




CYRIL COACH ANTI-CRISE

L'IMAGINATION AU POUVOIR D'ACHAT




1. Mangez les fruits et légumes de saison.
2. Lavez votre voiture 1 fois par mois au lieu de la laver 1 fois par semaine. Si vous attendez plus longtemps, cela fera même le bonheur de vos enfants qui pourront y dessiner leurs plus beaux dessins anti-poussière !
3. Osez demander votre doggy bag au restaurant et n'ayez pas honte de demander au serveur d'emporter ce que vous avez commandé et que vous n'avez pas terminé.
4. Utilisez du vinaigre blanc pour enlever le calcaire. Evitez le sel et poivre.
5. Réutiliser l'huile de friture : l'huile de friture s'altère au fur et à mesure des utilisations. Pour enlever les odeurs, vous pouvez « nettoyer » votre huile en y plaçant des épluchures de pommes de terre bien nettoyées. Filtrez ensuite votre huile, qui sera ainsi prête à être réutilisée !
6. Pas de gaspillage, mangez vos légumes et ce que vous retirez des légumes (ex : fanes de carottes) donnez-les à votre lapin. Ou à qui vous voudrez...
7. Cultivez vous-mêmes vos herbes aromatiques si vous avez un jardin ou un balcon et même si vous n'en avez pas vous pouvez toujours avoir un arbre à agrumes chez vous et cultivez vous-mêmes ! Faire la cueillette chez soi n'est pas un luxe !
8. Faites votre marché quand vous n'avez pas faim.  (vidéo)
9. Empruntez vos livres à la bibliothèque plutôt que de les acheter à la librairie.
10. Faites votre gym chez vous ou allez courir plutôt que de prendre un abonnement dans un club de gym ou vous n'irez pas ou rarement.
11. Allez au cinéma à 11h ça coûte moins cher et il y a moins de monde.
12. Quand vous allez travailler, mettez vos baskets et prenez vos chaussures à talons dans votre sac. Une fois arrivée au bureau, mettez vos chaussures à talons. Vous économiserez le cordonnier !
 (spécial filles)
13. Ne mettez plus vos chemises au pressing mais repassez-les vous-mêmes. Epatez votre femme ou épatez vous vous-même !
14. Faites votre marché à 12h plutôt qu'à 10h et profitez des promotions de fin de marché.  (vidéo)
15. N'achetez pas de CD mais téléchargez juste les musiques que vous aimez d'un album. Téléchargez légal ça va de soi...
16. Besoin de blé et d'oseille, mangez-en !
17. Louez votre matériel au lieu de l'acheter et louez un sac à main hors de prix pour une soirée, ça épatera en plus vos amis !
18. N'achetez plus votre eau en bouteille mais buvez celle du robinet et pour améliorer efficacement son goût, placez dans votre carafe une branche de menthe fraîche. En plus du bel effet visuel, l'eau sera discrètement aromatisée ! Vous pouvez aussi presser quelques gouttes de citron dans votre récipient pour obtenir le même résultat : une eau du robinet agréablement parfumée !

