

# Ecofrugal, le guide gratuit qui allie écologie et économies

*Envie de faire des économies, tout en vous souciant de l'écologie ? Le guide Ecofrugal est fait pour vous ! Téléchargeable gratuitement sur internet, il recense pas moins de 390 pages de solutions ingénieuses pour réduire sa facture. Alimentation, famille, finance... En tout, ce sont 12 catégories du quotidien qui sont passées à la loupe.*

Qui a dit qu'économies et écologie ne rimait pas ? Pas la [Team Ecofrugal](#) en tout cas ! En toute indépendance, elle a concocté [un guide](#) recensant les meilleurs bons plans écolos à adopter au quotidien tout en « **augmentant le niveau de vie** ». Sur des sujets tels que le transport, l'habitat, les loisirs et même l'amour, des astuces et des conseils y sont prodigués grâce à 96 fiches.

*« Avec nos solutions écofrugales, bonnes pour la planète, pour votre santé et pour votre porte-monnaie, vous allez faire des milliers d'euros d'économies et augmenter votre niveau de vie, le vrai »*

Complétées par des témoignages et des études de cas, ces fiches sont l'occasion de débiter sa transition dans le zéro déchet ou de redécouvrir des recettes de grands-mères. Les miracles du bicarbonate sont passés en revue ainsi que les fournisseurs d'électricité verte. Un tableau récapitulatif vous permet de calculer chaque économie réalisée.

En décembre, la Team Ecofrugale a annoncé avoir un nouveau partenaire pour « **accélérer la diffusion de pratiques écoresponsables entre particuliers** » : l'[Ademe](#). Ensemble, ils vont pouvoir mettre en place des ateliers, animés par des

ambassadeurs bénévoles, qui recevront un kit d'animation pour les guider pas à pas.

Pour télécharger le guide, cliquez [ICI](#).