

Source : <https://www.sortirdunucleaire.org/Choisir-de-bons-materiaux-p-26>

Réseau Sortir du nucléaire > Informez
vous > Revue "Sortir du nucléaire" > Sortir du nucléaire n°31 > **Choisir de bons matériaux...**

1er juin 2006

Choisir de bons matériaux...

Privilégiez les matériaux dont la fabrication est économique en énergie, peu polluante et essentiellement à base de matières premières renouvelables. Les matériaux ne doivent présenter aucun risque que ce soit lors de leur fabrication, de la pose et de leur utilisation, pour la santé des artisans et des habitants. Ils sont idéalement esthétiques et recyclables ou biodégradables.

Les moins

Béton armé

Fabrication polluante et grosse consommatrice d'énergie. Difficilement recyclable.

Laine de verre et de roche

Présence de microfibrilles pouvant provoquer des maladies des voies respiratoires. Difficilement recyclable.

Isolants en polyuréthane et polystyrène

Présence, dans la mousse de polyuréthane, d'isocyanates pouvant provoquer des allergies. Sous-produits de la fabrication de gaz propulseurs contribuant à détruire la couche d'ozone. Non biodégradables.

Formaldéhyde

Très utilisé dans les panneaux agglomérés, les tissus d'ameublement, les tapis, les moquettes. Irritant, provoque des allergies et pourrait être cancérigène.

Les solvants

Présents dans de nombreux vernis et peintures, ils dégagent des vapeurs qui peuvent être toxiques.

Le PVC

Le PVC est de plus en plus mis en cause pour ses éventuels effets sur la santé et sur l'environnement. Produit à partir d'éthylène et de chlore ou d'acide chlorhydrique, il contient des stabilisants à base de plomb ou de cadmium et des plastifiants (phtalates) et génère des déchets conséquents. En cas d'incendie, le PVC libère des substances très toxiques. Les villes allemandes de Bonn, de Munich et de Berlin ont décidé de renoncer à l'utilisation de ce matériau.

Les plus

Le bois

Matière première renouvelable et naturelle. C'est un matériau esthétique, chaleureux qui contribue à la régulation hygrométrique de la maison. Il constitue un puits de carbone et ne relâche dans l'atmosphère que la quantité exacte de carbone qui a été captée lors de la croissance de l'arbre.

La pierre

Mauvais isolant en général, la pierre naturelle a cependant l'avantage de capter la chaleur et de la restituer plus tard. La pierre est toujours un peu poreuse, elle absorbe la vapeur si besoin et sèche facilement. Elle est surtout intéressante si elle peut être trouvée localement.

La terre crue

La terre, le plus ancien et le plus abondant des matériaux, a longtemps été utilisée à l'état brut. C'est un matériau sain qui respire et qui revient à la mode avec notamment la brique de terre crue compressée.

La brique

La brique monomur alvéolaire permet notamment une construction simplifiée et efficace puisqu'elle ne nécessite pas d'isolation complémentaire, d'enduit externe ou de parement interne.

La chaux

C'est un liant tout aussi efficace que le ciment mais moins énergivore, plus traditionnel, plus sain, plus beau, plus respirant...

Les isolants naturels

Chanvre, liège, laine de lin, laine de mouton, cellulose, fibres de bois compressées... ont toujours une capacité d'absorption de l'humidité ambiante contrairement aux isolants modernes. Ils génèrent peu de poussière, peu de risques d'allergies et d'irritations lors de la pose et sont recyclables et chimiquement neutres.

Les finitions naturelles

Peintures à base de caséine, aux silicates, à base de chaux, pigments naturels, enduits, badigeons... ne libèrent aucune substance toxique et ont un bon comportement hygrométrique.

Et bien d'autres...

En savoir plus

- *Le Guide de l'Habitat Ecologique*

Un guide complet : 2000 adresses et contacts en habitat sain et énergies renouvelables, des centaines d'astuces et de conseils en écoconstruction, une aide à la réflexion écologique et aux choix

durables. Deux ouvrages en un : un texte explicatif sur l'habitat écologique et un annuaire des professionnels de l'écoconstruction.

Livre format "poche", 1296 pages. 18 €

- *La maison des négawatts - Le guide malin des économies chez soi*

Comment réduire de moitié vos factures de chauffage et d'électricité sans perte de confort ? Rempli de conseils pratiques et d'adresses utiles, c'est une lecture indispensable pour construire ou rénover son logement, choisir un système de chauffage ou bien acquérir un appareil électroménager performant.

Livre de 155 pages, 12 €

- *Maisons écologiques d'aujourd'hui*

Magnifiquement illustré par de nombreuses photos en couleur, ce livre présente 32 réalisations récentes dans toute la France. Avec 1 fiche technique pour chaque maison.

Livre de 144 pages, 32 €

- *Poêles, inserts, et autres chauffage au bois*

Les nouveaux matériels performants et économes. Un guide indispensable pour connaître cette énergie renouvelable résolument moderne.

Livre de 102 pages -12,65 €

- *Fraicheur sans clim' - Le guide des alternatives écologiques*

La clim vous rafraîchit en réchauffant la planète... comment éviter d'y avoir recours ? Un livre très pratique pour tous, locataires ou propriétaires, campagnard ou citadin.

Livre de 160 pages - 19,50 €

- *Les Bricothèmes. Hors-série : Energies renouvelables*

Bourré de nombreux conseils et adresses, c'est un dossier très technique pour fabriquer sa propre installation en énergies renouvelables (solaire, éolien, biogaz, géothermie...).

Magazine de 84 pages : 5,30 €

Tous les livres présentés ici ont été sélectionnés. Ils peuvent être commandés directement au Réseau "Sortir du nucléaire"

9, rue Dumenge 69317 Lyon Cedex 04

(chèque à l'ordre de "Sortir du nucléaire").

Merci d'ajouter les frais d'envois :

- 1 livre : 3 €

- plusieurs : 4,50 €