CYRIL COACH ANTI-CRISE

L'IMAGINATION AU POUVOIR D'ACHAT



19. Faites votre marché à plusieurs afin d'avoir des prix plus intéressants « prix de gros ».  (vidéo)
20. Pour avoir du bon pain tout le temps, n'hésitez pas à récupérer le pain rassis : passez sous un filet d'eau recto et verso puis passez au four. Votre vieux pain sortira tout frais et chaud.
21. Lavez vos carreaux sans produit : froissez du papier journal que vous aurez préalablement humidifié. Frottez ensuite vos vitres avec le papier journal, puis essuyez avec un chiffon sec. Propreté et éclat de vos vitres garantis, sans avoir eu recours aux produits d'entretien !
22. Nettoyez vos cuivres : les entretenir avec un mélange de farine, de sel et de vinaigre : appliquez cette pâte sur vos cuivres, et laissez reposer environ 1 heure. Rincez et faites briller.
23. Lutte contre vos cernes : pour lutter efficacement contre les cernes sans produits cosmétiques, mettez deux petites cuillères au congélateur pendant environ deux minutes. Placez-les ensuite sur vos yeux fatigués. Résultat garanti!
24. Préparez un désodorisant naturel : pour juguler les mauvaises odeurs, placez du lait dans une ou plusieurs soucoupes. Vous pouvez utiliser ce petit truc dans toutes les pièces de la maison, car il est très efficace. Si vous avez des chats, renoncez évidemment à utiliser le lait. Essayez plutôt la moutarde sèche : délayez-en avec un peu d'eau pour obtenir une pâte crémeuse ou laissez-la telle quelle dans la soucoupe.
25. L'eau de pomme de terre comme herbicide écologique : récupérez l'eau de cuisson des pommes de terre et répandez-la sur les allées.
26. Nettoyez le sol de votre maison : si vous faites cuire des pommes de terre prenez l'eau et appliquez la sur le sol avec une serpière. Les carreaux sont comme neuf!!
27. Economisez l'électricité, dînez aux chandelles ! Du romantisme au service de l'économie !
28. Roulez vos cigarettes au lieu d'acheter un paquet ou arrêtez de fumer, c'est encore mieux.
29. Comparez les produits sur les rayons des supermarchés et vous verrez que ceux placés au niveau des yeux sont beaucoup plus chers. Alors, regardez plus haut et plus bas pour trouver des denrées similaires, peut-être moins coûteuses. Allez, on se baisse, on se relève, et hop un peu d'exercice physique ne peut pas vous faire du mal.
30. Faites des cendriers de vos coquilles d'huîtres !.....Mais arrêtez de fumer quand même et pensez à votre déco, la mode coquillage c'est sympa mais en bord de mer et encore...
31. Préférez les écoles de coiffure qui proposent des coupes et couleurs gratuites ou à moindre prix plutôt que le coiffeur. Un conseil : faites-le si vous avez vraiment envie de changer de tête et que vous n'avez pas peur du changement.
32. Vérifiez la pression des pneus. S'ils ne sont pas suffisamment gonflés, la friction augmente, votre consommation d'essence grimpe, et vous gaspillez plusieurs dizaines d'euros par année. En outre, des pneus mal gonflés s'usent plus rapidement.
33. Des centaines de musées sont gratuits le 1er dimanche de chaque mois. On éteint la télé et on va se cultiver !

CYRIL COACH ANTI-CRISE

L'IMAGINATION AU POUVOIR D'ACHAT



34. Certains producteurs proposent que vous veniez directement cueillir les légumes dans leur champ. Vous y allez en famille avec vos sacs, vous récoltez dans le champ les produits qui vous intéressent. Ensuite, vous payez ce que vous avez choisi !
35. Lorsque votre savon est presque fini, il devient tout petit et vraiment pas pratique pour se laver. Dans ce cas, au lieu de le jeter, mettez le dans un flacon pour savon liquide et ajoutez de l'eau bien chaude par dessus. Refermez le flacon et secouez. Vous voilà avec un savon liquide prêt à l'emploi sans avoir dépensé d'argent.
36. Au lieu d'acheter votre liquide de rinçage de lave vaisselle, vous pouvez le remplacer par du vinaigre blanc. L'efficacité sera la même et en plus, les dépôts de calcaire dans le lave vaisselle seront enlevés! Une astuce simple, efficace et pas chère !
37. Comme beaucoup de personnes, vous pensez que pour passer son code, il faut absolument être inscrit dans une auto école et payer le forfait code. Mais sachez qu'il existe une autre solution. Vous pouvez passer votre code en candidat libre, une inscription à la préfecture suffit. Vous pouvez ensuite acheter un livre de code en grande surface (ou vous en faire prêter un afin de faire encore plus d'économie), de potasser chez vous et de le passer presque gratuitement. C'est simple et pas cher!
38. Rien ne sert d'avoir une conduite trop brutale en voiture et de s'énerver. En effet, adopter une conduite zen permet de faire prêt de 40% d'économie d'essence. Imaginez l'économie sur une année juste en conservant votre self-control et en souriant aux râleurs !
39. Vous voulez maigrir ? Arrêtez les patchs et autres crèmes miracle et préparez-vous une bonne soupe aux choux. A déguster durant une semaine et sans modération.
40. Lorsque vous voyagez en avion, n'hésitez pas à embarquer vos amis, toutes les compagnies font des prix de groupe a partir de dix personnes.
41. Apprenez à vos enfants à éteindre la lumière en sortant d'une pièce, en plus des économies c'est bon pour la planète.