

Isoler sa maison avec des matériaux « verts »

Consommer moins d'énergie en isolant son habitation avec des matériaux sains et écologiques. C'est possible. Voici comment.

Isoler sa maison, oui mais avec quels matériaux ? Aujourd'hui, la laine de verre et la laine de roche sont les isolants les plus utilisés. Bien qu'elles soient classées non cancérigènes, on leur reproche d'être irritantes pour la peau et les voies pulmonaires. Autre inconvénient, ces isolants minéraux ne laissent pas passer la vapeur d'eau et l'humidité non régulée peut favoriser le développement de moisissures et des rhumatismes.

Au contraire, les isolants végétaux comme le chanvre, la ouate de cellulose et le liège expansé sont des produits dits « respirants ». Sans risque pour la santé et recyclables, ils permettent de meilleurs échanges gazeux et régulent l'humidité ambiante. Résultat : des maisons plus saines où il fait bon vivre.

D'autre part, ces matériaux sont d'excellents isolants thermiques (au froid et à la chaleur estivale) et phoniques. Naturels, renouvelables et biodégradables, ils ne consomment pas ou peu d'énergie à la production. Voici trois principaux isolants naturels et écologiques.

Le chanvre

Cette plante, cultivée notamment



>> Le chanvre, présenté ici sous forme de briques, constitue un excellent isolant écologique. De plus, il est cultivé localement dans le Trièves.

pour ses fibres dont on fait de la toile, est de plus en plus utilisée comme isolant. En termes d'efficacité, les produits à base de chanvre (panneau, briques, laine...) ont, en effet, des

qualités d'isolation thermique et acoustique supérieures à la laine de verre. De plus, son utilisation permet de valoriser une culture locale qui nécessite peu de pesticides : des agri-

Le Conseil général agit

L'Agenda 21 ou littéralement « ce qu'il faut faire pour le XXI^e siècle » est une démarche engagée depuis février 2005 qui consiste à dresser un plan d'action départemental conciliant développement économique, justice sociale et respect de l'environnement. De fin 2005 jusqu'à l'automne 2006, des réunions publiques se tiendront dans l'ensemble du département pour recueillir l'avis des citoyens. Au terme de cette consultation sera dressé ce plan d'actions.

> Plus d'infos : Service énergie et développement durable au 04 76 00 34 35.

culteurs l'exploitent dans le Trièves. Inconvénient : son prix reste élevé, trois à quatre fois plus cher qu'un isolant minéral (environ 12 euros le m² de laine de chanvre épaisseur 100 mm contre 4 euros pour la laine de verre).

La ouate de cellulose

Issue du papier recyclé, la cellulose se classe parmi les meilleurs isolants thermiques, phoniques et écologiques. Caractéristiques : flexible, compressible, très facile à découper et à poser, c'est un excellent régulateur d'humidité. En panneau, en vrac, déversée ou soufflée, la cellulose est utilisée pour l'isolation des toitures, planchers et murs.

Le liège

Il provient de l'écorce de chêne-liège expansée à la vapeur d'eau. Imputrescible, hydrofuge et ininflammable, le liège expansé peut être utilisé du sol au plafond. Inconvénient : cette ressource est renouvelable mais disponible en faible quantité. Un chêne-liège peut fournir une dizaine de récoltes seulement. Le liège se présente en granulats et en panneau.

D'autres isolants végétaux

On utilise également pour l'isolation le lin, la laine de mouton et les plumes de canard... Isoler sa maison de façon écologique, c'est donc possible. Certains optent même pour une maison en paille ! Comme Pascal Thépaut qui a construit sa maison en bottes de paille en Bretagne, et a relancé une technique de construction originale. Alors à quand votre nid douillet ? ■

Lyna Gill-Prasavath

>> Zoom

Terre Vivante : une vitrine de l'habitat écologique

Pour tout savoir sur l'habitat écologique, les matériaux à utiliser et la façon de les mettre en œuvre, ne manquez pas une visite au Centre de Terre Vivante. Situé à Mens, dans le Trièves, le centre propose sur 50 hectares une exposition en grandeur nature des différentes techniques existantes.

On peut la visiter d'avril à octobre. Le reste du temps, vous pouvez vous procurer les nombreux ouvrages édités par cette association, qui est aussi une maison d'édition spécialisée dans la construction écologique : Terre Vivante publie la revue *Les Quatre saisons du jardinage*, et plus de 60 livres pratiques sur l'écologie.



> Contact : 04 76 34 80 80.