

1 BELGE SUR 3 UTILISE LES PLANTES POUR SE SOIGNER

Étude Ricola : 8 Belges sur 10 voudraient en savoir plus sur leurs effets positifs sur la santé

Les plantes aromatiques, les Belges en raffolent ! Mais quelles plantes aromatiques utilisons-nous, qu'en connaissons-nous et combien osons-nous en essayer ? Ricola, la référence en matière de bonbons aux plantes, ne révèle pas le contenu de son mélange secret de 13 plantes mais bien les résultats surprenants d'une enquête menée auprès de 1000 Belges. On y découvre que 8 sur 10 de nos compatriotes considèrent que les vertus des plantes médicinales sont sous-estimées dans la société moderne. L'herboriste Veerle De Vos constate également l'intérêt croissant du public pour les vertus séculaires des plantes.

LE BELGE EST FAN DE PLANTES AROMATIQUES FRAÎCHES

L'utilisation des plantes aromatiques la plus courante est, bien entendu, en cuisine. Le Belge ne fait pas exception puisque **90 %** des sondés déclarent en utiliser pour donner du goût à leurs plats. Et près de la moitié d'entre eux en cultivent à la maison dans leur jardin ou en pots. 1 belge sur 3 utilise également ces plantes pour leurs vertus médicinales en cas de maux de tête ou de gorge par, exemple.



90 % herbes fraîches



donner du goût à leurs plats

90 %



cultiver

50 %



médicinales

33 %

LE BELGE AIMERAIT CONNAÎTRE DAVANTAGE LES SECRETS DES PLANTES

L'étude révèle que **4 Belges sur 5** aimeraient en apprendre plus sur ces plantes et sont convaincus que beaucoup de leurs **propriétés restent encore inconnues**. Par exemple, si pas moins de 79 % des personnes interrogées savent que la menthe poivrée a un effet rafraîchissant, seule une minorité (41%) sait que le thym a un effet apaisant en cas de maux de gorge, bien que cette plante soit très connue.

Veerle De Vos, de l'Association flamande des herboristes, confirme la curiosité des Belges pour le monde des plantes "inconnues". « Nos grands-parents en savaient beaucoup sur les plantes, mais en quelques générations, cette connaissance avait presque disparu. Ces dernières années, on a constaté un regain d'intérêt, tant chez les jeunes que chez les personnes âgées. Par exemple, les cours et ateliers sont très populaires. Apprendre la cueillette sauvage permet de découvrir des plantes comestibles que vous ne pouvez pas acheter en magasin. La permaculture et l'étude des différentes applications des plantes à la maison, au jardin et aux premiers secours ont aussi beaucoup de succès. Les gens veulent apprendre à reconnaître les plantes et leurs propriétés. Quelle partie puis-je utiliser : les feuilles, les fleurs, les graines, les racines, les germes ? Comment faire une pommade aux marguerites ? Ou comment faire du savon végétal à partir de lierre ? Parce que tout cela est possible d'une manière très respectueuse de la nature avec des plantes. »

LE BELGE TROUVE LES VERTUS DES PLANTES SOUS-ESTIMÉES

On constate encore que **75 % des personnes** interrogées trouvent qu'il est important d'utiliser des produits naturels pour notre santé et que les avantages des plantes sont sous-estimés dans notre société actuelle. Les générations plus âgées sont convaincues de leur **effet bienfaisant**. Les plantes les plus utilisées par les Belges pour leurs propriétés médicinales sont le thym (57 %), la menthe poivrée (50 %), le basilic (48 %), le persil (47 %), le romarin (43 %), la coriandre (35 %) et l'aneth (33 %). Mais les plantes moins connues comme le sureau (28 %), le jasmin (24 %) et le plantain (10 %) sont également utilisées par de nombreux Belges pour leurs bienfaits sur la santé.



