



Construire sa maison «BBC»

Economies et écologie sur votre trousseau de clés

Pour nombre d'entre nous, construire sa maison est un projet de vie à la fois ambitieux et crucial. Si l'on a naturellement tendance à imaginer le «produit fini», c'est-à-dire viable, il ne faut surtout pas négliger le «long terme», qui passe par la consommation énergétique. Votre maison ? Un rêve qui doit durer.

Consommation énergétique divisée par 3



Aujourd'hui, bâtir sa maison «BBC», à savoir «Bâtiment Basse Consommation», s'avère être la solution pérenne pour vous assurer un lieu de vie à la fois sain et économiquement bénéfique à

vos budgets. En effet, l'objectif de la maison «BBC» est de limiter la consommation d'énergie en la divisant par 3, tout en s'assurant d'un excellent confort thermique, été comme hiver. Pour cela, il suffit de suivre des règles simples de construction écologique, respectueuses de l'environnement avec un taux de rejets CO2 très réduit.

Des choix cohérents à opérer

Pour réaliser votre projet, il faut faire appel à un professionnel (s'appuyant sur un Bureau d'Études indépendant spécialisé en Performance Énergétique) qui vous apportera toutes les garanties nécessaires pour atteindre le résultat escompté, en mettant en cohérence tous les aspects de la construction de votre maison «BBC». Choix de l'orientation, de l'isolant thermique, des matériaux du bâti et des méthodes de production d'eau chaude, de ventilation, de protection contre les infiltrations et, bien entendu, de chauffage... Mais également sélection du vitrage, de tous les matériels utilisés... Il faut s'assurer de la cohérence et de la qualité de l'ensemble de la maison.

... Grâce à la généralisation des étiquettes énergétiques, la maison acquiert une valeur accrue.

Des investissements rentables

L'investissement dans des équipements de chauffage qui consomment moins d'énergie, allié à des incitations fiscales intéressantes, permet de renforcer la valeur immobilière de la maison, que ce soit pour la revendre ou la louer. Les charges sont ainsi réduites et, pour une maison de 100 m², on estime des économies d'environ 250 euros par an sur le poste chauffage. A la vente du bien immobilier, le cas échéant, vous serez assurés d'une forte valeur ajoutée, c'est-à-dire d'une valorisation appréciable de votre investissement initial dans le temps.

Mon potager à moi est chez moi !

Eh non... ! Nous n'avons pas tous un jardin, nous n'avons pas tous un potager, nous n'avons pas tous le temps d'aller au marché ! En revanche, nous adorons voir pousser les petites graines que nous avons semées et "déguster" le spectacle des fruits et légumes qui s'épanouissent. La solution (un brin révolutionnaire) pour satisfaire à nos envies d'authenticité se trouve dans l'installation, à domicile, d'un potager d'intérieur. C'est simple, rapide, économique et garanti bio !

Aromates à domicile

Parce que les herbes s'adaptent bien aux conditions de croissance à l'intérieur, vous pouvez commencer par vous faire la main avec elles ! Très vite, vous assaisonerez "maison" vos plats, toute l'année, grâce aux plantes aromatiques comme le basilic, la coriandre, la ciboulette, la menthe, le persil... Elles pousseront aussi bien en intérieur que sur un bout de balcon ou un rebord de fenêtre, selon la saison. Il faudra veiller à les regrouper par rythme de croissance similaire, et à les maintenir humides, mais sans trop les arroser.

... Pratique, esthétique, économique : le potager d'intérieur vous permet de garder la main. verte !

Choisir l'emplacement idéal pour s'assurer d'une bonne croissance

L'emplacement de votre potager d'intérieur est en effet la base de son épanouissement... et du vôtre, en tant que jardinier. Il faut choisir un endroit suffisamment ensoleillé, clair et aéré, que ce soit votre cuisine, votre salon ou une pièce qui lui sera dédiée. Au fond des contenants, disposez des billes d'argile pour drainer l'eau avant de mettre le terreau. Et si votre pièce manque de lumière, vous pouvez aussi utiliser un bac relié à une lampe basse consommation reproduisant la lumière du jour. Il ne vous reste plus qu'à choisir jardinières, petits bacs à potager ou pots et à laisser votre esprit artistique prendre racine. Et les sources d'inspiration ne manquent pas sur ce marché !

Un potager adapté aux petites surfaces

Le potager en carré est idéal pour les petites surfaces et particulièrement adapté pour faire pousser des salades, radis, poivrons, tomates et tomates cerises, fraises, etc. Consultez sur internet les calendriers du potager pour être sûrs de semer au bon moment et pouvoir récolter les fruits de vos efforts en toutes saisons. Vous pouvez également mettre plusieurs végétaux dans une même jardinière pourvu qu'ils aient les mêmes besoins en eau et en nutriments et qu'ils se plantent à la même période.

