



Accompagnement



Comme des pièces de puzzle, remanier sa vie pas à pas pour en profiter plus. Que ce soit au niveau financier, pour ne pas arriver essoufflé.e en fin de semaine ou simplement pour prendre plus soin de notre environnement.

Certaines pièces de ce puzzle nécessitent des changements plus grands, d'autres moins. Cela dépend aussi du style de vie de chacun d'entre nous et de nos caractères. Certaines pièces nous permettent de faire d'important économies d'argent, d'autres nous demandent des dépenses légèrement supérieures. Sur l'ensemble, ce sont les économies d'argent et le gain de temps qui gagnent. Elle est belle la vie !

Voici ci-dessous deux graphiques pour illustrer l'influence sur les facteurs temps et argent avant et après ces changements.

Temps et argent investis en moyenne par secteur avant un accompagnement par SmartElan



Temps et argent investis en moyenne par secteur après un accompagnement par SmartElan



Alimentation



Se nourrir de bons aliments sains, écologiques et locaux ne coûte pas forcément beaucoup plus cher, même si dès fois on a cette première impression.

Il suffit de connaître quelques astuces et bons plans afin d'y arriver. Cela vaut également pour l'optimisation de son organisation afin de ne pas passer trop de temps à faire les courses et à cuisiner.

C'est avec grand plaisir qu'Andrea partagera ses astuces et expériences !

Mobilité



Cela vous arrive de lire, travailler ou dormir sur la route ?

A première vue en comparant uniquement le temps de trajet en voiture (ou avion) et en mobilité douce, c'est la voiture (l'avion) qui sort gagnante. En prenant en compte l'ensemble des facteurs, ainsi qu'en optimisant le temps de trajet, on cumule les avantages avec la mobilité douce !

Et souvent, on ne se rend pas compte du vrai prix de la voiture. Ce qu'on voit passer, c'est l'essence. Les autres frais directs (service, assurance, ...) et indirects (propreté de l'air, de l'eau, ...) ne sont que difficilement perceptibles.

Habitat



Se lancer dans un challenge et réaliser de plus en plus d'économies ?

Nous connaissons toutes et tous plein de gestes à mettre en place afin d'effectuer des économies d'énergie et d'eau. Leur mise en place n'est pas toujours facile, soit ce sont nos habitudes qui nous jouent un tour, soit il nous manque des connaissances, ou peut-être dès fois aussi un brin de motivation.

Et si on prenait l'expertise d'Andrea afin de passer à l'action et en plus, transformer cela en challenge ? Plus on économise, plus on gagne ! Et moins on paye inutilement !



Voir et apprécier les avantages de la mobilité douce passe souvent par expérimenter et expérimenter pour finalement ne plus pouvoir s'en passer.
C'est avec enthousiasme qu'Andrea vous donne un coup de pouce dans ce domaine !

Objets

Quelle valeur ont mes objets pour moi et quel est mon besoin ?
Cette pièce de puzzle n'est pas toujours facile à mettre en place et en vaut tellement la chandelle !
En effet, la probabilité que vous vous sentirez bien mieux avec moins d'objets est très grande. Les avantages en lien sont économie d'argent, gain de temps et le ménage plus vite fait.
Avec beaucoup de délicatesse, Andrea saura vous guider dans cette démarche. Alors, on ose s'attaquer à ce sujet ?

Vêtements

Combien de pull ou t-shirt n'avez-vous pas porté ces trois derniers mois ?
Ici, nous pouvons avoir un impact important, non seulement au niveau de notre porte-monnaie et de notre emploi du temps, mais également pour la préservation de l'environnement et les conditions de travail des employé.e.s en Asie ou ailleurs.
Aussi ici, Andrea aura de précieux conseils afin de vous faciliter la mise en place de cette pièce de puzzle.

Produits ménagers

Ouvrir le tiroir du lave-linge - y verser savon noir, bicarbonate de soude, etc. – fermer le tiroir du lave-linge – enclencher le lave-linge !
Rien de plus simple et cela fonctionne !
Il ne reste plus qu'à connaître les quantités et à savoir l'utilisation des différents remèdes de grand-mère pour économiser énormément d'argent et se simplifier la vie.
Il ne reste plus qu'à prendre rendez-vous avec Andrea !

Compris dans le prix

- Entretien d'accompagnement
- Documentation
- Bonnes adresses de votre région
- Kit de démarrage pour les produits ménagers

Prix

CHF 140.- / pers. pour environ 1h30
Rabais familial sur demande.

Lieu :

Les Paccots ou à définir. Pour le déplacement, CHF 1.- par km depuis Châtel-St-Denis (aller-retour).

La suite

Si vous le désirez, Andrea vous accompagnera volontiers par la suite pour mettre en place ce puzzle selon vos besoins et pour vous soutenir dans votre démarche.
Prix : CHF 90.- / heure

Vous aussi, vous êtes impatient.e.s de commencer ce puzzle ?
Alors ne tardez plus et prenez rendez-vous avec Andrea ou contactez-la en cas de questions