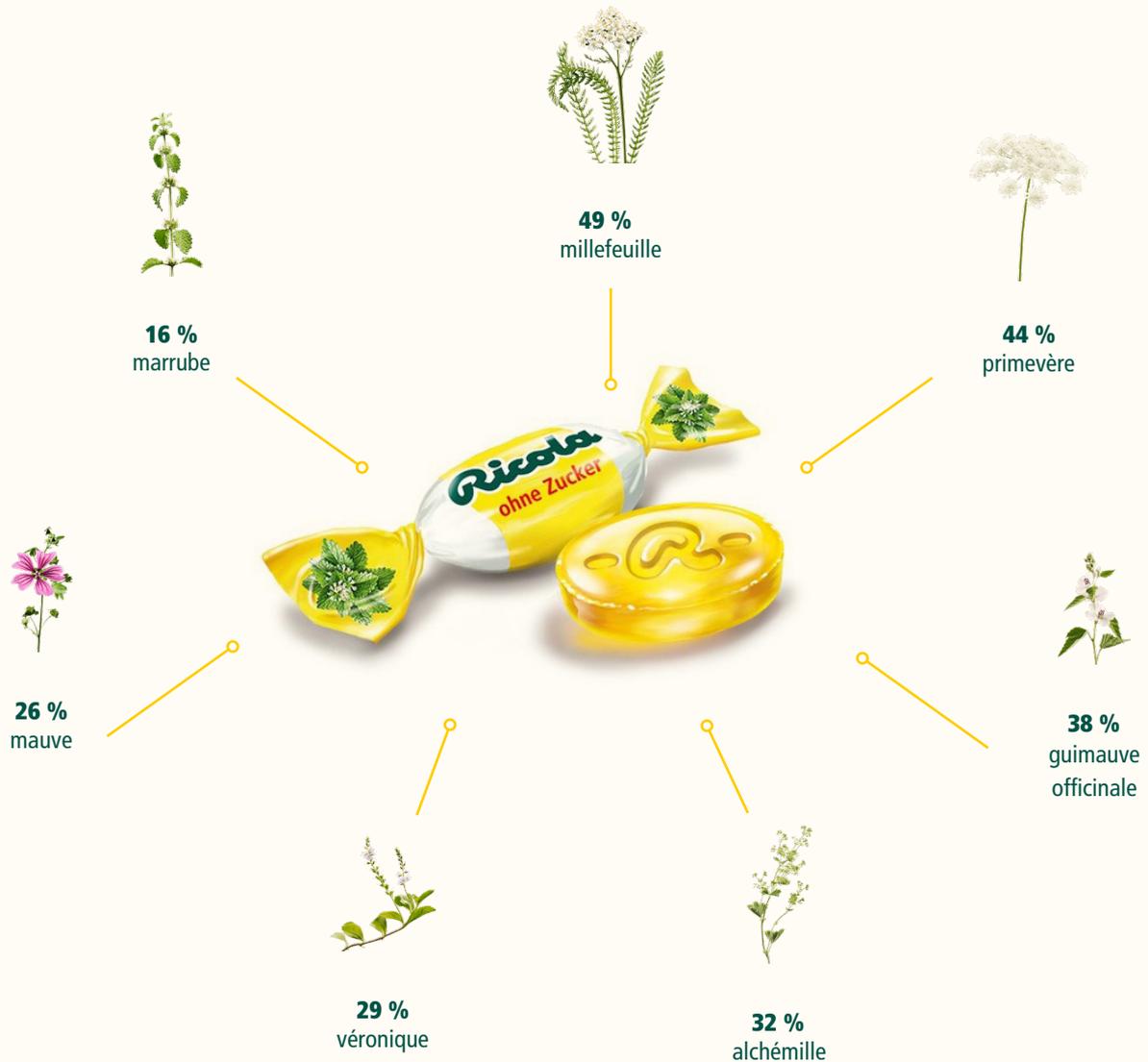
LE BELGE JOUE LA SÉCURITÉ EN CUISINE

Une majorité (**59 %**) préfère jouer la sécurité lorsqu'il s'agit de plantes aromatiques dans les plats. Une part à peu près égale (56 %) indique connaître les plantes aromatiques (et les combinaisons) qui vont bien avec différents plats et aiment s'y tenir. Les plantes aromatiques classiques et bien connues, comme le thym, le persil, le basilic et le romarin sont utilisées par un grand nombre de Belges (9 sur 10), tandis que d'autres plantes plus méconnues se retrouvent moins souvent dans les casseroles.



RICOLA, LA RÉFÉRENCE EN BONBONS AUX PLANTES

Ricola est cité par **87 % des Belges** comme référence en matière de bonbons aux plantes. Par ailleurs, 60 % des répondants savent que Ricola utilise plus de **10 plantes différentes** dans la composition de ses bonbons. Cependant, seule une minorité de Belges connaît l'achillée millefeuille (49 %), la primevère (44 %), la guimauve officinale (38 %), l'alchémille (32 %), la véronique (29 %), la mauve (26 %) et la marrube (16 %), toutes présentes dans le mélange des 13 plantes des bonbons Ricola.



À propos de Ricola – www.ricola.com

Fondée en 1930 par le confiseur Emil Richterich, l'entreprise Ricola a créé une soixantaine de variétés de bonbons et d'infusions à base d'un mélange de 13 plantes, presque inchangé depuis 1940. L'entreprise familiale, aujourd'hui dirigée par Thomas Meier, est une véritable success story : ses confiseries sont plébiscitées dans plus de 50 pays et par les plus grandes stars mondiales. La recette originale, restée secrète, s'associe à d'autres saveurs pour offrir, selon le produit, des bénéfices pour la voix et la gorge ou encore une pause rafraîchissante. En Belgique, nous pourrions compter 13 parfums disponibles. La sélection rigoureuse des sites et le respect de méthodes de culture écologiques font partie de l'ADN de Ricola. L'ancrage local, l'attachement aux valeurs traditionnelles, alliés au sens de la qualité et à la volonté d'innover, sont à l'origine du succès de cette grande marque suisse.

Plus d'info

Hilde Meus – RCA – 0497 69 51 07