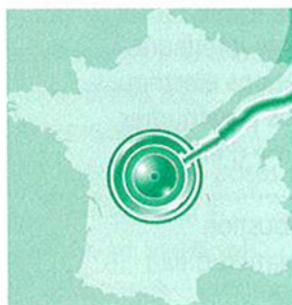


SOMMAIRE

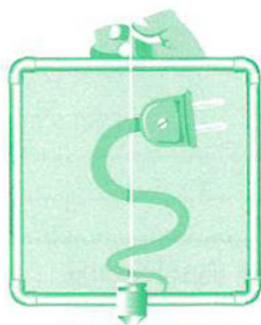
AVANT-PROPOS	9
INTRODUCTION	11

OÙ HABITER ?	17
---------------------	-----------



1. le site	19
le relief et l'altitude.....	19
l'ensoleillement.....	19
les vents dominants.....	20
les précipitations.....	21
la végétation.....	21
les risques naturels.....	26
les villes et leur météo.....	28
2. le sol	31
le type de roches.....	31
les eaux souterraines.....	34
le géomagnétisme local.....	34
les cavités souterraines.....	34
la contamination des sols.....	34
3. la qualité de l'air	39
les sources de pollution aérienne.....	39
l'importance de la météo.....	41
la pénétration des polluants extérieurs	
dans les bâtiments.....	41
les effets sur la santé.....	42
habiter au bon air.....	44
réglementation.....	46

4. la qualité de l'eau	51
son origine.....	51
sa nature.....	52
son prélèvement.....	54
son traitement.....	55
sa qualité.....	58
sa distribution.....	67
5. l'environnement sonore	71
le bruit, nuisance majeure dans l'habitat.....	71
le trafic routier.....	72
le trafic aérien.....	75
le trafic ferroviaire.....	76
les bruits des activités industrielles	
et commerciales.....	77
les bruits de voisinage.....	78
niveaux de bruit et mesures.....	79
que fait le bruit sur l'organisme ?.....	80
les textes réglementaires.....	81
6. l'environnement électromagnétique	85
les lignes électriques.....	85
les transformateurs,	
les stations de transformation.....	87
les câbles basse tension.....	88
l'éclairage public.....	88
les voies ferrées.....	88
la santé menacée ?.....	88
les solutions.....	93
les émetteurs de télécommunications.....	97
7. les odeurs du voisinage	107
l'odorat : le système sensoriel le plus exposé ..	107
les variations de la sensibilité	
à l'environnement olfactif.....	107
les substances odorantes.....	108
les sources extérieures de pollution olfactive ...	109
les troubles associés	
aux odeurs environnementales.....	109
la réglementation.....	111
face aux odeurs environnementales :	
quelles stratégies ?.....	112
8. les voisinages à "risques"	115
les installations industrielles	
classées "à risques".....	115
les sites nucléaires.....	120
les décharges.....	122
les incinérateurs.....	123
informer les résidents au voisinage	
d'installations polluantes.....	128
9. maison ou appartement	131
les effets sur la santé.....	131



10. la conception, l'implantation 137
 l'orientation 137
 l'éclairage naturel 137
 l'héliotropisme 141
 l'interface entre le bâtiment et le sol 144
 la toiture 146
 le garage 147
 le parking 148
 la hauteur des pièces 148
 la zone nuit et la zone jour 149
 l'accessibilité 149
 le tri sélectif des déchets ménagers 149

11. les matériaux 153
 qu'est-ce qu'un produit
 de construction sain ? 153
 les critères d'évaluation d'un matériau sain 154
 les informations "santé" sur les produits
 de construction 160
 la pierre 162
 la brique 163
 la chaux 165
 le plâtre 166
 le ciment 169
 le béton 172
 l'amiante 175
 le bois 188
 les traitements du bois 192
 la lutte contre les termites 203
 les produits dérivés du bois 206
 les matériaux végétaux 213
 le PVC 214
 les métaux 219

12. l'isolation thermique 221
 les avantages 221
 les inconvénients 221
 l'insuffisance d'isolation 222
 la nouvelle réglementation thermique 222
 les différentes conceptions
 de l'isolation thermique 223
 les matériaux d'isolation répartie 224
 les isolants minéraux 225
 les isolants végétaux 232
 les isolants animaux 237
 les isolants synthétiques 237
 les parois vitrées 241

13. la ventilation 247
 ses objectifs 247
 la réglementation 247
 les méthodes de ventilation 249
 ventilation et qualité de l'air intérieur 250
 ventilation et humidité 252
 ventilation et confort d'été 260
 ventilation et bruit 260
 ventilation et radon 262
 les gestes pour une bonne ventilation 265

