



## Le coin lecture



### Bien-être et maison saine

Voici un ouvrage qui vous fera regarder les questions liées à la construction, à la rénovation ou encore à l'aménagement des logements sous un angle bien particulier : celui de la santé.

Si nous sommes nombreux à nous intéresser aux pratiques de construction bioclimatique, basse consommation et peu coûteuse en énergie grise, la question du bien-être dans son logis est aussi un point important. Thierry Gautier, géobiologue de métier, spécialiste de l'habitat pour la santé et auteur de plusieurs ouvrages, persiste et signe un nouveau "livre-guide", très didactique, pour nous conseiller dans la conception ou la transformation de nos maisons en lieux de ressourcement et d'apaisement. Par des mots simples et des illustrations résolument pratiques, l'auteur nous fait découvrir et comprendre les "secrets" de la géobiologie et du Feng shui, célèbre tradition chinoise permettant d'attirer

et de faire circuler l'énergie vitale dans un logement. L'auteur nous livre également ses conseils sur le choix des matériaux peu émissifs en composés organiques volatils notamment. Toute une partie de l'ouvrage est enfin consacrée à la pollution électromagnétique de plus en plus présente dans nos maisons. Une installation électrique blindée, les interrupteurs automatiques de champs électriques, la polarité des prises électriques, etc. n'auront plus de secret pour vous. J.B.

**Thierry Gautier**

**Éditions Ouest France, 2014**

176 pages - 16,5 x 23 cm

16,90 €



### Petits appartements

« Optimiser les surfaces de 12 à 40 m<sup>2</sup> », voici l'ambition de cet ouvrage débordant d'astuces pratiques pour aménager les petits espaces. Ne cherchez pas de référence à des projets écoconstruits,

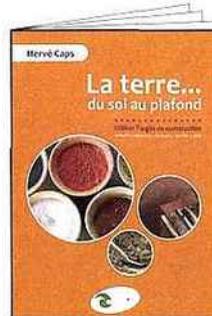
ce n'est malheureusement pas le propos de l'auteur. Cependant, nous avons tout de même trouvé intéressant de vous présenter ce livre car si vous êtes dans un objectif de sobriété sur les mètres carrés à construire ou rénover, il pourra vous apporter de précieuses idées. Dix-huit appartements, de 12 à 40 m<sup>2</sup>, sont passés à la loupe, grâce à des photographies pertinentes et légendées, mais aussi des plans clairs et côtés. Pas de grands discours, l'accent est mis sur les artifices trouvés par les architectes pour optimiser l'espace : lit escamotable, télescopique ou gigogne, plancher surélevé pour créer des rangements, emmarchement sur roulettes, placards en hauteur, création de demi-niveaux, cloison amovible et multifonction, plan de travail relevable, portes coulissantes... Une mine d'infos, accessible à tous et complétée en fin d'ouvrage par un instructif chapitre regroupant les principales côtes importantes pour l'aménagement de nos maisons. J.B.

**Agnès Zamboni**

**Éditions Ulmer, octobre 2014**

144 pages - 25 x 21 cm

19,90 €



### La terre... du sol au plafond

Question rapport qualité-prix, c'est l'ouvrage gagnant de cette sélection. Pour un petit peu plus de dix euros, il vous en fera économiser des centaines, voire des milliers si vous mettez en pratique quelques unes des recettes indiquées. L'auteur est un autoconstructeur belge qui a testé des dizaines d'applications

possibles avec son matériau de prédilection, la terre crue. Torchis, pisé, brique de terre crue compressée, enduit de corps, enduit de finition, peinture, masse thermique en terre en plancher... autant de mises en œuvre relatées pour inciter à un mode de construction simple et sobre en énergie grise. Rédigé sans "prétention" d'expertise technique, ce guide conte les expériences, bonnes et mauvaises, de son auteur. Des recettes claires et succinctes, des photos de détails, des astuces de mise en œuvre, des mises en garde, tout y est pour nous donner envie de mettre nous aussi la main à la pâte. Pointe de sel sur le cornet de frites (!), quelques expressions et termes techniques vous feront agréablement voyager au cœur du pays wallon. J.B.

**Hervé Caps**

**Éditions Nature & Progrès Belgique, août 2014**

93 pages - 15 x 21 cm

12,70 €