Ô miracle ! Des légumes qui repoussent tous seuls !

Ne jetez plus vos restes de légumes et de fines herbes... Offrez-leur une seconde vie. Oignons verts, poireaux, chou chinois, ail, fenouil, gingembre, citronnelle et céleri reprennent vie simplement en les immergeant dans l'eau ou en les plantant dans un tout petit peu de terre. Par exemple, conservez les cœurs de salade, placez-les dans un bol avec un peu d'eau que vous aurez déposé sur le bord d'une fenêtre. Changez régulièrement l'eau pour favoriser

la repousse. Au bout de quelques jours, vous verrez apparaître de toutes petites feuilles qui grandiront vite ! Qui plus est, ce procédé est décoratif et quel plaisir que de déguster des aliments qui auront fait l'objet de vos bons soins !





Les régimes «sans»... Apprendre à faire avec

Effet de mode ? Tendance marketing ? Question sanitaire... ? Les régimes «sans» - gluten, lactose, additifs, conservateurs, pesticides, huile de palme, œufs, sel... - n'en finissent plus d'alimenter nos neurones, à défaut de remplir nos assiettes. Quelles nouvelles possibilités existe-t-il aujourd'hui à portée de notre fourchette (et de notre porte-monnaie) afin de pouvoir consommer les produits qui conviennent et à notre métabolisme et (ou) à notre éthique alimentaire personnelle ?

On ne renonce pas au goût

Intolérance au gluten, régime sans sel, sans fibres ou allégé, envie de bio, allergies, végétarisme, éthique de vie personnelle ou tout simplement croyance, certains d'entre nous doivent, ou souhaitent, avoir accès à des nourritures spécifiques qui ont cependant comme dénominateur commun la volonté de trouver une alimentation goûteuse et équilibrée.

Des nouveaux produits qui élargissent nos choix

Établir chaque jour un menu particulier peut s'avérer être un vrai casse-tête. Alors, comment composer avec les exigences alimentaires spécifiques de chacun ? Des alternatives existent, comme la farine de pois chiche, les glaces sans lactose, la purée de sésame, les laits végétaux, les tartines au sarrasin, le quinoa (céréale à forte valeur nutritionnelle), le tofu (ou fromage de soja)... Des produits qui ont pour ambition d'apporter la même qualité

gustative que les produits traditionnels. Par ailleurs, le bio, longtemps considéré comme une niche, semble s'installer durablement. Pour rappel, et du point de vue légal, un produit bio est issu d'un mode de culture ou d'élevage n'ayant pas recours aux produits chimiques de synthèse, ou encore, un produit transformé dont au moins 95 % des ingrédients répondent à ces critères.

... **Acquérir le réflexe de lire attentivement les étiquettes**

Où trouver ce que nous voulons consommer ?

Évidemment, il y a la possibilité de commander sur internet, mais de grandes enseignes (y compris les spécialistes du surgelé) commencent à proposer, tout doucement, des produits alternatifs qui permettent de personnaliser notre façon de nous alimenter, sans se ruiner ni renoncer aux saveurs. La livraison de repas à domicile est également une solution intéressante pour répondre à la demande croissante d'alimentation personnalisée et de régimes particuliers.



Collection Jardin - Printemps 2017

Énergie et Générosité

À l'instar du secteur de la haute couture dont chaque collection Printemps-Été dévoile les tendances de l'année suivante, le domaine du jardinage a également de belles créations et idées à nous proposer en ce printemps 2017. Quel est l'état d'esprit ambiant en matière de décoration et comment évolueront nos chers plantations et bosquets cette année ?

Jouer avec les couleurs

À vos truelles, bêches et semis. En 2017, c'est l'énergie, la modernité qui se doivent d'être déclinées. Pas mal comme programme ! Mais comment procéder ? La modernité se traduira par des lignes géométriques et des formes graphiques. Côté couleurs, le jaune, teinte solaire par excellence, l'orange et le rouge, apporteront leur ration d'énergie dans le jardin. Les contenants, contemporains de préférence, noirs, gris ou pourpre foncé, se chargeront de mettre en valeur les floraisons de couleurs vives.

De l'énergie, oui... mais en douceur(s) !

