

SOMMAIRE ●●●

Comment fonctionne ma maison ?	9
Les gains et les pertes de chaleur.....	13
Le soleil dans ma maison : une source de luminosité et de chaleur	13
Cas 1 : la maison bioclimatique, une maison idéale	14
Cas 2 : un appartement en ville	15
Le parcours de la chaleur	19
La masse thermique	19
La conduction thermique	21
Les ponts thermiques	22
L'eau : d'où elle vient et où elle va	24
Le parcours de l'eau	25
L'arrivée : derrière le simple geste d'ouvrir un robinet	25
L'évacuation : tout-à-l'égout, rien-à-la-Seine !	27
L'eau de pluie	31
Quels travaux ? - Mes priorités et mes choix	33
L'air : l'isolation et la ventilation.....	34

La maison passive : un exemple pour l'avenir	34
L'isolation : stocker la chaleur	38
Quelques critères à avoir toujours en tête	38
Savoir quand et où isoler	39
Les murs	39
Les toitures et les combles	42
Les planchers	44
Les différents matériaux isolants naturels	45
Le liège en panneaux rigides	46
L'ouate de cellulose en panneaux semi-rigides et en vrac.....	47
Le lin en panneaux souples et en rouleaux.....	48
Le chanvre, en panneaux souples et en rouleaux.....	48
La fibre de bois en panneaux semi-rigides et rigides	49
La laine de mouton en panneaux, en rouleaux et en vrac	50
La paille de lavande	54
La ventilation : mécanique ou naturelle ?	54
La ventilation naturelle	55
La VMC simple flux, la VMC double flux et l'échangeur de chaleur.....	56
Les puits canadiens (ou provençale).....	60
Le feu, le soleil : le chauffage écologique et les énergies durables.....	70
Le soleil.....	71
Le chauffe-eau solaire	71
Le système combiné : chauffe-eau/chauffage	72
Le bois	74
L'insert	74

La cheminée à foyer fermé	75
Le poêle à bois et à granulé de bois	75
La cuisinière à bouilleur ou la cuisinière chaudière	76
Le bois est-il vraiment une source d'énergie écologique	78
La chaleur de la terre ou les pompes à chaleur (géothermie)	79

L'eau : les toilettes sèches et les eaux de pluie82

Les toilettes sèches : en finir avec les idées reçues et essayer !82

Pourquoi ?82

Comment ça marche ?.....83

Le toilette à litière biomaîtrisée (TLB)84

Le toilette à gros volume de stockage84

Le compost85

La récolte des eaux de pluie86

Usage de l'eau de pluie dans le jardin87

Usage de l'eau de pluie dans le jardin et dans la maison88

Les aides financières : le crédit d'impôt90

Les conditions92

Par rapport à votre situation92

Par rapport à la situation du logement92

Par rapport aux travaux réalisés92

Les plafonds95

La déco bio : un intérieur non toxique97

La terre, la chaux, le bois et d'autres matériaux pour les murs et pour le sol.....98

Les revêtements de mur98

Les enduits à la terre99

Les enduits à la chaux101

Les peintures naturelles.....102

Les papiers peints104

Les revêtements de sol109

Le parquet en bois109

Les carreaux en terre cuite111

Les fibres végétales112

Le linoléum114

Index119

Bibliographie124

Pour en savoir plus126