). « **Ce succès peut s'expliquer par l'envie de fuir la routine et de se mettre dans l'ambiance de Noël avant l'heure** », explique Sally Das. Sans surprise, les téléspectateurs sont en majorité des femmes. « Sans doute en raison de notre côté fleur bleue, ajoute Sally Das. Les hommes les trouvent plus vite ennuyeux. » **Tout aussi traditionnelle, la musique de Noël fait le bonheur de 72,3% des Wallons!** ●



# avant!

## UNE PARENTHÈSE ENCHANTÉE

Cette frustration est bien compréhensible quand on voit, dans notre enquête, quelle importance nous accordons à Noël: **78,8% des Belges francophones estiment cette période de l'année très ou plutôt importante. Elle suscite même, chez 70% d'entre eux, joie ou enthousiasme.** « Les fêtes de fin d'année sont un moment que l'on attend toute l'année, estime Sally Das. **Elles sont l'occasion de se poser, d'échanger des cadeaux, de profiter d'une ambiance magique, sorte de parenthèse enchantée qui fait oublier les soucis du quotidien.** »

La raison principale de cet enthousiasme? Revoir ses proches. Car Noël (un peu moins Nouvel An) est avant tout une fête familiale que l'on passe chez soi, de préférence en cuisinant de ses propres mains. « C'est un moment de partage, ajoute Sally Das, de réunion avec des proches qu'on n'a pas toujours le temps ni la possibilité de voir. »

## DANS LA PLUS PURE TRADITION

C'est un grand enseignement de notre enquête: les fêtes de fin d'année, c'est avant tout les traditions. Rien de surprenant donc dans les chiffres que nous vous présentons ci-dessous. « Ces fêtes doivent rester rassurantes, commente Alexandra Balikdjian, psychologue de la consommation à l'ULB. **On sait ce qu'on va manger, on sait quel**

**type de cadeaux on va recevoir, ce sont des traditions que l'on aspire à retrouver.**

Cela n'empêche pas d'introduire des petites nouveautés au fil du temps, en lien avec les grands changements de société: des alternatives pour les invités végétariens, des cadeaux un peu plus écologiques... Les fêtes de l'an dernier, en bousculant nos traditions et en suscitant notre créativité, vont peut-être laisser des traces: prendre l'apéro dans le jardin, faire une longue balade en famille, s'abstenir de venir si on est malade... »

## UN STRESS INTENSE

Les fêtes 2020 ont aussi sans doute permis de prendre conscience du stress qui accompagne (d'habitude) les préparatifs. « Les courses, les réunions de famille, les retrouvailles avec des gens qu'on n'a pas l'habitude de voir... **C'est un stress énorme,** estime Alexandra Balikdjian. **D'autant plus qu'on a une image de soi à maintenir, à donner, à faire valider, alors qu'on aimerait juste être soi-même.** » Si 70% des Wallons ressentent de l'enthousiasme à l'arrivée des fêtes, ce n'est pas le cas pour 30% d'entre eux, qui ressentent de leur côté manque d'enthousiasme (12%), indifférence (9%), tristesse (6%) ou fatigue (3%). « Les fêtes de fin d'année réunissent les familles et les amis, explique Sally Das. Quid pour ceux qui n'ont pas de famille, pas d'amis, ou qui viennent

de perdre un proche? » **3,2% des Belges francophones l'affirment: ils passeront Noël seuls. Ils seront même 7,3% à franchir le cap de la nouvelle année seuls devant leur TV ou au fond de leur lit.** « Les fêtes de fin d'année sont une période où il y a beaucoup de dépressions, constate Sally Das. Il fait froid, il fait noir, on sort moins et on voit moins de gens. Au point que certains patients me disent: 'Vivement que les fêtes soient passées!' »

**Que vous soyez fan des fêtes de fin d'année ou pas (c'est votre droit!), découvrez les chiffres les plus intéressants de notre enquête et voyez si vos habitudes sont dans la lignée de celles des Belges ou si vous préférez faire les choses à votre façon. →**