14. l'isolation acoustique 269
 les deux types de bruits dans l'habitat 269
 les avantages de l'isolation acoustique 269
 isolation acoustique et isolation thermique 269
 isolation acoustique et correction acoustique 270
 la réglementation acoustique 270
 la réduction des bruits aériens extérieurs 271
 la réduction des bruits aériens intérieurs 273
 la réduction des bruits de chocs 273
 la réduction des bruits d'équipements 274

15. l'installation électrique 277
 l'arrivée de l'électricité 277
 la mise à la terre 280
 la distribution électrique intérieure 281
 la sécurité des installations électriques 282
 les paratonnerres et les parafoudres 284
 la production autonome d'électricité 286

16. le chauffage 287
 le chauffage par combustion 287
 le chauffage par circulation d'eau 293
 le chauffage électrique 298
 le chauffage solaire passif 301

17. l'eau chaude sanitaire 303
 les étapes de l'eau chaude sanitaire 303
 les brûlures 304
 l'intoxication au monoxyde de carbone 305
 la contamination par les légionelles 309
 le chauffe-eau solaire 316

18. la distribution intérieure de l'eau 319
 le branchement 319
 les canalisations d'eau potable 319
 la lutte contre le tartre et la corrosion 325
 les économies d'eau 327
 l'évacuation des eaux usées 328
 la récupération des eaux pluviales 330

19. les vide-ordures 333
 les inconvénients 333
 les solutions 333
 quel avenir ? 334

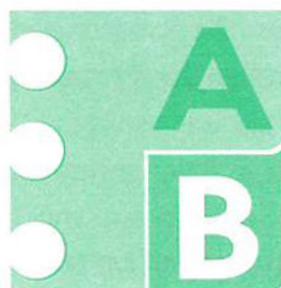
20. l'aspiration des poussières 335
 les poussières : un complexe de polluants 335
 les aspirateurs 336
 l'aspiration centralisée 339

21. la climatisation 341
 la climatisation individuelle 341
 la climatisation centralisée 344
 climatisation et environnement 349
 le rafraîchissement 350



22. les revêtements	355
les composés organiques volatils COV	355
les revêtements de sols	361
les revêtements de murs	374
les colles de revêtements de sols et de murs	376
23. les peintures	383
les constituants communs.....	383
les peintures au plomb.....	387
les peintures en phase solvant	389
les peintures en phase aqueuse	391
les peintures à la chaux.....	398
les peintures dites "naturelles"	399
autres peintures	400
autres problèmes posés par les peintures ...	401
quelles solutions ?	403
24. l'éclairage artificiel	407
les objectifs de l'éclairage artificiel	407
l'éclairage incandescent	408
l'éclairage fluorescent	411
l'éclairage par induction.....	415
l'éclairage par LED	416
l'éclairage des espaces.....	416
la maîtrise des dépenses d'énergie	418
25. les couleurs	419
qu'est-ce que la couleur?.....	419
les couleurs sont des ondes électromagnétiques	419
les couleurs agissent sur notre environnement	419
l'environnement coloré agit sur l'homme... ..	421
26. la cuisine	423
la cuisson.....	423
la conservation des aliments : les réfrigérateurs.....	429
les traitements de l'eau du robinet.....	431
le lavage de la vaisselle	433
le petit appareillage électroménager	434
27. la chambre	435
l'obscurité.....	435
le bruit.....	435
la température	436
l'aération	436

la literie	436
les revêtements et les peintures	440
l'environnement électromagnétique.....	440
les plantes d'appartement.....	442
28. la salle de séjour	445
l'exposition	445
le mobilier	445
les téléviseurs.....	446
les équipements divers.....	449
le traitement de l'air	449
29. le bureau	455
l'éclairage	455
le mobilier de bureau.....	456
l'environnement électrostatique	456
les ordinateurs	456
les imprimantes et les photocopieuses	460
les téléphones.....	460
30. les pièces de service	471
la salle de bain.....	471
les toilettes	475
la buanderie	476
la lingerie.....	477
les produits d'entretien	477
31. le jardin	481
les pesticides ou produits phytosanitaires... ..	481
le compostage	489
les outils de jardinage	491
les plantes du jardin.....	493
les aires de jeux d'enfants.....	495
les barbecues.....	496
32. l'habitat à risques allergiques minimales	497
l'allergie, maladie environnementale type	497
la situation de l'habitat RAM	497
la conception de l'habitat RAM.....	499
les équipements de l'habitat RAM	500
la chambre RAM.....	500
les gestes pour l'habitat RAM	503



la carnet d'adresses	507
la bibliographie	523
les abréviations, sigles, acronymes	529
l'index.....	531