Pour apporter une énergie positive et apaisante, choisissez également des compositions florales de couleurs relaxantes, comme le vert, le jaune (encore lui !) pâle, le rose ou encore le lilas. Pensez aussi aux bouleaux blancs pour composer des bosquets au feuillage léger et bruisant... Atmosphère zen assurée. Ponctuez le sol de touches nacrées grâce à de gros coquillages épars et osez l'effet frisé étonnant de certains choux d'ornement. Pour les fleurs, préférez les marguerites ou les pétunias.

Laissez libre court à votre créativité

Et pourquoi ne pas intégrer des éléments ou aspects décoratifs plutôt que des plantes ou des fleurs ? Ou du moins, les faire cohabiter ? Par exemple, taillez vos bosquets de manière géométrique. Accrochez des objets décoratifs légers dans vos arbres et plantations, comme des anges, des petites cloches, des elfes, carillons... Faites de votre jardin le reflet de vous-même, rendez-le unique, inimitable, empreint de votre personnalité. Prévoyez des éclairages qui dès la tombée du jour mettront en valeur l'ambiance que vous aurez su créer.



Se déplacer en gyropode ?

Le choix d'une conduite éco-économique !

Attention devant ! Un nouveau moyen de locomotion électrique commence à prendre d'assaut notre macadam et nos chemins. Facile d'utilisation, très maniable, économique et avec un look séduisant, il s'agit du «gyropode».

Une conduite simple et sans effort

Derrière ce nom qui semble sorti d'un roman de science-fiction, le gyropode, également appelé «transporteur personnel», est un nouveau moyen de locomotion électrique monoplace. L'utilisateur se tient debout sur la plateforme de deux roues, sans effort, sans technicité particulière, sans apprentissage compliqué.

Pour la ville ou tout terrain

Le gyropode se pilote à l'aide d'un manche de stabilisation gyroscopique, de maintien et de conduite. Silencieux, rapide (mais ne dépassant pas les 25 km/h), sans émanation polluante, car électrique, il convient à une utilisation quotidienne : se rendre à son travail, faire ses courses ou simplement aller faire une balade ! S'il est, à

la base, davantage axé vers une utilisation urbaine (sur routes et espaces piétons), le gyropode existe en version tout terrain et polyvalente (ville/tout terrain).

... **L'effet gyroscopique assure une parfaite stabilité et sécurité**

Un tarif de plus en plus attractif

Ce nouveau moyen de locomotion se développant, son prix devient de plus en plus accessible, surtout si on le compare à ceux des scooters traditionnels... et qui fonctionnent à l'essence.



© Fotolia



Écologie made in France

Quelles actions concrètes en France pour 2017 ?

Le 8 août 2016 était déclaré «The overshoot day» ou «Jour du dépassement». En clair, ce triste lundi marquait le jour où l'humanité a consommé la totalité des ressources que la Terre peut renouveler en un an. Selon l'ONG Global Footprint Network, qui a réalisé ce calcul, nous avons vécu «à crédit» jusqu'au 31 décembre dernier. Quelles sont les principales mesures concrètes prévues en 2017 sur le territoire français ?

Energie, économie, écologie...

Parmi les mesures gouvernementales qui entrent en vigueur au 1er janvier 2017, retenons : le remplacement des sachets en plastique pour les fruits et légumes par des sacs biodégradables et compostables (il était temps !) ; l'interdiction de recourir aux pesticides pour l'entretien des espaces verts des collectivités (merci pour notre santé !) ; les énergies renouvelables qui bénéficient de nouveaux dispositifs de soutien financier et l'instauration d'un bonus écologique de 1000 € pour les deux-roues et trois-roues électriques (merci pour notre porte-monnaie !) ; l'obligation pour les garages de proposer des pièces détachées d'occasion pour favoriser leur recyclage... et encore prolongation du crédit d'impôt transition énergétique (CITE), qui permet aux particuliers de bénéficier d'un remboursement de 30 % du montant des travaux de rénovation énergétique pour leur logement principal (merci pour nos lieux de vie !).

... De nouveaux dispositifs financiers pour favoriser l'utilisation des énergies renouvelables



Une nouvelle Agence qui protège et développe notre biodiversité

À saluer particulièrement, la création le 1er janvier 2017 de l'Agence Française pour la biodiversité de la nature et des paysages. Elle regroupe l'Office National de l'Eau et des Milieux Aquatiques, l'Agence des Aires Marines Protégées, les Parcs nationaux de France et l'Atelier Technique des Espaces Naturels. Parmi ses missions, l'Agence vise la mobilisation citoyenne, la formation et la structuration des métiers de l'environnement, le respect de la réglementation relative à la protection de la biodiversité ou encore la gestion des espaces protégés en offrant son appui aux autres entités responsables de la biodiversité.