

Communiqué de Presse

Paris, le 22 avril 2020

Mon Atelier Ecofrugal sort en libre accès le kit Spécial Confinement. Notre but ? Permettre à tous de mieux vivre le confinement en s'entraînant et en partageant à distance en visio ses solutions résilientes, sobres et économies.

« Depuis le début du confinement, nos ateliers citoyens gratuits et auto-animés de partage en présentiel de solutions écologiques et économiques sont suspendus. Nous n'avons pas voulu rester les bras croisés. Inspirés par le succès des apéros en visio, la Team Ecofrugal a imaginé et créé **Mon Atelier Ecofrugal Spécial Confinement** avec de nombreuses ressources utiles pour que chacun puisse vivre mieux le confinement. »

PHILIPPE LEVEQUE FONDATEUR DE MON ATELIER ECOFRUGAL

Le quotidien de confiné chamboule nos vies. Anxiogène, éprouvante, voire dramatique pour certains, cette période est propice au repli sur soi, au doute mais aussi à l'introspection : De quoi avons-nous besoin ? A quoi tenons-nous ? Que voulons-nous pour nous et nos enfants ? Quel sens donner à son travail, à sa consommation, à sa vie ?

Nous apprenons à satisfaire nos besoins avec une économie de moyens. C'est un moment favorable à la découverte, à l'expérimentation et à l'adoption de nouvelles pratiques vertueuses: fait maison, télétravail, circuits courts, jardinage... autant de pratiques qui favorisent le lien social et nous préparent à mieux affronter la crise climatique.

Le **kit Spécial Confinement** propose une liste de sujets de discussions à aborder à plusieurs (de 4 à 10 personnes : amis, voisins, collègues...) en distanciel via **l'outil visio de son choix** (Skype, Facebook Messenger, Zoom, Jitsi, WhatsApp...).



[Télécharger le kit Spécial Confinement](#)

Les **12 commandements du confiné Ecofrugal ci-dessous sont détaillés dans le kit d'animation**. Ils servent de fil conducteur pendant la réunion en visio. Chacun échange et partage à tour de rôle ses solutions en rapport avec le commandement.

- 1. Je fais du sport**
- 2. J'achète de préférence des produits locaux, en vrac et de saison**
- 3. Je cuisine à partir de produits bruts**
- 4. Je réduis le gaspillage alimentaire**
- 5. Je fais moi-même, DIY**
- 6. Je fais le grand ménage**
- 7. Je réutilise, je répare, je récupère, je reprise**
- 8. Je fais mon compost**
- 9. Je fais mon jardin**
- 10. J'aide les autres**
- 11. J'apprends, je me diverte, je me cultive, je joue**
- 12. Je travaille à distance si je peux**

Pour organiser **Mon Atelier Ecofrugal Spécial Confinement**, les citoyens ont deux possibilités :

- rejoindre la **Communauté Ecofrugal** en tant qu'**Ambassadeur** en s'inscrivant gratuitement sur monatelier-ecofrugal.fr. Ils ont accès à l'ensemble de nos ressources et outils pour organiser et créer leur évènement y compris nos ateliers en présentiel à la fin du confinement.
- organiser l'événement **par leurs propres moyens** via [le kit Spécial Confinement en libre accès](#).

Qui sommes-nous ?

Ecofrugal Project est une entreprise dont la mission est d'accélérer la diffusion et l'adoption à grande échelle de pratiques écoresponsables dans la sphère professionnelle et personnelle grâce à l'intelligence collective et au mimétisme social.

Sa mission s'inscrit dans le cadre des 17 Objectifs Développement Durable ([ODD](#)) définis par l'ONU pour transformer notre monde. Elle propose aux citoyens une plateforme monatelier-ecofrugal.fr avec des outils pour organiser et animer avec leurs amis, voisins, collègues...un atelier de partage de solutions écoresponsables.

Elle propose à ce jour 3 formats d'ateliers en présentiel gratuits : **Mon Atelier Ecofrugal Zéro Déchet**, **Mon Atelier Ecofrugal Alimentation**, **Mon Atelier Ecofrugal Habitat**. Les Ambassadeurs une fois leur évènement créé reçoivent gratuitement la **Box Ecofrugal®** et son kit d'animation pour les guider pas-à-pas durant leur atelier. La gratuité des ateliers grand public est possible grâce au soutien de nos partenaires : l'Ademe, Nature & Découvertes, Nexity, Valdelia, Oscaro et de marques françaises engagées.

Contacts presse

La Team Ecofrugal
01 53 76 04 42
team@monatelier-ecofrugal.fr

Ecofrugal Project SAS
40 rue Laffitte
75009 Paris
monatelier-ecofrugal.fr